

СЕКЦІЯ 6 ПСИХОЛОГІЯ ОСОБИСТОСТІ

ЖИТТЄТВОРЧИЙ ПОТЕНЦІАЛ ЯК ЧИННИК ОСОБИСТІСНОГО ЗДІЙСНЕННЯ В ДОРОСЛОМУ ВІЦІ

LIFE-CREATIVE POTENTIAL AS A DETERMINANT OF PERSONAL REALIZATION IN ADULTHOOD

У статті розглядається значення життєтворчого потенціалу як важливого чинника, що визначає процес особистісного здійснення в дорослому віці. Відзначається, що життєтворчий потенціал є складним і багатовимірним утворенням, що охоплює не лише креативні здібності, а й широкий спектр психологічних ресурсів, які забезпечують здатність людини до цілеспрямованого саморозвитку, адаптації та продуктивної взаємодії з соціальним середовищем. Вказується, що життєтворчий потенціал формується і змінюється протягом усього життя і пов'язаний із його сенсом, суб'єктивністю й соціальним контекстом. В його побудові має значення взаємодія індивідуально-психологічних характеристик, освіти, життєвого досвіду і соціального середовища. Доводиться, що люди з високим життєтворчим потенціалом краще вирішують проблеми, будують гармонійні стосунки та гнучко реагують на зміни. Підкреслюється, що соціальна підтримка активізує цей потенціал, тоді як стрес і соціальні втрати його пригнічують. Наголошується, що життєтворчий потенціал є ключовою детермінантою особистісного самоздійснення людини і сприяє її психічному благополуччю та якості життя. Відзначається, що особистісне здійснення, як реалізація власних цінностей і потенціалів, як здатність долати життєві труднощі, зберігаючи цілісність, є дуже важливою у дорослому віці. Саме на цьому етапі життя людина максимально усвідомлена, здатна до саморефлексії та відповідального формування свого життєвого простору відповідно до власних цінностей і потреб. Вказується, що особистісне самоздійснення пов'язано із позитивним емоційним станом, відчуттям внутрішньої стабільності, підвищенням самоповаги та впевненості. Воно важливе не лише для адаптації, а й для цілеспрямованого конструювання змісту життя. Підкреслюється, що існує гендерна специфіка проявів життєтворчого потенціалу і особистісного здійснення, що потребує подальших досліджень. Наголошується, що у вкрай змінливому середовищі показники життєтворчого потенціалу та особистісного здійснення стають критично важливими, оскільки дозволяють формувати ефективні стратегії подолання труднощів.

Ключові слова: особистість, середній дорослий вік, життєтворчий потенціал, особистісна здійсненість, психологічна ресурсність, життєстійкість, оптимізм, активність, креативність.

бистісна здійсненість, психологічна ресурсність, життєстійкість, оптимізм, активність, креативність.

The article explores the significance of life-creative potential as an important factor determining the process of personal self-actualization in adulthood. It is indicated that life-creative potential is a complex and multidimensional construct that encompasses not only creative abilities but also a wide range of psychological resources that ensure a person's capacity for purposeful self-development, adaptation, and productive interaction with the social environment. It is pointed out that life-creative potential is formed and changes throughout life and is connected with its meaning, subjectivity, and social context. The construction of this potential involves the interaction of individual psychological characteristics, education, life experience, and the social environment. It is demonstrated that individuals with high life-creative potential better solve problems, build harmonious relationships, and respond flexibly to changes. It is emphasized that social support activates this potential, whereas stress and social losses suppress it. Life-creative potential is highlighted as a key determinant of personal self-actualization and contributes to mental well-being and quality of life. It is noted that personal self-actualization, as the realization of one's own values and potentials and the ability to overcome life difficulties while maintaining integrity, is especially important in adulthood. At this stage of life, a person is maximally self-aware, capable of self-reflection, and responsible for shaping their life space according to their own values and needs. Personal self-actualization is associated with a positive emotional state, a sense of inner stability, increased self-respect, and confidence. It is important not only for adaptation but also for the purposeful construction of life meaning. It is emphasized that there is gender specificity in the manifestations of life-creative potential and personal self-actualization, which requires further research. It is emphasized that in an extremely changing environment, indicators of life-creative potential and personal self-actualization become critically important, as they enable the formation of effective strategies for overcoming difficulties.

Key words: personality, middle adulthood, life-creative potential, personal self-fulfillment, psychological resources, resilience, optimism, activity, creativity.

УДК 159.923.2
DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2025.73.18>

Артюхіна Н.В.

к. психол.н., доцент кафедри загальної психології і психологічного консультування
Одеський національний університет імені І. І. Мечникова

Севостьянова І.Ю.

здобувачка вищої освіти кафедри загальної психології і психологічного консультування
Одеський національний університет імені І. І. Мечникова

В умовах соціальних викликів, які переживає сучасне українське суспільство, інтерес наукової психологічної спільноти до феномена життєтворчого потенціалу особистості набуває особливої

інтенсивності. Цей концепт є складним і багатовимірним утворенням, що охоплює не лише креативні здібності, а й широкий спектр психологічних ресурсів, які забезпечують здатність людини до

цілеспрямованого саморозвитку, адаптації та продуктивної взаємодії з соціальним середовищем [3]. Важливо підкреслити, що життєтворчий потенціал не є фіксованим утворенням, а постає як динамічна структура, що формується й трансформується упродовж життя – від раннього дитинства до пізньої зрілості. Його дослідження виходить за межі вузькопрофільного аналізу й торкається філософських, антропологічних та соціокультурних площин, зокрема через призму сенсу життя, суб'єктності та взаємодії із соціумом [3; 4; 9].

Актуальність дослідження життєтворчого потенціалу зумовлена потребою в глибшому його розумінні як детермінанти особистісного самоздійснення у зрілому віці. У світі стрімких змін, зростання психологічного навантаження та нестабільності, зокрема в умовах воєнного стану, здатність людини реалізувати свій внутрішній потенціал набуває ключового значення для її психічного благополуччя та загальної якості життя [1; 3]. Особистісне здійснення у цьому контексті розглядається як узагальнюючий показник, що відображає здатність індивіда реалізовувати власні цінності та потенціали, долаючи життєві труднощі та зберігаючи цілісність [6].

Найбільшого значення розвиток життєтворчого потенціалу набуває в дорослому віці – на етапі, коли особистість має найвищий рівень усвідомленості, здатна до саморефлексії та відповідального впливу на своє життя [7; 9]. Йдеться не лише про пристосування до обставин, а про активне формування сприятливого життєвого простору, що відповідає індивідуальним цінностям, життєвим орієнтирам і внутрішнім потребам. Важливими тут є такі вміння, як самостійне визначення пріоритетів, відповідальність за власні дії, здатність до ефективної комунікації, адаптації й подолання психосоціальних змін [4; 8].

Наукові праці як зарубіжних (К. Двек, М. Селігман, Р. Райан, Е. Деці, Б. Фредріксон, Ш. Бюллер), так і вітчизняних дослідників (Л. Сохань, Т. Титаренко, В. Роменець, С. Максименко, Н. Артюхіна, О. Кікінеджи, С. Панченко, О. Штепа та ін.) підтверджують, що життєтворчий потенціал формується внаслідок взаємодії індивідуально-психологічних характеристик, освітнього рівня, життєвого досвіду та соціального контексту [1–6; 8; 13]. Особистості з розвиненим життєтворчим потенціалом здатні до конструктивного вирішення проблем, побудови гармонійних стосунків, гнучкого реагування на зміни та інтеграції внутрішніх прагнень із зовнішніми вимогами. Дослідження також показують, що підтримка з боку соціального оточення здатна активізувати потенціал навіть у несприятливих умовах [11; 13], тоді як високий рівень стресу й соціальні втрати можуть суттєво його пригнічувати.

Життєтворчий потенціал можна розглядати як одну з провідних складових, що істотно впливають на реалізацію особистістю власного потенціалу у процесі самоздійснення [12]. Питання самореалізації особистості ґрунтовно висвітлювалося

у численних наукових джерелах, серед яких варто відзначити роботи як класиків зарубіжної психології (В. Вундт, З. Фрейд, К. Юнг, Г. Олпорт, Е. Еріксон, А. Маслоу, К. Роджерс, В. Франкл, Р. Мей, Ш. Бюллер, М. Фуко, Ж. Дерріда, Д. Брунер, М. Вайт), так і вітчизняних науковців (О. Штепа, О. Кокун, С. Максименко, В. Клочко, А. Большакова, С. Панченко та інші) [3; 5–8; 12]. У своїх дослідженнях автори акцентують увагу на тому, що здатність до особистісного самоздійснення сприяє формуванню позитивного емоційного стану, забезпечує відчуття внутрішньої стабільності й сприяє психологічній гармонізації. Усвідомлення особистістю свого поступу в напрямі реалізації життєвих цілей, відчуття досягнень і сенсової наповненості життя пов'язане з вищим рівнем самоповаги, задоволеності та впевненості у собі [11].

У період дорослості процес реалізації особистісного потенціалу набуває особливого значення, оскільки дозволяє людині не просто адаптуватися до змін, а цілеспрямовано конструювати зміст власного життя. Це відіграє важливу роль у забезпеченні емоційного благополуччя та внутрішньої збалансованості [8; 9]. Самоздійснення не лише відображає реалізацію внутрішніх можливостей, а й виступає важливим джерелом відчуття особистісної цінності навіть в умовах життєвих труднощів. З огляду на реалії сьогодення – зокрема збройний конфлікт в Україні, який зруйнував звичні соціальні зв'язки та ускладнив процес самореалізації для багатьох людей, – особливого значення набуває вивчення того, як саме життєтворчий потенціал може допомагати дорослій людині не лише зберігати внутрішню рівновагу, а й знаходити нові орієнтири для розвитку та досягнення цілей.

Окремої уваги заслуговує гендерна специфіка проявів життєтворчості та особистісного здійснення, що відкриває перспективи для подальших наукових досліджень, спрямованих на глибше розуміння психологічних механізмів, які лежать в основі цих процесів у представників різних статей.

В даній статті ми представляємо результати емпіричного дослідження життєтворчого потенціалу як чинника особистісного здійснення в осіб середнього дорослого віку різної статі.

Емпіричне дослідження проводилося у форматі онлайн-опитування з використанням платформи Google Forms, що забезпечувало учасникам конфіденційність та відповідало вимогам безпеки в умовах воєнного стану. У вибірці взяли участь 96 осіб віком від 28 до 50 років, переважно жінки (75%).

Для вивчення життєтворчого потенціалу було використано комплекс психодіагностичних інструментів, що дозволяють оцінити різні його компоненти. Психологічну ресурсність досліджували за авторською методикою О.С. Штепи, яка охоплює такі параметри, як віра у себе, схильність до само-рефлексії, здатність до допомоги іншим, орієнтація на успіх тощо. Життєстійкість оцінювалася за шкалами залученості, контролю та прийняття ризику

на основі адаптованої версії тесту Мадді (у перекладі та модифікації Д. Леонтьєва та О. Рассказової). Рівень оптимізму та активності визначався за опитувальником, розробленим Л.М. Карамушкою, що дозволяє ідентифікувати особистісні типи за критеріями життєвого сприйняття. Для вимірювання креативності було використано вербальний і графічний субтести адаптованого тесту Торренса. Оцінка особистісної здійсненності здійснювалася за шкалами, розробленими О.С. Штепою, які включають такі аспекти, як самореалізація у професійній сфері, постановка життєвих цілей, здатність до усамітнення та прийняття Іншого.

Результати аналізу психологічної ресурсності за методикою О. Штепи показали, що опитані загалом характеризуються високим рівнем самоусвідомлення, проявляють схильність до саморефлексії та демонструють прагнення до особистісного зростання. Зокрема, за параметром «упевненість у собі» високі значення зафіксовані у 16,7% респондентів, середні – у 56,3%, а низькі – у 27,1%. Гендерне порівняння засвідчило, що чоловіки частіше відчують труднощі із самовпевненістю, що, ймовірно, пов'язано з тиском соціальних норм і стереотипів.

Показник «доброта до людей» був на високому рівні у 25% учасників, а більшість – 68,8% – продемонстрували середні значення. Цей параметр виявився стабільним серед обох статей, що свідчить про спільну для респондентів цінність гуманістичних установок. Водночас лише 14,6% опитаних виявили високий рівень за критерієм «готовність допомагати іншим». При цьому у чоловіків переважає низький рівень (41,7%) у порівнянні з жінками (11,1%), що, можливо, відображає вплив традиційних уявлень про мужність та емоційне стримування.

Щодо параметра «успіх», високі результати продемонстрували лише 4,2% респондентів. У жінок цей показник становив 2,8%, тоді як серед чоловіків – 8,3%, що може свідчити про різні підходи до самореалізації у представників різної статі. Показники за критеріями «любов» та «творчість» залишаються низькими – 4,2% та 12,5% відповідно, що може бути наслідком високого рівня емоційного виснаження та зниження енергії на тлі соціального напруження, спричиненого війною.

Ціннісні орієнтації, пов'язані з «вірою у добро» та «прагненням до мудрості», у 87,5% респондентів знаходяться на середньому рівні, що свідчить про збереження базового оптимізму навіть в умовах нестабільності. У параметрах «робота над собою» та «професійна самореалізація» більшість учасників також мають середній рівень, що демонструє готовність до розвитку, хоча лише 16,7% респондентів справді активно займаються самовдосконаленням.

«Відповідальність» виявилася слабким місцем у респондентів – лише 6,3% продемонстрували високий рівень, тоді як серед чоловіків 41,7% мали низькі показники. Це може свідчити про

бажання уникати прийняття рішень у ситуаціях високої напруги. Подібна тенденція простежується і в оцінці таких параметрів, як «знання про власні ресурси» та «здатність їх оновлювати» – високі значення фіксувалися лише у 6,3% опитаних, тоді як більшість залишаються на середньому рівні, що вказує на часткове усвідомлення, але недостатню навичку практичного застосування власних можливостей.

За інтегральним показником особистісної здійсненності лише 8,3% респондентів досягли високих результатів, а 44,9% – низьких. Чоловіки виявили вищий рівень незадоволеності особистісною реалізацією: серед них частка низьких значень становила 66,7%, що може відображати внутрішню кризу ідентичності або глибоку фрустрацію в контексті сучасних військових викликів.

Загалом результати показали, що жінки значно частіше демонструють вищі показники за більшістю оцінюваних характеристик психологічної ресурсності. Це може свідчити про більшу гнучкість, емоційну витривалість та орієнтацію на соціальну взаємодію. Натомість чоловіки, ймовірно через соціальні очікування та сильні зовнішні навантаження, стикаються з більшими труднощами в емоційному самоврегулюванні, прийнятті відповідальності та формулюванні особистісних цілей. Загалом більшість респондентів демонструють здатність розпізнавати свої ресурси, але недостатньо ефективно їх мобілізують через відсутність чіткого вектору саморозвитку. Це особливо характерно для чоловічої групи, яка частіше потребує підтримки ззовні для збереження стійкості в умовах стресу. Жінки ж, навпаки, демонструють кращу адаптивність і соціальну інтеграцію завдяки наявності гнучких стратегій опанування.

Аналіз рівня життєстійкості учасників дослідження показав, що майже половина опитаних (47,9%) мають середній рівень даного показника. Це свідчить про певну здатність адаптуватися до змін, однак у ситуаціях інтенсивного стресу виникають труднощі з емоційною стабілізацією. Ще 39,6% респондентів виявили низький рівень життєстійкості, що відображає їхню чутливість до несприятливих зовнішніх факторів. У порівнянні з чоловіками, жінки демонструють вищі середні показники життєстійкості (80,6 проти 71,7), що, ймовірно, пов'язано з виконанням ними соціальних функцій, орієнтованих на підтримку та догляд у кризових ситуаціях. Гендерний розподіл також виявив, що жінки переважають за такими компонентами життєстійкості, як залученість, контроль над подіями та готовність до ризику. Чоловіки, навпаки, мали помітно нижчі показники за всіма цими параметрами, що можна пояснити високим психологічним навантаженням, обумовленим соціальними очікуваннями та почуттям відповідальності в екстремальних умовах.

Оцінка рівня активності та оптимізму продемонструвала, що, хоча середньостатистичні показники активності респондентів залишаються на прийнятному рівні, оптимістичні установки значно посла-

блені. Це, найімовірніше, є наслідком загального соціального напруження, зумовленого війною та економічною нестабільністю. Особливо помітне зниження оптимізму спостерігалось серед чоловіків, що може свідчити про підвищене емоційне виснаження через надмірні зобов'язання й тиск соціальної ролі.

При розподілі респондентів за особистісними типами переважали «реалісти» та «пасивні песимісти». Така структура типів вказує на загальну налаштованість на реалістичне або песимістичне сприйняття життєвих перспектив. Більший відсоток «пасивних песимістів» серед чоловіків свідчить про їхню більшу вразливість до негативного емоційного фону. Жінки частіше демонстрували тип «активного песиміста», що може вказувати на схильність до дії навіть за несприятливого емоційного стану. Відсутність «пасивних оптимістів» і низька кількість «активних оптимістів» серед усіх респондентів засвідчують загальний дефіцит позитивних очікувань та активної життєвої позиції.

Щодо креативності, результати свідчать про те, що більшість опитаних (68,8%) мають середній рівень розвитку творчих здібностей. Високий рівень креативності було виявлено у 14,6% осіб, тоді як 16,7% респондентів продемонстрували низьку здатність до нестандартного мислення. Жінки загалом мали вищі показники креативності порівняно з чоловіками. Так, 77,8% жінок продемонстрували середній рівень, що перевищує аналогічний показник серед чоловіків (50%). Крім того, 16,7% жінок мали високий рівень креативності, тоді як серед чоловіків таких було лише 8,3%. Водночас у чоловіків відзначено істотно вищий відсоток низького рівня креативності (41,6% проти 5,6% у жінок), що може свідчити про обмеження в прояві творчості, можливо, зумовлене соціальними умовами або внутрішніми бар'єрами. Різниця у середньогрупових значеннях також підтверджує перевагу жінок у цій сфері (51,4 у жінок і 47,4 у чоловіків).

Вивчення рівня особистісної здійсненності виявило, що більшість учасників мають середні або високі показники за окремими її параметрами. Так, 52,1% опитаних відзначили наявність чітко сформульованих життєвих цілей, що свідчить про мотивацію до саморозвитку. Показник «прийняття Іншого» був високим у 72,9% респондентів, демонструючи високий рівень емпатійності та комунікативної відкритості. Проте лише 18,75% мали високий загальний рівень особистісної здійсненності, що вказує на потребу в додатковій психологічній підтримці для зміцнення особистісної інтеграції. Середній рівень внутрішнього компоненту здійсненності продемонстрували 85,4% респондентів, що свідчить про наявність потенціалу до самопізнання та розвитку, однак недостатньо реалізованого.

Гендерний аналіз засвідчив помітні розбіжності. У жінок рівень особистісної здійсненності був загалом вищим: 61,1% жінок мали високий рівень сформованості життєвих цілей, 80,6% – високий

рівень прийняття Іншого, що свідчить про їхню соціальну гнучкість і комунікативну компетентність. Крім того, жінки краще використовують самотність як ресурс для саморозвитку. Водночас лише 25% з них мали високий загальний рівень здійсненності. У чоловічій групі цей показник був ще нижчим – жоден з опитаних чоловіків не продемонстрував високого загального рівня. Лише 25% мали чіткі цілі, а половина виявила високий рівень прийняття Іншого. Крім того, 16,7% чоловіків мали низький рівень продуктивного усамітнення, що може свідчити про недостатню внутрішню зібраність та утруднене використання часу для саморозвитку.

Аналіз взаємозв'язків між компонентами життєтворчого потенціалу та рівнем особистісного здійснення осіб середнього дорослого віку, проведений із використанням коефіцієнта кореляції Спірмена, виявив 122 статистично значущі прямі двосторонні кореляції, що свідчить про тісний зв'язок між цими двома феноменами. Встановлено, що особи з високими значеннями таких характеристик, як *активність* ($r = 0,479$; $p < 0,01$), *креативність* ($r = 0,344$; $p < 0,05$), *залученість* ($r = 0,403$; $p < 0,01$), *контроль* ($r = 0,480$; $p < 0,01$) і *прийняття ризику* ($r = 0,573$; $p < 0,01$), частіше демонструють вищий рівень особистісної здійсненності. Це підтверджує важливість таких якостей, як ініціативність, гнучкість і готовність до дії, у процесі самореалізації дорослої людини.

До того ж виявлено, що низка елементів психологічної ресурсності має тісний позитивний зв'язок із досягненням особистісної реалізації. Зокрема, *впевненість у собі* ($r = 0,564$; $p < 0,01$), *доброта* ($r = 0,485$; $p < 0,01$), *готовність допомагати* ($r = 0,521$; $p < 0,01$), *здатність любити* ($r = 0,624$; $p < 0,01$) і *відчуття успішності* ($r = 0,474$; $p < 0,01$) демонструють істотний позитивний вплив на суб'єктивне переживання здійсненості. Отримані дані підкреслюють роль соціальної підтримки, емоційного включення та позитивної взаємодії з іншими у формуванні відчуття реалізованості.

Серед чинників, що сприяють досягненню особистісних цілей, значне місце посідають такі аспекти життєтворчого потенціалу, як *здатність до відновлення внутрішніх ресурсів* ($r = 0,575$; $p < 0,01$), *успішна самореалізація у професійній діяльності* ($r = 0,664$; $p < 0,01$) та *систематична робота над власним розвитком* ($r = 0,496$; $p < 0,01$). Ці показники можна вважати ключовими предикторами ефективного особистісного зростання, що дозволяють дорослій людині не лише адаптуватися до змін, а й активно формувати вектор власного розвитку у складних соціальних умовах.

Результати проведеного дослідження свідчать про суттєвий зв'язок між компонентами життєтворчого потенціалу та рівнем особистісного здійснення у дорослих людей середнього віку. Встановлено, що такі характеристики, як активність, креативність, емоційна стійкість, а також здатність до рефлексії, соціальної взаємодії та відповідаль-

ності, позитивно корелюють із здатністю людини реалізовувати власні цілі, зберігати внутрішню цілісність та досягати життєвого задоволення навіть в умовах соціальних потрясінь.

Особливої уваги заслуговує виявлена гендерна специфіка: жінки в дослідженні продемонстрували вищі показники креативності, соціальної відкритості та відповідальності, тоді як чоловіки виявили більшу вразливість у сфері емоційної стабільності та постановки цілей. Це вказує на потребу у врахуванні соціокультурного контексту під час формування програм підтримки психічного здоров'я для різних вікових і гендерних груп.

Загалом результати підтверджують тезу про те, що життєтворчий потенціал є важливою передумовою особистісного здійснення, і його розвиток сприяє більш ефективному функціонуванню особистості у кризових умовах сучасності. Подальші дослідження можуть бути спрямовані на вивчення динаміки цього взаємозв'язку в різних соціальних групах і контекстах, зокрема в умовах вимушеної міграції, професійної дезадаптації чи втрати соціальних ролей.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Артюхіна Н., Цацуріна К. Вплив життєтворчих ресурсів на процес психосоціальної адаптації в дорослому віці. *Вісник Львівського університету. Серія : Психологічні науки*. 2024. Вип. 20. С. 25–31.
2. Артюхіна Н.В., Кучеренко Р. Життєтворчі ресурси особистості в дорослому віці. *Габітус : наук. журн.* 2023. Вип. 51. С. 64–69.
3. Богданова Н.К. Культура життєтворчості особистості. Філософсько-світоглядний аналіз : наук. вид. Київ : НПУ імені М. П. Драгоманова, 2011. 302 с.
4. Болотнікова І.В. Акмеологічні основи особистісного самоздійснення. *Актуальні проблеми психології* : зб. наук. пр. Ін-ту психології ім. Г. С. Костюка НАПН України. Київ, 2016. Вип. 16, т. V : Психофізіологія. Психологія праці. Експериментальна психологія. С. 3–12.
5. Большакова А.М. Часові перспективи та життєтворчий потенціал особистості. *Вісник Одеського національного університету. Серія : Психологія*. 2013. Т. 18, Вип. 22(1). С. 38–44.
6. Даценко О.А. Психологічний ресурс як інтегральна характеристика життєтворчості особистості. *Теорія і практика сучасної психології*. 2022. DOI: <https://doi.org/10.32838/2709-3093/2022.1/01>.
7. Казанжи М.Й. Самоздійснення особистості: сутність і специфічні характеристики. *Наук. вісн. Херсон. держ. ун-ту*. 2020. Вип. 1. С. 27–33.
8. Максименко С.Д. Генеза здійснення особистості. Київ : КММ, 2006. 240 с.
9. Максимова В.Н. Зрілість як акмеологічний критерій розвитку людини. *Світ психології*. 2020. С. 239–245.
10. Методики дослідження психічного здоров'я та благополуччя персоналу організацій : психол. практикум / Л. М. Карамушка, О. В. Креденцер, К. В. Терещенко [та ін.] ; за ред. Л. М. Карамушки. Київ : Ін-т психології ім. Г. С. Костюка НАПН України, 2023. 76 с.
11. Особистісне зростання в умовах трансформації сучасного суспільства : монографія / Т. В. Коломієць, Т. Ю. Кулаковський, Г. В. Пирог [та ін.] ; за наук. ред. Л. П. Журавльової. Житомир : Євенок О. О., 2020. 308 с.
12. Панченко С.М. Активізація самоздійснення особистості у контексті самоорганізації дорослої людини. *Наук. вісн. Миколаїв. держ. ун-ту ім. В. О. Сухомлинського* : зб. наук. пр. Сер. : Психологічні науки / за ред. С. Д. Максименка, Н. О. Євдокимової. 2011. Т. 2, Вип. 7. С. 222–226.
13. Психологія життєтворення особистості в сучасному світі : монографія / Ю. Д. Гундєр-тайло, В. О. Климчук, О. Я. Кляпець [та ін.] ; за ред. Т. М. Титаренко ; НАПН України, Ін-т соціальної та політичної психології. Київ : Міленіум, 2016. 320 с.
14. Штепа О.С. Ресурсна насиченість особистості. *Проблеми сучасної психології* : зб. наук. пр. Кам'янець-Подільськ. нац. ун-ту ім. І. Огієнка, Ін-ту психології ім. Г. С. Костюка НАПН України / за ред. С. Д. Максименка, Л. А. Онуфрієвої. Кам'янець-Подільський : Рута, 2020. Вип. 47. С. 231–252.
15. Штепа О.С. Теоретичний аналіз феномену особистісного самоздійснення. *Актуальні проблеми психології інновацій: теорія та практика* : матер. Всеукр. наук. – практ. конф. (15 вересня 2017 р.). Одеса: ВМВ, 2017. С. 22–25.