

## ОСОБЛИВОСТІ ЮНАЦЬКОГО ВІКУ, ЯКІ ВПЛИВАЮТЬ НА РОЗВИТОК ОСОБИСТІСНОЇ РЕФЛЕКСІЇ

### PECULIARITIES OF YOUTH, AS INFLUENCE ON THE DEVELOPMENT OF SPECIAL REFLEXES

У статті на основі аналізу наявних концепцій, що розкривають сутність процесу формування особистісної рефлексії в юнацькому віці, виділено такі його особливості: подолання кризи юності; особистість зазнає як фізіологічних, і психологічних змін, які виявляються в поведінкових реакціях і судженнях; перехід від юності до молодості; вияв прагнення до самоствердження як особистості; розвиток самосвідомості; інтерес до особистісного самовизначення; пошук себе в професійній сфері (оволодіння навичками, уміннями, набуття професійних знань); засвоєння нових соціальних ролей; зміна самосвідомості в напрямі підвищення значимості власних цінностей; посилення свідомих мотивів у поведінці; розвиток теоретичного мислення.

Проаналізовано декілька періодизацій стадій розвитку особистості, щоб з'ясувати дослідницькі точки зору про початок і завершення юнацького віку, а також особливості, характерні для цього періоду. Зроблено висновок, що в основному у науковій літературі підлітковий і юнацький вік розглядаються в періоді від 11 до 19 років, що має дві стадії – ранній і старший підлітковий вік. Відповідно до деяких класифікацій, до юнацького віку належить студентський вік, межі якого від 16–17 до 21–23 років. Саме цей час є найважливішим етапом безпосереднього входження особистості в професійну діяльність на етапі професійного навчання.

Виявлені такі особливості особистісної рефлексії в юнацькому віці: молода людина формує власну позицію в міжособистісних взаєминах, визначає професію, створює сім'ю. Стабілізація загального фізичного та психічного станів юнака виявляється в зменшенні кількості міжособистісних конфліктів, градусів їх гостроти.

Аргументовано, що для юнацького віку характерна велика диференційованість емоційних реакцій, підвищення рівня самоконтролю й саморегуляції.

Показано, що, перебуваючи в юнацькому періоді, особистість не стикається з іншими проблемами, пов'язаними зі статусом дорослої людини.

**Ключові слова:** особистісна рефлексія, юнацький вік, самосвідомість, самови-

значення, нові соціальні ролі, розвиток мислення.

The article, based on the analysis of obvious concepts that reveal the essence of the process of formation of special reflection in a young person, allows us to see the following peculiarities: the end of the crisis of adolescence: specialness recognizes as physical and psychological changes that appear in behavioral reactions and judgments; transition from youth to young adulthood; having manifested itself to the point of self-assertion as specialness; development of self-awareness; interest to the point of special self-esteem; ask yourself about the professional sphere (increasing skills, knowledge, gaining professional knowledge); acquiring new social roles; a change in self-awareness that directly increases the importance of power values; strengthening the behavioral motives; development of theoretical thought.

Several periodizations of the stages of personality development are analyzed in order to clarify the research points of view about the beginning and end of youth, as well as the features characteristic of this period. It was concluded that, mainly, in the scientific literature, adolescence and youth are considered in the period from 11 to 19 years, which has two stages – early and older adolescence. According to some classifications, the youth age refers to the student age, the limits of which are from 16–17 to 21–23 years. This time is the most important stage of a person's direct entry into professional activity at the stage of professional training.

The following peculiarities of special reflexion were revealed in a young person: a young person forms a position of power in their mutual joints, is identified by a profession, creates a family. Stabilization of the youth's physical and mental states is revealed by a reduced number of interpersonal conflicts and the degrees of their severity.

It is argued that the youthful age is characterized by a great differentiation of emotional reactions, an increased level of self-control and self-regulation.

It is shown that, while in the juvenile period, the peculiarity does not interfere with other problems associated with the status of an adult person.

**Key words:** special reflection, youthful age, self-awareness, self-esteem, new social roles, development of mentality.

УДК 159.9:043.86

DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2023.54.17>

**Сіленко А.О.**

д.політ.н.,  
професор кафедри мовної  
та психолого-педагогічної підготовки  
Одеський національний економічний  
університет

**Чусова О.М.**

к.пед.н.,  
старший викладач кафедри мовної  
та психолого-педагогічної підготовки  
Одеський національний економічний  
університет

**Вступ.** Дослідження особливостей розвитку особистісної рефлексії в юнацькому віці набуває особливої актуальності, тому що українська молодь уже протягом тривалого часу перебуває в кризовій соціально-психологічній ситуації, пов'язаній із соціально-економічними та політичними проблемами, з пандемією, яку довелось пережити українському суспільству, а тепер ще й із російською військовою агресією проти України. Такі умови вимагають від молоді вміння адаптуватися до нових умов, виявляти самостійність, стійкість, ініціативність.

Молоді люди відчувають стан дезадаптації та дезорганізації в процесі самореалізації, труднощі із самовизначенням, розумінням своїх емоційних переживань. А це, у свою чергу, перешкоджає їх успішному виходу з підліткового віку та створює проблеми в наступних фазах розвитку особистості. Цим пояснюється зростання рівня девіації, демотивації, депресії молодих людей. Причиною цього є відсутність умов розвитку особистісної рефлексії в підлітків, які необхідні їм для активізації власних ресурсів і творчого потенціалу,

формування життєвої стратегії та мотивації саморозвитку.

З огляду на те що саме юнацький вік передусім характеризується прагненням юнаків до самоаналізу, пізнанням самих себе, обміркуванням думок та ідей, прагненням зрозуміти себе як особистість, дослідження особливостей рефлексії в юнацькому віці продовжує бути сучасною актуальною проблемою, яка потребує теоретичного дослідження різних аспектів проблеми.

**Метою статті** є дослідження особливостей рефлексії в юнацькому віці.

**Завдання статті** – проаналізувати ступень розробленості проблеми; дослідити структуру особистісної рефлексії в юнацькому віці.

**Ступінь розробленості проблеми.**

Я. Бугерко досліджує психологічну динаміку розгортання рефлексивних процесів у модульно-розвивальному освітньому циклі [4]. М. Гладкевич присвятила наукові роботи аналізу психологічних умов формування життєвих планів у юнацькому віці [6]. А. Широких розглянула психологічні чинники життєвого проектування в юнацькому віці [19]. В. Фурман дослідила психологічні умови розвитку особистісної рефлексії в студентів технічного університету [20]. О. Зімовін дослідив рефлексію та креативність як чинники саморозвитку особистості на різних етапах життєвого шляху [7]. Ю. Шапошникова визначила психологічні особливості рефлексивних компонентів у професійному становленні практичного психолога [18]. В. Педоренко дослідила психологічні особливості формування суверенних моральних цінностей майбутніх психологів [16]. А. Іващенко розглянула професійну рефлексію як механізм саморозвитку майбутніх психологів [9]. О. Іванова в дисертації «Психологічні особливості розвитку смисложиттєвих орієнтацій у юнацькому віці» дослідила психологічні особливості розвитку смисложиттєвих орієнтацій у юнацькому віці [8]. Т. Майстеренко проаналізувала особливості рефлексії здібностей студентів психологічних і непсихологічних спеціальностей [12].

О. Мірошник виявила особливості онтогенетичних стадій розвитку рефлексії [14]. П. Мінаєва в працях розглядає проблеми розвитку рефлексії в юнацькому віці [13]. А. Литвинчук присвятила дослідження розгляду екологічного аспекту рефлексії емпатійних переживань у юнацькому віці [11].

**Виклад основного матеріалу.** Фахівці справедливо вказують на те, що, незважаючи на появу великої кількості досліджень, присвячених рефлексії, питання про характеристики, особливості особистісної рефлексії та закономірності її розвитку в онтогенезі розкрито частково. Наукові роботи пропонують переважно фрагментарні уявлення про особи-

стісну рефлексію. Кардинально відрізняються погляди на цю психічну реальність. Одні її вважають функціональним складником розумового процесу, інші – компонентом діяльності, треті – загальною здатністю людини.

Психологічна наука, зокрема вікова психологія, визначає юнацький вік як етап переходу до самостійності, самовизначення, розвитку світогляду, моральної свідомості й самосвідомості. З'являється активна життєва позиція, самовизначення, усвідомлення власної значущості.

У цей період формується професійне й особистісне самовизначення. Молода людина починає усвідомлювати себе як цілісну особистість, з'являються життєві плани, моральні орієнтири оцінювання дійсності. Юнаки та дівчата замислюються про проблеми добра і зла, справедливості й несправедливості, порядності й непорядності. Крім цих моральних проблем, у юнацькому віці формуються погляди: соціально-політичні, економічні, культурні, релігійні тощо. Формується індивідуальний стиль мислення, що розвивається під впливом типу нервової системи, темпераменту, соціальних умов, у яких виховувався юнак. Поняття юнацького віку як окремого вікового періоду стало предметом психологічного дослідження наприкінці XIX століття. Питанням вікової періодизації присвячені наукові роботи зарубіжних дослідників: А. Бандури, Ф. Райса, Р. Селмана, А. Фрейда, З. Фрейда, Р. Хевігхерста, Е. Еріксона й інших.

Питання юнацької психології вивчено в дослідженнях К. Юнга, К. Левіна й інших. Так, К. Юнг у теорії розвитку особистості виділив два періоди: першу та другу половину життя людини. Юнацький вік належить до першого періоду, який, за К. Юнгом, має деякі особливості. У людині переважає екстравертність, вона орієнтована на зовнішній світ, взаємодію космосу з навколишніми. Одним із ключових понять теорії особистості К. Юнга стало поняття самості, здобуття якої вчений називав індивідуалізацією.

К. Левін розробляв теорію особистості рамках гештальтпсихології, яку він назвав теорією психологічного поля. Теорія розглядає молодість як соціально-психологічне явище, обґрунтовуючи вплив зміни соціального становища на психічний розвиток особистості.

Як уважає Е. Еріксон, юнацький вік – це сенситивний етап для формування ідентичності молодій людині, який здійснюється за рахунок наявних соціальних та індивідуально-особистісних виборів, ідентифікації та самовизначень [10, с. 156].

Особливістю юнацького віку є посилення почуття дорослості порівняно з підлітковим періодом, яке проявляється в самоствердженні й самовираженні, бажанні бути ори-

гінальним та особливим. І тому іноді вибираються ексцентричні підходи до створення власного образу: одягу, зачіски, татуювань, пірсингу тощо. Підвищується ризик схильності до дій асоціальної спрямованості. Підвищена активність і нерозбірливість у виборі знайомств можуть спонукати юнака до девіантної поведінки, уживання алкоголю, наркотиків.

Ще однією особливістю юнацького періоду розвитку особистості варто вважати юнацький максималізм, який підживлюється категоричністю й нетерпимістю до навколишніх, що перейшли з підліткового віку. Унаслідок цього молодик відчуває труднощі з формуванням вираженої самооцінки.

Емоційні реакції юнака залежать від гормональних і фізіологічних процесів. Як відомо, у юнацькому віці особистість може відрізнитися емоційною збудливістю, що може бути причиною дратівливості, різкої зміни настрою тощо. На думку фізіологів, ці прояви спричинені загальним збудженням, характерним для цього віку, та ослабленням механізмів, які здатні його сповільнювати.

Можна виділити ще таку особливість юнацького віку, яка полягає в тому, що завершується процес формування механізмів внутрішнього емоційного гальмування та здатності вибіркового реагування на зовнішні впливи.

Також особливістю юнацького віку варто вважати посилення здатності керувати власними емоціями. Із 17 років покращуються такі властивості особистості, як товариськість, контактність, прагнення до лідерства, водночас загальна збудливість поступово знижується. Юнак стає менш чутливим, м'яким, залежним. Він стає більш упевненим у собі, більш урівноваженим, зменшуються внутрішнє занепокоєння і тривога.

Розглянемо декілька періодизацій стадій розвитку особистості, щоб з'ясувати дослідницькі точки зору про початок і завершення юнацького віку, а також особливості, характерні для цього періоду.

У запропонованій Д. Біррен класифікації від 17 до 25 років – це вік ранньої зрілості [21, р. 27]. У фокусі класифікації Д. Бромлей, що описує п'ять циклів людського життя, з 15 до 21 року – пізня юність, з 21 до 25 років – рання дорослість. Особливостями розвитку в цьому віковому періоді є високий рівень соціальної активності, формування власного життя, створення сім'ї, кола знайомств, що пов'язано з професійним освітою й роботою, освоєння нових соціальних ролей [22, р. 48].

На думку Е. Еріксона, є прямий зв'язок між юнацьким віком і кризою ідентичності, яка включає в себе соціальні й індивідуально-особистісні вибори, ідентифікацію та самовизначення. Психосоціальна теорія вченого акцентує увагу на процесі входження юнака

в доросле життя, прийняття ним нових соціальних ролей. У схемі життєвого циклу, описаного Е. Еріксоном, юнацький період є п'ятою стадією, найважливішим етапом у психосоціальному розвитку особистості. Якщо процес входження молоді людини в доросле життя успішний, в особистості розвивається новоутворення, яке Е. Еріксон назвав еґо-ідентичності. «Юність – це вік остаточного встановлення домінуючої позитивної ідентичності Еґо. Саме тоді майбутнє в найближчих межах стає частиною свідомого плану життя», – уважав учений [10, с. 157].

Хоча в науковій літературі з вікової психології юність однозначно вважається одним із найбільш відповідальних етапів у процесі розвитку особистості, водночас щодо часових рамок юнацького періоду такої єдності серед учених немає. Пов'язано це з тим, що дослідники застосовують різні методологічні підходи до опису вікової періодизації. Так, наприклад, віковий період з 14 до 17 років в одних періодизаціях вважається підлітковим віком, в інших – юнацьким [10, с. 156].

Класифікація Е. Еріксона включає такі вікові етапи психосоціального розвитку: від 12 до 19 років (підлітковий і юнацький вік), від 20 до 25 років (рання зрілість).

Відомий сучасний психолог Г. Крайг виділяє підлітковий (юнацький) вік – від 12 до 19 років, рання дорослість – від 20 до 40 років.

Ще більша невизначеність зберігається щодо верхньої межі юнацького віку, яка зумовлена історичними й соціальними чинниками.

Аналіз наявних у науковій літературі вікових періодизацій показав, що в основному підлітковий і юнацький вік розглядається в періоді від 11 до 19 років, що має дві стадії – ранній і старший підлітковий вік (Ф. Райс), від 12 до 18 років (Ст. Квін), від 12 до 19 років (Е. Еріксон).

Згідно з теорією Ж. Піаже, на кожному етапі свого розвитку особистість набуває певних навичок і вмій, необхідних для життя в людському суспільстві. Здатність усвідомлювати свої емоції, думки, поведінку формується ще в дошкільному віці. У цьому віці дитина відкриває собі загальнолюдські моральні цінності, правила поведінки, вчиться оцінювати свої почуття, дії, розуміти почуття й дії інших.

На думку Е. Еріксона, позитивною якістю юнака є вірність як здатність приймати мораль, етику, ідеологію суспільства й дотримуватися їх. У юнацькому віці особистість починає усвідомлювати свої емоції та переживання як стан свого внутрішнього Я, усвідомлювати власну неповторність [17, с. 69].

Фахівці зазначають: «Люди у віці 15–18 років схильні розцінювати світ щодо самого себе. Тобто події, які оточують їх, вони постійно аналізують із позиції «Для мене це характерно

чи ні», «Це правильно й так потрібно робити» тощо, з метою формування власного життєвого шляху й переконань» [15, с. 234].

Підтримуємо думку М. Мінаєвої, що юність стає «тим сензитивним періодом, коли відбувається формування рефлексії. Юнаки схильні до роздумів над сенсом життя, самоаналізу, професійного й особистісного самовизначення. Вони намагаються діяти згідно з моделлю перспективного мислення, що викликає бажані результати» [13, с.70].

Дослідники І. Бех, М. Савчин та інші визначають юнацький вік як найбільш сприятливий період для формування особистісних моральних цінностей, оскільки саме в цей віковий період особистість усвідомлює своє «Я», розкриває власну унікальність, неповторність, розвиває здатність до рефлексії, спроможність до побудови життєвих планів [3, с. 10; 17, с. 124].

Дослідники справедливо вважають, що спосіб самореалізації особистості в юнацькому столітті є плани й завдання. Вони вказують на те, як особистість розуміє свій внутрішній світ. Поняття життєвих завдань у науковий обіг запровадив відомий психолог А. Адлер, який уважав, що в житті кожної людини є головні завдання, з якими їй доводиться зіштовхуватися. Це праця, дружба та кохання. Особистість повинна вміти як розуміти ці завдання, так і знаходити ресурси для їх вирішення [1].

О. Мирошник наголошує: «З одного боку, життєві плани – це результат узагальнення й укрупнення часткових цілей, що ставить перед собою особистість, наслідок інтеграції та ієрархізації її мотивів навколо ядра ціннісних орієнтацій. З іншого боку, це конкретизація та диференціація цілей і мотивів. Із мрії, де можливе все, й ідеалу як недосяжного зразка поступово формується реалістичний, спрямований на дійсність план діяльності» [14, с. 44].

На думку М. Гладкевич, конструювання особистістю власних життєвих планів набуває особливої значущості в юнацькому віці, що характеризується інтенсивними пошуками сенсу життя, її готовністю й здатністю до особистісного та професійного самовизначення, рефлексією про свій життєвий шлях, цілі й плани, спрямованістю в майбутнє [6, с. 10].

У західній культурі, до якої належать сучасні індустріальні суспільства, юнацький етап розвитку особистості професійному сенсі є досить тривалим, оскільки включає тривалий період підготовки.

Проблема професійного самовизначення є дуже актуальною, тому що саме в юнацькому віці з'являється схильність до самоаналізу, формування принципів життя, пошуку свого місця в житті, спрямованість до професійного визначення. Усі ці фактори впливають на розвиток особистої рефлексії в юнацькому віці.

До юнацького віку, звичайно, належить студентський вік, межі якого – від 16–17 до

21–23 років. Саме цей час є найважливішим етапом безпосереднього входження особистості в професійну діяльність на етапі професійного навчання. Особливістю юнацької, студентської фази є інтенсивне формування професійної рефлексії. М. Варбан зазначає: «Ця фаза виявляється залежною від повноцінності реалізації попередніх етапів і містить у собі можливість переходу в наступну фазу життя. Тут перехід повинен проживатися як рубіж зростання «Я-професійного», «Я-соціального», «Я-рефлексивного» [5, с. 95].

Австрійський, а згодом американський психолог Ш. Бюлер вважає, що для юнацького віку характерна психічна пубертатність, яка пов'язана з формуванням і розвитком особливих форм рефлексії – порівняльної, визначальної, синтезуючої. Ш. Бюлер наголосувала, що психічна пубертатність є результатом дозрівання особистісної потреби в доповненні особистості підлітка (юнака), його «Я», особистістю іншої людини – «Ти». «Саме із цим життєвим явищем, опосередкованим розвитком особливих форм рефлексії, Ш. Бюлер пов'язує формування в підлітково-юнацькому періоді ідентичності (статевої, рольової, професійної тощо), пошук шляхів розкриття свого «Я» іншому «Ти» (дружба, любов тощо) тощо» [5, с. 96].

Цікава концепція Дж. Сьюпера, згідно з якою фактором успішного професійного розвитку є усвідомлення особливостей професії й себе в ній, тобто річ іде про професійну рефлексію. Як зазначає М. Варбан, «у концепції Дж. Сьюпера, так само як і в теорії Ш. Бюлер, особливо виділяються етапи підліткового і юнацького віку як визначальні для подальшого професійного становлення людини, як основні для формування й розвитку професійної рефлексії» [5, с. 96].

К. Юнг вважає професійний шлях провідним у системі самореалізації, адаптації особистості до умов життя, самозахисту від психічних розладів. Ідеться не тільки про професійний шлях, а й про відрефлексовані етапи професіоналізації в їхній діалектичній єдності. На думку К. Юнга, перехід від молодості до зрілості є невротичним етапом, коли юнацький етап затягується, що призводить до виникнення деструктивних явищ особистісного розвитку. Причини цього психологи вбачають в інфантильності людини, яка, вступивши у фазу зрілого віку, зберігає психологію фази юнацтва. Нездатність усвідомити, відрефлексувати проблему спричинює виникнення неврозу, який виявляється в дезадаптації, депресії, страху перед життєвими труднощами й самим життям.

Варто зазначити, що юнаки часто виявляють завищені професійні претензії. Розчарування, пов'язані з пошуком роботи та розміром винагороди за неї, призводять до девіантних способів заробітку.

Якщо ж людина може усвідомлювати свої проблеми, рефлексувати причини та способи їх вирішення, то компенсує можливі переживання прагненням до самореалізації за допомогою утвердження в професії, творчості, досягнень, які цінуються в суспільстві.

Таким чином, можна зробити висновок, що постійна рефлексивна робота над проблемами, як зовнішніми, так і внутрішніми, без яких не обходиться життя будь-якої людини, захищає її від депресії, незадоволеності, дає змогу соціально й особистісно самоствердитися в професійній діяльності.

Усі вище розглянуті особливості юнацького віку впливають на розвиток процесу активного особистого переосмислення людиною сюжетів своєї індивідуальної свідомості, без яких неможливе успішне здійснення діяльності.

Аналіз наявних концепцій, що розкривають сутність процесу формування особистісної рефлексії в юнацькому віці, дає змогу виділити такі його особливості:

- подолання кризи юності: особистість зазнає як фізіологічні, і психологічні зміни, які виявляються в поведінкових реакціях і судженнях;
- перехід від юності до молодості;
- вияв прагнення до самоствердження як особистості;
- розвиток самосвідомості;
- інтерес до особистісного самовизначення;
- пошук себе в професійній сфері (оволодіння навичками, уміннями, набуття професійних знань);
- засвоєння нових соціальних ролей;
- зміна самосвідомості в напрямі підвищення значимості власних цінностей;
- посилення свідомих мотивів у поведінці;
- розвиток теоретичного мислення.

Висновки з проведеного дослідження. Дослідження дало змогу виявити такі особливості особистісної рефлексії в юнацькому віці: юнацький вік – це період прийняття відповідальних рішень, які впливають на все подальше життя людини; це дуже насичений життєвими ситуаціями період; період, коли молода людина формує власну позицію в міжособистісних взаєминах, визначається професією, створює сім'ю.

Стабілізація загального фізичного та психічного станів юнака виявляється в зниженні кількості міжособистісних конфліктів, градусів їх гостроти. Поведінка стає більш стриманою та розумною. Усе це дає змогу вважати, що подолання підліткової кризи йде до свого завершення.

Для юнацького віку характерна велика диференційованість емоційних реакцій, підвищення рівня самоконтролю й саморегуляції.

Водночас вищесказане не означає, що відтепер, перебуваючи в юнацькому періоді, особистість не стикається з іншими проблемами, пов'язаними зі статусом дорослої людини. Це такі проблеми, як пошук роботи, адаптація до нових умов діяльності, фінансова залежність від батьків тощо.

#### ЛІТЕРАТУРА:

1. Адлер А. Індивідуальна теорія особистості. URL: [http://ni.biz.ua/18/18\\_5/18\\_55522\\_alfred-adler-individualnaya-teoriya-lichnosti.html](http://ni.biz.ua/18/18_5/18_55522_alfred-adler-individualnaya-teoriya-lichnosti.html).
2. Антошків А.В. Соціально-психологічні умови розвитку особистісної рефлексії у студентів як майбутніх фахівців соціальної сфери. Дослідження на здобуття ступеня «магістр» за спеціальністю «Соціальна робота». Тернопіль, 2019. 97 с.
3. Бех І.Д. Духовні цінності як надбання особистості. Рідна школа. 2012. № 1–2. С. 9–12.
4. Бугерко Я.М. Психологічна динаміка розгортання рефлексивних процесів у модульно-розвивальному освітньому циклі : дис. ... канд. психол. наук : 19.00.07 «Педагогічна та вікова психологія». Одеса, 2009. 256 с.
5. Варбан М. Проблема рефлексивної підтримки професійного становлення особистості на етапі переходу від юності до дорослості. Український соціум. 2020. № 2. С. 95–103.
6. Гладкевич М.І. Психологічні умови формування життєвих планів у юнацькому віці : автореф. дис. ... канд. психол. наук : 19.00.07 «Педагогічна та вікова психологія». Київ, 2019. 24 с.
7. Зімовін О.І. Рефлексія та креативність як чинники саморозвитку особистості на різних етапах життєвого шляху : автореф. дис. ... канд. психол. наук : 19.00.01 «Загальна психологія, історія психології». Київ, 2017. 22 с.
8. Іванова О.В. Психологічні особливості розвитку смислоттєвих орієнтацій в юнацькому віці : дис. ... канд. психол. наук : 19.00.07 «Педагогічна та вікова психологія». Київ, 2018. 304 с.
9. Іващенко А.І. Професійна рефлексія як механізм саморозвитку майбутніх психологів : дис. ... канд. психол. наук : 19.00.07 «Педагогічна та вікова психологія». Київ, 2020. 248 с.
10. Костіна Т.О. Можливості юнацького віку для переосмислення гендерних стереотипів. Габітус. 2020. Вип. 12. Том 2. С. 155–159.
11. Литвинчук А. І. Рефлексія емпатійних переживань в юнацькому віці: екологічний аспект. Наука і освіта. 2016. № 5. С. 200–205.
12. Майстеренко Т.М. Особливості рефлексії здібностей студентами психологічних та непсихологічних спеціальностей. Науковий часопис НПУ імені М.П. Драгоманова. Серія № 12 «Психологічні науки» : збірник наукових праць. Київ : НПУ імені М.П. Драгоманова, 2005. № 6 (30). Ч. 1. С. 115–125.
13. Мінаєва П. Розвиток рефлексії в юнацькому віці. Актуальні проблеми психології в закладах освіти. 2021. Вип. 11. С. 70–76.
14. Мірошник О. До проблеми генезису рефлексії. Психологія і особистість. 2017. № 1 (11). С. 41–52.
15. Павелків Р.В. Вікова психологія : підруч. для студ. вищ. навч. закл. Київ : Кондор, 2011. 470 с.

16. Педоренко В.М. Психологічні особливості формування суверенних моральних цінностей майбутніх психологів : дис. ... канд. психол. наук : 19.00.07 «Педагогічна та вікова психологія» (05 – соціальні та поведінкові науки). Острог, 2019. 278 с.

17. Савчин М.В. Здатності особистості : монографія. Київ : ВЦ «Академія», 2016. 288 с.

18. Шапошникова Ю.Г. Психологічні особливості рефлексивних компонентів у професійному становленні практичного психолога : дис. ... канд. психол. наук : 19.00.07 «Педагогічна та вікова психологія». Київ, 2007. 239 с.

19. Широких А.О. Психологічні чинники життєвого проектування в юнацькому віці : дис. ... докт. філос. : 053 «Психологія». Рівне, 2020. 223 с.

20. Фурман В.В. Психологічні умови розвитку особистісної рефлексії у студентів технічного університету : автореф. дис. ... канд. психол. наук : 19.00.07 «Педагогічна та вікова психологія» / Київ. ун-т ім. Бориса Грінченка. Київ, 2013. 20 с.

21. Birren J.E. The Psychology of Ageing New. Jersey, 1964. 303 p.

22. Bromley D.V. The Psychology of Human Ageing. Liverpool, 1978. 416 p.