

УДК 159.923

DOI 10.32755/sjeducation.2020.02.094

## ПСИХОЛОГІЧНІ РЕСУРСИ ОСОБИСТОСТІ В УМОВАХ СУЧАСНИХ ВИКЛИКІВ

**Кухар Тетяна Володимирівна**, кандидат психологічних наук,  
старший викладач кафедри психології,  
*Академія Державної пенітенціарної служби*  
(14000, Україна, м. Чернігів, вулиця Гонча, 34,  
*e-mail: tatyanakukyar@ukr.net*)  
ORCID: 0000-0002-2352-323X

**Волеваха Ірина Борисівна**, кандидат психологічних наук, доцент,  
доцент кафедри психології,  
*Академія Державної пенітенціарної служби*  
(14000, Україна, м. Чернігів, вулиця Гонча, 34,  
*e-mail: volevalha\_iryana@ukr.net*)  
ORCID: 0000-0002-7525-0878

*У статті представлено результати теоретичного аналізу проблеми психологічних ресурсів особистості. Вони визначаються як індивідуально-психологічні відмінності людини, які забезпечують їй успішне оволодіння та реалізацію діяльності, переживання психологічного благополуччя. Це системне утворення, що містить фізіологічний, особистісний, соціальний, діяльнісний рівні. Основною функцією психологічних ресурсів особистості є забезпечення її тими можливостями, завдяки яким вона буде здатна подолати складну життєву ситуацію, іноді травмічну, а також реалізувати свої плани, досягти власної мети, завдяки чому відбувається її саморозвиток та набуття певного рівня особистісної зрілості.*

*Питання ресурсів розглядається в психологічній науці як засоби для існування, можливості людей і суспільства, а також як фізичні і духовні якості людини та як комплекс особистісних властивостей, які дають людині внутрішні сили, необхідні для подолання життєвих криз.*

*Рівень усвідомленого ставлення особистості до своїх можливостей, здібностей, досвіду забезпечує доцільне використання власних ресурсів, коли людина здатна свідомо зберігати, використовувати, набувати, обмінювати і втрачати ресурси в процесі своєї життєдіяльності.*

*Дослідження психологічних ресурсів особистості має спиратися на системний підхід, згідно з яким їх слід розуміти як певну систему, що постійно поповнюється або спустошується, аби особистість могла долати труднощі та функціонувати в повну силу. Тракткування психологічних ресурсів як системи означає, що можуть включатися компенсаторні механізми, завдяки яким відбувається їх збереження, обмін та перерозподіл.*

**Ключові слова:** психологічні ресурси, особистісні ресурси, стрес, подолання стресу, копінг-стратегія, особистісна зрілість.

## PSYCHOLOGICAL PERSONALITY RESOURCES IN THE CONDITIONS OF MODERN CHALLENGES

**Kukhar Tetiana**, PhD in Psychology,  
Senior lecturer of the Department of Psychology,  
*Academy of the State Penitentiary Service*  
(14000, Ukraine, Chernihiv, Honcha st., 34,  
e-mail: [tatyanakukyar@ukr.net](mailto:tatyanakukyar@ukr.net))  
ORCID: 0000-0002-2352-323X

**Volevakhha Iryna**, PhD in Psychology, Associate Professor,  
Associate Professor of the Department of Psychology,  
*Academy of the State Penitentiary Service*  
(14000, Ukraine, Chernihiv, Honcha st., 34,  
e-mail: [volevalha\\_iryana@ukr.net](mailto:volevalha_iryana@ukr.net))  
ORCID: 0000-0002-7525-0878

*This article represents the results of a theoretical analysis of the problems of psychological resources of a personality. They are viewed and considered as individually-psychological traits and characteristics of a person, which provide her with successful acquirement and implementation of activities, state and experience of a psychological well-being. It is a systemic formation that includes physiological, personal, social and performing levels. The main and therefore basic function of psychological resources of the individual is to provide him with the opportunities through which he will be able to overcome a difficult life situation, sometimes even traumatic, and also to realize his or her life plans, to achieve own goal, thanks to which will originate self-development and acquisition of a certain level of a personal maturity.*

*The question of resources is considered in psychological science as a means of subsistence, the capabilities of people and society, as physical and spiritual qualities of an individual and as well as a set of personal qualities that give a person the inner strength needed to overcome life crises.*

*The level of conscious attitude of the individual to their capabilities, abilities, experience ensures the appropriate use of their own resources, by that meaning the ability of a person to consciously store, use, acquire, exchange and lose resources in the process of their lives. Through stable psychological resources, a person not only meets external conditions, but also creates such conditions under which his self-development and self-improvement take place.*

*The study of psychological resources of the individual should be based on a systematic approach, according to which they should be understood as a system that is constantly replenished or devastated, so that the individual can overcome difficulties and function in full force. The interpretation of psychological resources as a system means that compensatory mechanisms can be included, thanks to which they are stored, exchanged and redistributed.*

**Key words:** *psychological resources, personal resources, stress, overcoming of stress, coping strategies, personal maturity.*

**Постановка проблеми.** Одним з напрямів розвитку сучасної психологічної науки в останні десятиліття стало розроблення концепції психологічних ресурсів особистості, що є особливо важливим в умовах суспільних трансформацій. Розуміння психологічних ресурсів актуально для особистості в умовах подолання нею стресових ситуацій, в організації будь-якого виду діяльності, досягнення психологічного благополуччя тощо. Пошук та розвиток ресурсів відбувається не лише кожною особистістю, а й суспільством в цілому для вирішення нагальних економічних, політичних, соціальних, ідеологічних завдань.

**Аналіз останніх публікацій.** Ресурсний підхід знаходиться у центрі уваги науковців та практиків: у контексті життєвого потенціалу та життєстійкості (Д. О. Леонт'єв, С. Мадді), пошуку конструктивного виходу із стресової ситуації (В. О. Бодров, Н. Є. Водопьянова, Л. О. Кітаєв-Смик, Р. Лазарус, В. А. Лібіна, О. Рогозян, С. Хобфолл), побудови копінг-стратегій поведінки (Т. Л. Крюкова, Р. Лазарус і С. Фолкман, К. Муздибаєв), роль психологічних ресурсів в адаптаційному процесі (Л. А. Александра, О. М. Богомол, А. І. Галян, О. К. Осницький), у саморегуляції активності особистості та визначенні її стилю (О. О. Конопкін, В. І. Моросанова), в досягненні психологічного благополуччя (Е. Дінер, Т. Іванова) та інші.

У вітчизняній науці ця проблема також аналізується досить різнобічно. Обґрунтовано філософсько-психологічний підхід до психологічного ресурсу особистості (В. Ф. Казібекова), визначено психологічну ресурсність у структурі суб'єктності особистості (О. С. Штепа), описано ознаки соціального капіталу як психологічного ресурсу особистості (П. І. Блозва), досліджується стресостійкість у контексті психологічних ресурсів особистості (І. О. Віденєєв, А. І. Галян, І. В. Ващенко і Б. Б. Іваненко), вивчаються ресурси особистості, спрямовані на подолання страху та формування копінг-стратегій (Т. О. Даценко, О. І. Купрєєва), розкриваються психофізіологічні ресурси духовності (В. В. Клименко, О. А. Чиханцова) та екзистенційні ресурси особистості (О. Ю. Рязанцева), окреслюються професійно орієнтовані ресурси особистості (А. І. Галян, Н. В. Перегончук, Т. С. Краєвська) та розвиток потенціалу особистості в умовах сучасного освітнього середовища (В. Р. Міляєва, Н. К. Лебідь та Ю. В. Бреус) та інші.

**Формулювання мети і завдань статті.** Мета роботи – на основі теоретичного аналізу проблеми дати визначення психологічних ресурсів особистості, з'ясувати їх роль у життєдіяльності людини та розкрити їх компоненти.

**Виклад методики і результатів дослідження.** Сучасні теоретико-експериментальні розробки вміщують досить широкий діапазон визначень ресурсів, виокремлюючи з них економічні, матеріальні, трудові, фінансові, природні, адаптаційні, психологічні, інформаційні, соціальні. Розглянемо основні визначення поняття ресурсу у філософській та психологічній науці.

Леонтьев Д. О. розуміє під поняттям «ресурс» ті «засоби, наявність і достатність яких сприяє досягненню мети і підтриманню благополуччя, а відсутність або недостатність – ускладнює. Для того, в кого відсутня мета, ніщо не є ресурсом. Можна сказати, що властивість бути ресурсом – це системна якість, яку набувають окремі об'єкти або індивідуальні особливості в структурі діяльності, що задається мотивом та метою. При цьому ресурси – це не пояснювальне поняття, а описове» [8, с. 22].

Муздибаєв К. визначає ресурси як засоби для існування, можливості людей і суспільства. Це все те, що людина використовує, щоб відповідати вимогам середовища; це життєві цінності, які утворюють реальний потенціал для владнання з несприятливими життєвими подіями [9]. Згідно з таким визначенням виділяємо той аспект, що ресурс особистості потрібний їй для того, щоб відповідати зовнішнім вимогам, у тому числі подоланні складних обставин.

Саме тому поняття «ресурси» широко розглядається в контексті теорії психологічного стресу. Так, В. Бодров наголошує, що ресурси є «тими фізичними і духовними можливостями людини, мобілізація яких забезпечує виконання її програми і способів (стратегій) поведінки для запобігання або подолання стресу» [2, с. 115–116]. При цьому вчений, виокремлюючи ресурсну модель стресу, підкреслює, що досить складно оцінити цей стан через категорію витрат ресурсів, зокрема їх втрату, а за необхідності й їх перерозподіл. Однозначним є його думка про значущість оперативної мобілізації частини наявного ресурсу людини як адаптаційного для забезпечення вимог стресової ситуації [3, с. 212].

Казібекова В. Ф. визначає ресурс як комплекс особистісних властивостей, які дають людині змогу зберегти почуття щастя і впевненості, мудрість і життєвий досвід подолання труднощів, внутрішні сили, необхідні людині, щоб конструктивно подолати життєві кризи [7, с. 124].

Ващенко І. В. і Іваненко Б. Б. акцентують увагу на тому, що ресурси складають «... засоби й умови, що дозволяють за допомогою певних перетворень отримати бажаний результат. Це стан, можливість, якою можна скористатися у разі потреби, додаткове джерело психологічної і фізичної сили й енергії. Спираючись на свій ресурс, людина здатна наважитися на дію в напрямі досягнення бажаного» [4, с. 39].

У цих визначеннях чітко прослідковується думка про те, що психологічний ресурс потрібний особистості не лише для формування та реалізації копінг-стратегії поведінки у складних життєвих ситуаціях. Ресурс є важливим і в досягненні мети, яку ставить перед собою особистість як бажаний результат. У цьому контексті В. Ф. Казібекова узагальнює, що «ресурси особистості – це всі ті життєві опори, які є в розпорядженні людини й дають їй змогу забезпечувати свої основні потреби: 1) виживання; 2) фізичний комфорт; 3) безпеку; 4) залученість у соціум; 5) повагу з боку соціуму; 6) самореалізацію в соціумі» [7, с. 126].

І хоча потреба у самореалізації передбачає активну життєву позицію особистості в постановці і досягненні власної мети, вчена доходить висновку про те, що психологічні ресурси особистості першочергово актуальні у складних обставинах. Вона пише: їх «можна вважати багатомірним феноменом, що визначається певними особистісними якостями людини, які сприяють досягненню значущих життєвих цілей у важких кризових ситуаціях, актуалізуючись за необхідності для вирішення тих чи інших завдань» [7, с. 126].

Наступним надзвичайно важливим аспектом проблеми психологічних ресурсів особистості є з'ясування того, з чого вони складаються, тобто визначення їхньої структури. Частіше під особистісними ресурсами розуміються ті індивідуально-психологічні відмінності людини, які забезпечують їй успішне оволодіння та реалізацію діяльності, а також переживання психологі-

чного благополуччя. Тому різні науковці відносять до них установки, цінності, особистісні риси та стратегії поведінки, в тому числі у стресових ситуаціях (Т. Ю. Іванова, Д. О. Леонтьєв, Є. М. Осін та ін.) [6, с. 85].

Леонтьєв Д. О. наголошує на чотирьох найбільш глобальних класах ресурсів: фізіологічні (стан здоров'я, тип нервової системи), психологічні, або особистісні (особливості особистості, характеру, здібностей, психічних процесів), предметно-матеріальні (знаряддя та предмети, що розширюють потенційні можливості індивіду) та соціальні (соціальна підтримка, соціальний капітал, репутація) [6, с. 87].

Безумовно, фізіологічні ресурси закладають певну основу для створення, накопичення та відновлення загального потенціалу особистості, але для решти зазначених класів провідними вважаємо психологічні (особистісні). Адже саме вони будуть визначати предметно-матеріальні та соціальні ресурси як результати діяльності особистості. В цьому контексті, зважаючи на предмет нашого дослідження, акцентуємо увагу на психологічних або особистісних ресурсах та їх трактуванні у сучасних наукових розробках.

Леонтьєв Д. О. виділяє серед особистісних:

- психологічні ресурси стійкості;
- психологічні ресурси саморегуляції;
- мотиваційні ресурси;
- інструментальні ресурси.

До психологічних ресурсів стійкості науковець відносить ціннісно-сміслові ресурси, які надають особистості почуття впевненості у собі, стійку самооцінку і внутрішнє право на активність та ухвалення рішення. Психологічні ресурси саморегуляції утворюють ті змінні особистості, які уособлюють стратегії її поведінки як способи побудови динамічної взаємодії із зовнішніми умовами: контроль над ними або залежність від них, стійкі очікування позитивних або негативних результатів, гнучкість або ригідність цілепокладання. Мотиваційні ресурси відображають, на думку вченого, енергетичне забезпечення дій індивіду для подолання стресової ситуації. Інструментальні ресурси складають здібності особистості як такі індивідуальні властивості, що сприяють лег-

кості та успішності вирішення завдань, при цьому набуті та стереотипні компетентності й тактики реагування [6, с. 88].

Привертає увагу, що розробляючи ресурсну модель стресу, Д. О. Леонтьєв робить акцент на тому, що рівень психологічного благополуччя більшою мірою залежить від сформованості особистісних якостей, ніж від сили стресового впливу обставин. Адже особистісні ресурси виступають засобом, інструментом для конструктивної трансформації стрес-факторів та владнання ними. Значення набувають гострота стресу, кількість ресурсів та їх різноманіття і, особливо, суб'єктне уявлення про них, що впливає на вибір загальної стратегії поведінки – захисної або наступальної.

Бодров В. О. розрізняє ресурси залежно від їх місця в регуляції процесу подолання стресу, виокремлюючи при цьому особистісні та психологічні ресурси. Так, до особистісних ресурсів він відносить риси та установки, корисні для регуляції поведінки в різних стресогених ситуаціях – самоконтроль, самооцінка, почуття власної гідності, самоефективність. Психологічні ресурси визначаються когнітивними, психомоторними, емоційними, вольовими процесами людини, здатними забезпечити вирішення проблеми та контроль емоцій. Учений відмічає необхідний рівень знань, навичок, умінь, досвіду для рішення завдань у складній ситуації, що утворює професійні ресурси. Не менш важливими є соціальні ресурси, які становлять рівень соціальної та моральної підтримки, життєві цінності, контроль довіри, віри в себе, впевненість, міжособистісні відносини. Фізичні ресурси відображають стан фізичного та психічного здоров'я, функціонального резерву організму. Матеріальні ресурси визначаються рівнем фінансового, економічного забезпечення. При цьому наголошується, що комплекс особистісних, психологічних, професійних і фізичних ресурсів становлять єдиний особистий ресурс людини [3, с. 213].

Штепа О. С. розрізняє зміст особистісних, персональних та психологічних ресурсів, підкреслюючи, що «персональні ресурси доцільно охарактеризувати як матеріальні та нематеріальні резерви людини, що дають їй змогу почуватися дієздатною та долати стреси; компонентами персональних ресурсів є особистісні, соціальні та матеріальні ресурси» [11, с. 785]. Психологічні ресурси, на думку вченої, мають часову спрямованість, тому

що вони містять минулий досвід особистості, її впевненість у собі, яку вона переживає в теперішньому та уявлення про напрямки й шляхи самореалізації в майбутньому.

Трапляються дослідження, в яких досить широко виокремлюються ресурси особистості, які становлять той потенціал, що забезпечує успішну адаптацію до несприятливих життєвих умов. Так, К. Муздибаєв усі ресурси поділяє на особистісні (або психологічні) і середовищні. Перші, як внутрішні, вміщують, насамперед, здібності і навички людини, а другі – розкривають можливість отримання допомоги з боку соціального оточення, тому їх називають зовнішніми [10].

Александрова Л. А. наголошує на тих психологічних ресурсах, що сприяють підвищенню життєстійкості особистості до впливу травмівних чинників, виокремлюючи при цьому суб'єктивну вітальність як переживання енергії, доступної особистості для самореалізації, психологічну стійкість, осмисленість життя, толерантність до невизначеності, самоефективність, копінг-стратегії, а також задоволеність соціальною підтримкою [1].

Погоджуємося з думками А. Галяна і О. С. Штепи про те, що описані психологічні ресурси відображають певний рівень зрілості особистості. Це виявляється, за висловом А. Галяна, «у зрілому ставленні до свого життя, розумний баланс оцінок минулого, майбутнього і теперішнього створює умови для успішної інтеграції психотравмувальної події» [5]. Зрілість особистості сприяє розумінню нею всього, що відбувається навколо. Психологічна зрілість у такому контексті міститиме когнітивні, емоційні, мотиваційні ресурси, які й допоможуть особистості адекватно подолати труднощі. Штепа О. С., описуючи компоненти персональної та психологічної ресурсності, відзначає в їхніх структурах загальний рівень смисложиттєвих орієнтацій, особистісну зрілість, яка виявляється через контактність, глибинність переживань та переконання у самоцінності.

Ващенко І. В. і Іваненко Б. Б. влучно окреслюють шляхи розвитку психологічних ресурсів через пізнання своїх психофізіологічних та соціальних можливостей, формування особистої відповідальності, розвиток життєстійкості і закріплення життєствердних настановлень. Крім того, вони розробили покрокове застосування



особистістю свого ресурсу в подоланні стресової ситуації, де перший крок передбачає усвідомлення її реального змісту, другий – виявлення рішучості до змін, «третій – відмова від боротьби з тими аспектами складної ситуації, які змінити неможливо, і переорієнтація уваги на трансформацію негативу ситуації в конструктивні зміни шляхом власних зусиль» [4, с. 33].

Узагальнюючи, можна визначити ресурси як те, що потрібно особистості або суспільству для ефективного функціонування та створення достойної якості життя. Ресурси особистості поділяють на фізіологічні, психологічні (особистісні), соціальні, предметно-діяльнісні. Основною функцією психологічних ресурсів особистості є забезпечення її тими можливостями, завдяки яким вона буде здатна подолати складну життєву ситуацію, іноді травмівну і стресову, а також реалізувати свої плани, досягти власної мети. Тобто завдяки психологічним ресурсам особистість не лише відповідає зовнішнім умовам, а й створює такі умови, за яких відбувається її саморозвиток, самовдосконалення.

Дослідження психологічних ресурсів особистості має спиратися на системний підхід, згідно з яким їх слід розуміти як певну систему, що постійно поповнюється або спустошується, аби особистість могла долати труднощі та функціонувати в повну силу. Тракткування психологічних ресурсів як системи означає, що в її середині можуть вміщуватися компенсаторні механізми, завдяки яким відбувається їх збереження, обмін та перерозподіл.

Важливим аспектом розуміння психологічних ресурсів є той рівень усвідомленого ставлення особистості до своїх можливостей, здібностей, досвіду, який, з одного боку, відображає рівень її зрілості, а, з другого, забезпечує найбільш доцільне використання власного ресурсу. Тобто людина здатна свідомо зберігати, використовувати, набувати, обмінювати і втрачати ресурси в процесі своєї життєдіяльності.

**Висновки і перспективи подальших досліджень.** Аналіз показав численність теоретико-експериментальних досліджень з проблеми психологічних ресурсів особистості, що визначаються як індивідуально-психологічні відмінності людини, які забезпечують їй успішне оволодіння та реалізацію діяльності, переживання психологічного благополуччя. Це системне утворення, що

містить фізіологічний, особистісний, соціальний, діяльнісний рівні, які лише в єдності забезпечують особистість усім необхідним для подолання складних життєвих ситуацій та у процесі досягнення поставлених цілей.

Наше дослідження не вичерпує всього діапазону зазначеної проблеми. Подальшого розроблення потребують питання визначення критеріїв оцінювання психологічних ресурсів особистості в подоланні стресової ситуації та в процесі досягнення поставленої мети, розроблення показників стабільності та мінливості особистісних ресурсів, встановлення внутрішніх зв'язків у системі психологічних ресурсів особистості.

### Список використаних джерел

1. Александрова Л. А., Лебедева А. А., Божожей В. В. Психологические ресурсы личности и социально-психологическая адаптация студентов с ОВЗ в условиях профессионального образования. *Психологическая наука и образование*. 2014. № 1. С. 50–62.
2. Бодров В. А. Проблема преодоления стресса. Часть 2. Процессы и ресурсы преодоления стресса. *Психологический журнал*. 2006. Том 27, № 2. С. 113–123.
3. Бодров В. А. Психологический стресс: развитие и преодоление. Москва: ПЕР СЭ, 2006. 528 с.
4. Ващенко І. В., Іваненко Б. Б. Психологічні ресурси особистості в подоланні складних життєвих ситуацій. *Проблеми сучасної психології*. 2018. Вип. 40. С. 33–49.
5. Галян А. Психологічний ресурс особистості як чинник подолання стресу (огляд досліджень з проблеми). *Проблеми гуманітарних наук*. Серія «Психологія». 2015. Вип. 35. С. 56–66.
6. Иванова Т. Ю., Леонтьев Д. А., Осин Е. Н. и др. Современные проблемы изучения личностных ресурсов в профессиональной деятельности. *Организационная психология*. 2018. Т. 8. № 1. С. 85–121.
7. Казібекова В. Ф. Психологічні ресурси особистості: філософсько-психологічний зміст. *Науковий вісник Херсонського державного університету*. Серія «Психологічні науки». 2017. Вип. 2, Т. 1. С. 120–127.
8. Леонтьев Д. А. Саморегуляция, ресурсы и личностный потенциал. *Сибирский психологический журнал*. 2016. № 62. С. 18–37.
9. Муздыбаев К. Дилеммы распределения ресурсов. *Вестник Санкт-Петербургского университета*. Серія 6. 1992. № 1. С. 62–69.
10. Муздыбаев К. Стратегия совладания с жизненными трудностями. *Журнал социологии и социальной антропологии*. 1998. Т. 1. № 2. С. 100–111.

11. Штепа О. С. Особливості зв'язку психологічної та персональної ресурсності особистості. *Проблеми сучасної психології*: збірник наукових праць К-ПНУ імені Івана Огієнка, Інституту психології імені Г. С. Костюка НАПН України. 2013. Вип. 21. С. 782–791.

### References

1. Aleksandrovna, L. A., Lebedeva, A. A., Bobozhei, V. V. (2014), "Psychological resources of the person and social and psychological adaptation of students with disabilities in the conditions of professional education", *Psychological science and education*, № 1, pp. 50–62.
2. Bodrov, V. A. (2006), "The problem of overcoming stress", Part 2: Processes and resources for coping with stress, *Psychological Journal*, Vol 27, № 2, pp. 113–123.
3. Bodrov, V. A. (2006), *Psychological stress: development and overcoming*, PER SE, Moscow.
4. Vashchenko, I. V. and Ivanenko, B. B. (2018), "Psychological resources of the individual in overcoming difficult life situations", *Problems of modern psychology*, Issue 40, pp. 33–49.
5. Halian, A. (2015), "Psychological resource of personality as a factor in overcoming stress (review of research on the problem)", *Problems of the humanities*. Psychology series, Issue 35, pp. 56–66.
6. Ivanov, T. Yu., Leontiev, D. A., Osin, E. N., Rasskazova, E. I., Kosheleva, N. V. (2018), "Modern problems of studying personal resources in professional activity", *Organizational psychology*, Vol. 8, № 1, pp. 85–121.
7. Kazibekova, V. F. (2017), "Psychological resources of the individual: philosophical and psychological content", *Scientific Bulletin of Kherson State University*. Series "Psychological Sciences", Issue 2, Vol. 1, pp. 120–127.
8. Leontiev, D. A. (2016), "Self-regulation, resources and personal potential", *Siberian Psychological Journal*, № 62, pp. 18–37.
9. Muzdybaev, K. (1992), "Dilemmas of resource allocation", *Bulletin of St. Petersburg University*. Series 6, № 1, pp. 62–69.
10. Muzdybaev, K. (1998), "Strategy for coping with life's difficulties", *Journal of Sociology and Social Anthropology*, Vol. 1, № 2, pp. 100–111.
11. Shtepa, O. S. (2013), "Features of the connection between psychological and personal resources of the individual", *Problems of modern psychology*, Collection of scientific works of K-PNU named after Ivan Ogienko, Institute of Psychology named after Kostyuk G. NAPS of Ukraine, Issue 21, pp. 782–791.