

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
Східноєвропейський національний університет імені Лесі Українки
Факультет (інститут) Психології та соціології
Кафедра загальної і соціальної психології та соціології

СИЛАБУС
вибіркової навчальної дисципліни

Психологія ресурсу в індивідуальному консультуванні
підготовки бакалаврів
спеціальності 053 Психологія
освітньо-професійної програми Практична психологія


Силабус навчальної дисципліни
для денної та заочної форм навчання

Силабус навчальної дисципліни “Психологія ресурсу в індивідуальному консультуванні” підготовки бакалаврів, галузі знань 05 Соціально-поведінкові науки, спеціальності 053 Психологія, освітньо-професійної програми Практична психологія.

Розробник: Крижановська Зореслава Юріївна, доцент кафедри загальної і соціальної психології та соціології, кандидат психологічних наук, доцент.

Силабус навчальної дисципліни затверджено на засіданні кафедри загальної і соціальної психології та соціології

протокол № 4 від 09.12.2020 р.

Завідувач кафедри: _____  (Лазорко О.В.)

© Крижановська З.Ю., 2020 р.

I. Опис навчальної дисципліни

Таблиця 1

Денна форма навчання

| Найменування показників | Галузь знань, спеціальність, освітня програма, освітній рівень | Характеристика навчальної дисципліни |
|--|--|--|
| Денна форма навчання | Галузь знань 05 Соціально-поведінкові науки, Спеціальність 053 Психологія, Освітньо-професійна програма Практична психологія Освітній рівень бакалавр | Нормативна/Вибіркова |
| Кількість годин/кредитів 180/_6_ | | Рік навчання __4__ |
| ІНДЗ: немає | | Семестр _8-ий_ |
| | | Лекції _14_ год. |
| | | Практичні (семінарські) 14 год. |
| | | Лабораторні _12_ год. |
| | | Індивідуальні _ _ год. |
| | | Самостійна робота _132_ год. |
| Мова навчання | Консультації _8_ год. | |
| | Форма контролю: залік | |
| | українська | |

Таблиця 2

Заочна форма навчання

| Найменування показників | Галузь знань, спеціальність, освітня програма, освітній рівень | Характеристика навчальної дисципліни |
|--|--|--|
| Денна форма навчання | Галузь знань 05 Соціально-поведінкові науки, Спеціальність 053 Психологія, Освітньо-професійна програма Практична психологія Освітній рівень бакалавр | Нормативна/Вибіркова |
| Кількість годин/кредитів 180/_6_ | | Рік навчання __4__ |
| ІНДЗ: немає | | Семестр _8-ий_ |
| | | Лекції _14_ год. |
| | | Практичні (семінарські) 10 год. |
| | | Лабораторні _10_ год. |
| | | Індивідуальні _ _ год. |
| | | Самостійна робота _128_ год. |
| Мова навчання | Консультації _18_ год. | |
| | Форма контролю: залік | |
| | українська | |

II. Інформація про викладача.

ППП Крижановська Зореслава Юріївна

Науковий ступінь кандидат психологічних наук

Вчене звання доцент

Посада доцент кафедри загальної і соціальної психології та соціології

Контактна інформація Kruzhanovska.Zoreslava@eenu.edu.ua

Дні занять <http://194.44.187.20/cgi-bin/timetable.cgi?n=700>

Консультації з навчальної дисципліни проводяться протягом семестру щосереди з 15.00 до 16.00 в аудиторії № 110.

В разі додаткової потреби здобувача в консультації час погоджується з викладачем.

III. Опис дисципліни

1. Анотація курсу

Курс спрямовано на вивчення психології ресурсу людини та способів активізації її ресурсності за посередництвом індивідуального консультування; оволодіння методами, прийомами та техніками, які є необхідними для розкриття психологічного змісту ресурсу людини, можливостей його активізації та використання під час виконання професійної діяльності.

2. Пререквізити

Вивчення дисципліни базується на дисциплінах загального та професійного циклів підготовки попередніх років навчання: Психологія особистості; Загальна психологія; Соціальна психологія; Психологія регулятивної сфери.

3. Мета і завдання навчальної дисципліни

Метою навчальної дисципліни є:

- формування компетентності студентів з питань особистісної ресурсності та її корекції в процесі індивідуального консультування;
- сформувати у студентів базову систему наукових знань з психології ресурсу як новітнього напрямку психологічної практики;
- підвищити рівень психологічної компетентності студентів у забезпеченні активної життєвої позиції та професійної діяльності;
- ознайомити з новітнім напрямом психологічної практики.

Основне завдання навчальної дисципліни – сприяти психологічній підготовленості бакалаврів до професійної діяльності за допомогою отримання відповідних знань, умінь та компетенцій з питань особистісної ресурсності та можливостей її корекції в процесі індивідуального консультування.

Після вивчення навчальної дисципліни “Психологія ресурсу в індивідуальному консультуванні” бакалаври повинні набути та отримати **знання**:

- ключових категорій, теорій та закономірностей, які складають категоріальний апарат психологічних аспектів психології ресурсу особистості в індивідуальному консультуванні;
- базових позицій індивідуального консультування;
- психологічних механізмів та закономірностей активної поведінки індивіда в процесі життєдіяльності;
- можливих способів корекції ресурсних станів людини в процесі індивідуального консультування;
- методологічні засади психологічної практики в межах психології ресурсу людини;
- динаміку й структуру консультативного процесу: етапи та стадії.

уміння:

- використовувати психологічні знання при реалізації професійних функцій;
- мати уявлення про практичні методи роботи психолога;
- підбирати адекватний комплекс засобів та технологій забезпечення професійного благополуччя особистості на робочому місці;
- володіти методами психічної саморегуляції особистості та самопомоги в ситуаціях втрати стану особистісного та професійного благополуччя;
- застосовувати основні методи, форми психопрофілактики особистості від стресових чинників в різних сферах життєдіяльності;
- використовувати психологічні знання при реалізації професійних функцій.

4. Результати навчання (Компетентності)

Основним результатом навчання є знання та розуміння предметної області психології ресурсу людини в індивідуальному консультуванні та здатність вирішувати складні завдання і проблеми у процесі навчання та професійної діяльності у галузі психології, що передбачає надання консультаційної допомоги особам в ситуації втрати їх особистісного та професійного благополуччя.

Загальні компетентності:

- ЗК1. Здатність застосовувати знання у практичних ситуаціях.
- ЗК4. Уміння виявляти, ставити та вирішувати проблеми.
- ЗК6. Здатність діяти на основі етичних міркувань (мотивів).
- ЗК7. Здатність діяти соціально відповідально та свідомо.
- ЗК9. Здатність мотивувати людей та рухатися до спільної мети.

Спеціальні компетентності:

- СК1. Здатність здійснювати теоретичний, методологічний та емпіричний аналіз актуальних проблем психологічної науки та практики.
- СК4. Здатність здійснювати практичну діяльність (тренінгову, психотерапевтичну, консультаційну, психодіагностичну та іншу залежно від спеціалізації) з використанням науково верифікованих методів та технік.
- СК7. Здатність приймати фахові рішення у складних і непередбачуваних умовах, адаптуватися до нових ситуацій професійної діяльності.
- СК11. Здатність розробляти та впроваджувати інноваційні методи психологічної допомоги клієнтам у складних життєвих ситуаціях.

5. Структура навчальної дисципліни

Структура навчальної дисципліни представлена у вигляді таблиці 3, 4.

Таблиця 3
Денна форма навчання

| Назви змістових модулів і тем | Усього | Лек. | Практ. | Лаб. | Сам. | Форма контролю/ Бали |
|--|--------|------|--------|------|------|-------------------------|
| Тема 1. Психологія ресурсу людини як новітній напрям психологічної практики. | 22 | 2 | 2 | - | 18 | ДС/5 |
| Тема 2. Психологічний ресурс людини як інтегральна характеристика її психіки. | 26 | 2 | 2 | 4 | 18 | ДС/5 |
| Тема 3. Генеза формування та розвитку особистісної ресурсності людини. Чинники та умови її зумовленості. | 24 | 2 | 2 | 2 | 18 | |
| Тема 4. Поняття життєвого ресурсу людини. | 24 | 2 | 2 | 2 | 18 | РМГ/5 |
| Тема 5. Особистісні ресурси як чинники психологічного благополуччя особистості. | 26 | 2 | 2 | 2 | 20 | ДС/5 |
| Тема 6. Методи та прийоми індивідуального консультування з питань особистісної ресурсності. | 26 | 2 | 2 | 2 | 20 | |
| Тема 7. Основні етапи консультативного процесу в межах психології ресурсу людини | 26 | 2 | 2 | 2 | 20 | ДС/5 |
| Разом за модулем | 180 | 14 | 14 | 12 | 132 | 40 |
| Види підсумкових робіт (за потреби) | | | | | | Бал |
| Модульна контрольна робота | | | | | | 60 |
| Всього годин/ Балів | 180 | 14 | 14 | 12 | 132 | 100 |

Таблиця 4
Заочна форма навчання

| Назви змістових модулів і тем | Усього | Лек. | Практ. | Лаб. | Сам. | Форма контролю/ Бали |
|--|--------|------|--------|------|------|-------------------------|
| Тема 1. Психологія ресурсу людини як новітній напрям психологічної практики. | 10 | 2 | - | - | 18 | ДС/5 |
| Тема 2. Психологічний ресурс людини як інтегральна характеристика її психіки. | 24 | 2 | 2 | 2 | 18 | ДС/5 |
| Тема 3. Генеза формування та розвитку особистісної ресурсності людини. Чинники та умови її зумовленості. | 10 | 2 | - | - | 18 | |
| Тема 4. Поняття життєвого ресурсу людини. | 24 | 2 | 2 | 2 | 18 | РМГ/5 |
| Тема 5. Особистісні ресурси як чинники психологічного благополуччя особистості. | 24 | 2 | 2 | 2 | 18 | ДС/5 |
| Тема 6. Методи та прийоми індивідуального консультування з питань особистісної ресурсності. | 26 | 2 | 2 | 2 | 20 | |
| Тема 7. Основні етапи консультативного процесу в межах психології ресурсу людини | 24 | 2 | 2 | 2 | 18 | ДС/5 |
| Разом за модулем | 180 | 14 | 10 | 10 | 128 | 40 |
| Види підсумкових робіт (за потреби) | | | | | | Бал |
| Модульна контрольна робота | | | | | | 60 |
| Всього годин/ Балів | 180 | 14 | 10 | 10 | 128 | 100 |

Форма контролю*: ДС – дискусія, ДБ – дебати, Т – тести, ТР – тренінг, РЗ/К – розв’язування задач/кейсів, ІНДЗ/ІРС – індивідуальне завдання/індивідуальна робота студента, РМГ – робота в малих групах, МКР/КР – модульна контрольна робота/ контрольна робота, Р – реферат, а також аналітична записка, аналітичне есе, аналіз твору тощо.

6. Завдання для самостійного опрацювання

1. Поняття особистісного ресурсу. Специфічні особистісні ресурси.
2. Ресурс як “стержень особистості” (Д.О. Леонтєв).
3. Інтегральні концепції особистісних ресурсів.
4. “Життєстійкість” людини в теорії С. Маді.
5. Теорія збереження ресурсів.
6. Наукові підходи щодо вивчення психологічне благополуччя особистості.
7. Функції та механізми дії особистісних ресурсів.
8. Встановлення контакту: організація простору бесіди.
9. Постановка цілей у консультативній бесіді, планування, аналіз логіки бесіди.
10. Навички емпатійного слухання.
11. Розвиток рефлексивного мислення в процесі спостереження за бесідою.
12. Чинники, що впливають на вибір професії консультанта.
13. Професійна етика психолога.

IV. Політика оцінювання

Політика викладача щодо студента

Вимоги викладача:

- обов’язкове відвідування навчальних занять;
- активність студента під час практичних занять;
- своєчасне виконання завдань самостійної роботи;
- виконання модульних контрольних завдань;
- відпрацювання занять, що були пропущені або не підготовлені (незадовільні оцінки) на консультаціях;

Не допустимо:

- пропуск занять без поважних причин;
- запізнення на заняття;
- користування мобільним телефоном, планшетом чи іншими мобільними пристроями під час заняття (за винятком дозволу викладача при необхідності виконання певних завдань, передбачених навчальною дисципліною);
- порушення дисципліни;
- списування та плагіат.

Політика щодо академічної доброчесності

Дотримання академічної доброчесності здобувачами освіти передбачає:

- Самостійне виконання навчальних завдань, завдань поточного та підсумкового контролю результатів навчання;
- Посилання на джерела інформації у разі використання ідей, розробок, тверджень, відомостей;

Дотримання норм законодавства про авторське право і суміжні права.

Політика щодо дедлайнів та перескладання

Роботи, які здаються із порушенням термінів без поважних причин, оцінюються на нижчу оцінку (75% від можливої максимальної кількості балів за вид діяльності балів). Перескладання модулів відбувається за наявності поважних причин (наприклад, лікарняний).

V. Підсумковий контроль

На іспит виносяться основні питання, що потребують творчої відповіді та уміння синтезувати отриманні знання і застосовувати їх під час розв'язання практичних задач.

Форма проведення залку – усна.

ПЕРЕЛІК ПИТАНЬ, ЩО ВІНОСЯТЬСЯ НА ЗАЛКУ

1. Визначення психологічного консультування.
2. Консультативна бесіда як основний метод роботи психолога-консультанта.
3. Психологічне консультування та інші стратегії психологічної допомоги людині.
4. Професія психолога-консультанта.
5. Особистість психолога-консультанта.
6. Мета і завдання консультанта в процесі консультування.
7. Система професійних цінностей консультанта.
8. Професійна етика психолога-консультанта.
9. Вплив професійної діяльності на особистість консультанта.
10. Психологічний вимір клієнта психолога-консультанта.
11. Оцінка проблем клієнта психологічної консультації.
12. Типологія клієнтів.
13. Переживання клієнта в процесі психологічного консультування.
14. Консультування в парадигмі психоаналітичного підходу.
15. Когнітивно-поведінковий підхід в консультуванні.
16. Клієнт-центрована теорія К. Роджерса.

17. Арт-терапія та її можливості в консультуванні.
18. Консультативна діяльність в екзистенційній психології.
19. Перша зустріч з клієнтом.
20. Консультативний контакт. Етапи психологічного консультування.
21. Оцінка ефективності психологічного консультування.
22. Феномени психоконсультативної взаємодії.
23. Терапевтичний клімат.
24. Перенесення в консультуванні.
25. Контрперенесення в консультуванні.
26. Опір у психологічному консультуванні.
27. Поняття особистісного ресурсу. Внутрішній та зовнішній ресурс.
28. Специфічні особистісні ресурси.
29. Ресурс як “стержень особистості” (Д.О. Леонт'єв).
30. Інтегральні концепції особистісних ресурсів.
31. Поняття життєвого ресурсу людини.
32. “Життєстійкість” людини в теорії С. Маді.
33. Змістовні характеристики та структурні особливості життєвого ресурсу людини.
34. Проблема активізації ресурсів людини в процесі її життєдіяльності.
35. Значення ресурсів людини під час подолання різноманітних життєвих труднощів та наслідків дезадаптації особистості.
36. Теорія збереження ресурсів.
37. Особистісні ресурси як чинники психологічного благополуччя особистості.
38. Підходи щодо вивчення психологічне благополуччя особистості.
39. Психологічне благополуччя в процесі професійної діяльності.
40. Модель професійних ресурсів А. Беккера та Е. Демероуті.
41. Трудова мотивація та особистісні ресурси.
42. Функції та механізми дії особистісних ресурсів.
43. Форми прояву ресурсів людини на різних стадіях її онтогенезу..
44. Проблема активізації та зниження людського ресурсу.
45. Умови збереження, "консервування" ресурсів людини, їх накопичення.

VI. Шкала оцінювання

| Оцінка в балах за всі види навчальної діяльності | Оцінка |
|--|--------------|
| 90 – 100 | Відмінно |
| 82 – 89 | Дуже добре |
| 75 - 81 | Добре |
| 67 -74 | Задовільно |
| 60 - 66 | Достатньо |
| 1 – 59 | Незадовільно |

VII. Рекомендована література та інтернет-ресурси.

Обов'язкова література:

1. Бернацкая С. Н. Духовные культурные ценности современной молодежи [Электронный ресурс] / С. Н. Бернацкая // // Проблеми сучасної педагогічної освіти: педагогіка і психологія : зб. наук. пр. / Республік. вищ. навч. закл. "Кримський гуманітарний університет". – Ялта, 2012. – Вип. 35, ч. 1.
2. Захарова О. В. Моральна практика як ідейна засада сучасної світової педагогіки / О. В. Захарова // Витоки педагогічної майстерності : зб. наук. пр. / Полтав. нац. пед. ун-т ім. В. Г. Короленка ; [редкол.: М. І. Степаненко (голов. ред.) та ін.]. – Полтава, 2011. – Вип. 8, ч. 2. – С. 115–118. – (Серія "Педагогічні науки"). – Бібліогр.: 4 назви.
3. Конфліктологічне консультування : навч. посіб. / уклад. Зореслава Юрїївна Крижановська. – Луцьк : ВЕЖА-ДРУК, 2017. – 112 с.
4. Психологічне забезпечення психічного і фізичного здоров'я: навч. посібник для студентів середніх закладів освіти / М. С. Корольчук, В. М. Крайнюк, А. Ф. Косенко. – К.: ІНКОС, 2002. – 271 с.
5. Крижановська З. Психічне здоров'я людини як життєвонеобхідний ресурс: в науковому психологічному вимірі / З. Крижановська // Актуальні проблеми розвитку природничих та гуманітарних наук: збірник матеріалів IV Міжнар. наук.-практ. конф. (15 грудня 2020 р.) / відп. ред. Зінченко М.О., Голуб Г.С. – Луцьк, 2020. – С. 553 – 555.

Додаткова література:

1. Благополуччя особистості vs благополуччя середовища: антиномія сучасного способу життя : матеріали наук.-практ. круглого столу (21 квіт. 2019 р., Київ) / за ред. Ю.М. Швалба. – Київ : Інститут психології імені Г.С. Костюка НАПН України, 2019. – 58 с. – Режим доступу: <https://bit.ly/3oUCggV>
2. Бондаренко О. Ф. Психологічна допомога особистості : навч. посіб. / О. Ф. Бондаренко ; М-во освіти України. - Харків : Фоліо, 1996. - 240 с.
88.492я73
Б 81
3. Васьківська С. В. Технологія консультативної взаємодії / С. В. Васьківська // Практ. психологія та соц. робота. - 2008. - № 6. - С. 1-21. - Бібліогр.: с. 20-21.
4. Верещук Ю. Особливості ціннісної взаємодії в системі "психолог-клієнт" / Ю. Верещук, І. Філіппова // Психологія. Цінності. Особистість : міжнарод. зб. наук. пр. / [за ред. М. З. Степуляка, І. Ю. Філіппової]. - Луцьк, 2016. - С. 140-144. - Бібліогр.: с. 143-144.
159.9
П 86
5. Данильченко Т. Структура суб'єктивного соціального благополуччя особистості / Т. Данильченко // Вісник Київського національного університету ім.

Т. Шевченка / відп. ред. Л. Ф. Бурлачук. - Київ, 2015. - Вип. 1 (3) : Психологія. - С. 30-34. - Бібліогр.: с. 33-34.

88я54

К 38

6. Дідковський С. В. Структура соціально-психологічного консультування / С. В. Дідковський // Вісник / за ред. Н. Витвицької. - Київ, 2000. - Вип. 9 : Соціологія. Психологія. Педагогіка. - С. 32-35.

95.4(4УКР)

К 38

7. Карпенко Є. В. Основи психотренінгу : навч. посіб. / Є. В. Карпенко ; Дрогоб. держ. пед. ун-т ім. І. Франка. - Львів; Дрогобич : Дрогоб. держ. пед. ун-т ім. І. Франка, 2015. - 76 с.

88.49я73

К 26

8. Карпенко Т. В. Когнітивно-біхевіоральний підхід у практиці психологічного консультування / Т. В. Карпенко // Вісник. Серія: Психологічні науки. - Київ, 2007. - Вип. 11. - С. 36-43. - Бібліогр.: 10 назв.

88я54

К 38

9. Кологривова Е. Вплив особистісних прагнень на переживання суб'єктивного благополуччя / Е. Кологривова // Соц. психологія. - 2006. - № 5. - С. 179-184.

10. Коханова О. П. Особистісний потенціал як засіб самореалізації сучасної молоді [Електронний ресурс] / О. П. Коханова, О. А. Столярчук // Актуальні проблеми психології : зб. наук. пр. Ін-ту психології імені Г. С. Костюка НАПН України. - Київ, 2019. - Т. 6. - С. 189-196. - Режим доступу: <http://appspsychology.org.ua/data/jrn/v6/i15/22.pdf>

11. Легар Ю. Діагностичний інструментарій психолога : Перелік психодіагностичних методик, що використовуються в роботі практичного психолога / Ю. Легар // Психолог. - 2015. - Серп. (№ 15/16). - С. 1-26.

12. Микитюк С. О. Витоки наукових основ ресурсного підходу [Електронний ресурс] / С. О. Микитюк // Проблеми фізичного виховання і спорту. - 2010. - № 2. - С. 83-88. - Режим доступу: <https://sportpedagogy.org.ua/html/journal/2010-02/10msabrh.pdf>

13. Опанасенко Л. А. Основи психологічного консультування: у схемах і таблицях [Електронний ресурс] / Л. А. Опанасенко. - Миколаїв : Іліон, 2019. - 134 с. - Режим доступу: <http://dspace.mdu.edu.ua/jspui/handle/123456789/510>

14. Основи психологічного консультування (лекційний курс) [Електронний ресурс] : навч.-метод. посіб. для студентів спеціальності «Практична психологія» / уклад.: Б. А. Якимчук, І. П. Якимчук. - Умань: ПП Жовтий О. О., 2013. - 204 с. - Режим доступу: <http://dspace.udpu.edu.ua/handle/6789/232>

15. Підлипна Л. В. Інноваційні технології в роботі практичного психолога / Л. В. Підлипна // Прак. психологія та соц. робота. - 2013. - № 5. - С. 56-60. - Бібліогр.: с. 59-60.

16. Практикум із групової психокорекції : підручник / С. Д. Максименко, О. О. Прокоф'єва, О. В. Царькова, Я. В. Цехмістер. - Київ : Слово, 2015. - 752 с.

159.9(075.8)

П 69

17. Психологічні ресурси особистості: соціально-психологічний зміст [Електронний ресурс] : зб. наук. пр. за матеріалами наук.-практ. конф. Ізмаїл : РВВ ІДГУ, 2019. – 87 с. – Режим доступу: <http://idgu.edu.ua/wp-content/uploads/2018/01/28.11.2019.pdf>

18. Психологія життєвої кризи : монографія / відп. ред. Т. М. Титаренко. - Київ : Ін-т соц. і політ. психології АПН України, 1998. - 348 с.

88.4

П 86

19. Тимощук І. Г. Відповідальність практичного психолога: дослідження семантики поняття / І. Г. Тимощук // Науковий вісник Львівського державного університету внутрішніх справ. Серія психологічна : [зб. наук. пр.] / Львів. держ. ун-т внутр. справ ; [редкол.: В. Л. Ортинський та ін.]. - Львів, 2008. - Вип. 1. - С. 365-374. - Бібліогр.: с. 373-374.

88я54

Л 89

20. Федоренко Р. П. Тренінг консультативних навичок / Р. П. Федоренко // Практична психологія та соц. робота. - 2009. - № 6. - С. 26-45. - Бібліогр.: 17 назв.

21. Філіппова, І. Ю. Індивідуальне соціальне здоров'я як важливий соціокультурний компонент щастя та життєвого благополуччя / І. Ю. Філіппова // Практична психологія та соц. робота. - 2013. - № 8. - С. 48-56. - Бібліогр.: 8 назв.

22. Халєєва Г. Аналіз основних підходів до трактування суб'єктивного благополуччя в психології / Г. Халєєва // Вісник Київського національного університету ім. Т. Шевченка / відп. ред. Л. Ф. Бурлачук. - Київ, 2018. - Вип. 2 (9) : Психологія. - С. 84-87. - Бібліогр.: 18 назв.

159.9

К 38

23. Хромова А. В. Психологическое консультирование - один из видов психологической помощи / А. В. Хромова // Проблеми та перспективи формування національної гуманітарно-технічної еліти : зб. наук. пр. / М-во освіти і науки України, Акад. пед. наук України, Нац. техн. ун-т. "Харківський політехнічний інститут" за ред. Л. Л. ТОВАЖНЯНСЬКОГО, О. Г. РОМАНОВСЬКОГО. - Харків, 2009. - Вип. 23/24. - С. 469-475. - Библиогр.: 7 назв.

74я54

П 78

24. Штепа О. С. Визначення психологічних ресурсів особистості [Електронний ресурс] / О. С. Штепа. – Львів, 2018. – Режим доступу: <https://bit.ly/3nWWdm5>

25. Штепа О. С. Особливості зв'язку психологічної та персональної ресурсності особистості [Електронний ресурс] / О. С. Штепа // Проблеми сучасної психології. – Кам'янець-Подільський, 2013. - Вип. 21. - С. 782-791. - Режим доступу: http://nbuv.gov.ua/UJRN/Pspl_2013_21_71

5.