

**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ  
КАМ'ЯНЕЦЬ-ПОДІЛЬСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ  
ІМЕНІ ІВАНА ОГІЄНКА  
ФАКУЛЬТЕТ СПЕЦІАЛЬНОЇ ОСВІТИ, ПСИХОЛОГІЇ  
І СОЦІАЛЬНОЇ РОБОТИ  
КАФЕДРА ЗАГАЛЬНОЇ ТА ПРАКТИЧНОЇ ПСИХОЛОГІЇ**

**Кваліфікаційна робота  
(магістра)**

**з теми: «ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ  
САМОАКТУАЛІЗАЦІЇ СУЧАСНОГО ЮНАЦТВА»**

Виконав: студент 2 курсу  
Ps1-M20 групи  
спеціальності 053 Психологія  
(денна форма навчання)  
**Івасішен Михайло Іванович**

Керівник:  
**Чайковська Оксана Миколаївна,**  
кандидат психологічних наук,  
доцент, доцент кафедри  
загальної та практичної психології

Рецензент:  
**Онуфрієва Ліана Анатоліївна,**  
доктор психологічних наук,  
професор, завідувач кафедри  
загальної та практичної психології

## ЗМІСТ

<b>ВСТУП</b> .....	9
<b>РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГІЧНИЙ АСПЕКТ ПРОБЛЕМИ ОСОБИСТІСНОЇ САМОАКТУАЛІЗАЦІЇ У ПСИХОЛОГІЇ</b> .....	9
1.1. Концепції самоактуалізації у психології .....	9
1.2. Психологічні засади самоактуалізації особистості у сучасних дослідженнях .....	20
Висновки до розділу 1.....	29
<b>РОЗДІЛ 2. СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНИЙ ТРЕНІНГ ЯК АКТИВНО-РОЗВИВАЛЬНА ПРОГРАМА САМОАКТУАЛІЗАЦІЇ ТА САМОПІЗНАННЯ ОСОБИСТОСТІ</b> .....	30
2.1. Соціально-психологічний тренінг як шлях до самоактуалізації та самопізнання особистості.....	30
2.2. Принципи побудови розвивальної програми самопізнання та самоактуалізації особистості.....	40
Висновки до розділу 2.....	49
<b>РОЗДІЛ 3. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ПСИХОЛОГІЧНИХ ОСОБЛИВОСТЕЙ САМОАКТУАЛІЗАЦІЇ СУЧАСНОГО ЮНАЦТВА</b> .....	50
3.1. Опис вибірки, обґрунтування використаних методик .....	50
3.2. Аналіз та інтерпретація результатів дослідження .....	52
Висновки до розділу 3.....	61
<b>ВИСНОВКИ</b> .....	62
<b>СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ</b> .....	64
<b>ДОДАТКИ</b> .....	71

## ВСТУП

**Актуальність проблеми.** На сучасному етапі розвитку суспільства однією із важливих проблем є вивчення особистісного росту молодого покоління, що є актуальним як в теоретичному, так і практичному аспектах, і зумовлено необхідністю постійної роботи юнаків над собою, життєвим та професійним самовизначенням, посиленням відповідальності за своє майбутнє, за можливість досягнення успіху.

Дослідженню проблеми особистісного росту, яку ми пов'язуємо із самоактуалізацією, саморозвитком і самореалізацією особистості, присвячені роботи представників гуманістичної психології, зокрема А. Маслоу та К. Роджерса, які бачать у центрі наукової уваги гуманістичних психологів особистість, метою якої є самоактуалізація, тобто найбільш повна реалізація свого внутрішнього потенціалу. Проблема самореалізації особистості є однією із тих, що залишається недостатньо дослідженою у психологічній науці, особливо коли йдеться про експериментальне вивчення даної проблеми. Особливості самоактуалізації особистості в юнацькому віці взагалі не були предметом вивчення у вітчизняній психології. Проте саме на цьому віковому етапі розвитку особистості цей процес, на думку автора концепції самоактуалізації А. Маслоу, набуває особливої інтенсивності.

Найважливіший мотив життя в юнацькому віці – це актуалізація, тобто збереження і розвиток себе, максимальне виявлення кращих якостей своєї особистості, закладених від природи. Складовими частинами актуалізації є свобода у формуванні себе та свого життя, відкритість для зовнішніх та внутрішніх переживань, рух до духовного світу та соціальної гармонії.

Серед головних проблем на цьому віковому етапі можна назвати пошук смислу власного існування, своєї необхідності та затребуваності у житті; страх самотності; бажання особистого щастя, кохання, створення

сім'ї; професійне самовизначення; можливості самореалізації своїх професійних здібностей тощо.

На думку Б. Ананьєва, студентський вік є сензитивним періодом для розвитку основних соціогенних потенцій людини: «Виховання спеціаліста, суспільного діяча і громадянина, засвоєння і консолідація багатьох соціальних функцій, формування професійної майстерності – все складає особливий і найважливіший для суспільного розвитку і становлення особистості період життя, що визначається як студентський вік»(Анананьев, 1968).

Самоактуалізацію ототожнюють з такими особистісними проявами, як самовіддача, самовираження, самоствердження, вільне саморозкриття.

В юнацькому віці людина відкрита світу, наділена потенціями до безперервного розвитку, удосконалення та самореалізації. Кохання, любов, творчість, зростання, найвищі цінності, сенс саме ці та схожі їм поняття характеризують базисні потреби молодих людей.

Самоактуалізація представляє собою вроджену тенденцію до безперервного розгортання свого необмеженого творчого потенціалу в самих різних сферах життєдіяльності, тенденцію максимізації талантів та дарувань.

Зазначимо, що теорія самоактуалізації займає вагоме місце у світовій психології. Вона є перспективним і ефективним інструментом розуміння психологічних особливостей становлення особистості в юнацькому віці.

Теорія самоактуалізації уможлиблює нам зрозуміти що, спрямованість на позитивний розвиток особистості в юнацькому віці є природньою та вродженою силою. Зокрема, для юнаків характерним є орієнтація на віддалені цілі і спроможність вести себе до них. Тому постає нагальна необхідність в експериментальному дослідженні особливостей самоактуалізації особистості в юнацькому віці.

Нами розглядається проблема самоактуалізації особи з погляду двох американських психологів К. Роджерса і А. Маслоу, основоположників основних напрямів у гуманістичній теорії особистості, де головним джерелом розвитку особистості є природжені тенденції до самоактуалізації. А розвитком особистості є розгортання цих природжених тенденцій. Якщо згідно К. Роджерсу тенденція самоактуалізації – це процес реалізації людиною впродовж всього життя свого потенціалу, то А. Маслоу характеризує самоактуалізацію як бажання людини стати тим, ким вона може стати для власної самореалізації. Саме завдяки К. Роджерсу та А. Маслоу, концепція самоактуалізації до цих пір хвилююча і нова, тому що вона примушує людину звертати увагу на те, ким вона може стати і, отже, додає в її життя інтерес і мету.

Водночас відображено неформальне дослідження самоактуалізації, дійснене А. Маслоу, на основі якого перераховано характеристики людей, що самоактуалізуються.

**Об'єкт дослідження** – самоактуалізація особистості.

**Предмет дослідження** – психологічні особливості самоактуалізації сучасного юнацтва.

**Метою** дослідження є визначення особливостей самоактуалізації особистості та її формування у юнацькому віці.

**Гіпотеза дослідження:** соціально-психологічний тренінг як активно-розвивальна програма може сприяти підвищенню рівня самоактуалізації сучасного юнацтва.

Для досягнення мети дослідження потрібно було вирішити такі **завдання:** 1) здійснити аналіз та систематизувати теоретичні дослідження проблеми само актуалізації особистості у психології; 2) підібрати психодіагностичний інструментарій для виявлення особливостей само актуалізації особистості сучасного юнацтва; 3) розробити, підготувати та

провести розвивальну тренінгову програму, спрямовану на розвиток самоактуалізації юнаків.

**Методологічну і теоретичну основу дослідження** складають основні положення теорії особистості та формування її в діяльності (Б. Ананьєв, Г. Костюк, О. Леонтєв, С. Максименко, В. Моляко, С. Рубінштейн, Н. Шевченко та ін.); положення зарубіжних дослідників К. Роджерса та А. Маслоу щодо самоактуалізації особистості. Теоретико-методологічною основою дослідження стали положення гуманістичної психології про самоактуалізацію та особистісне зростання (А. Маслоу, К. Роджерс).

**Методи дослідження.** Для розв'язання поставлених завдань було використано комплекс теоретичних та емпіричних методів дослідження: теоретичний аналіз і систематизація наукових літературних джерел, методи емпіричного дослідження (анкетування та тестування), методи математичного аналізу та інтерпретації отриманих результатів.

**База дослідження.** Дослідження проводилось впродовж 2020-2021 навчального року. Експериментальна група вибірки складалася із 50 студентів 1 курсу Вищого професійного училища №25 м. Хмельницький, спеціальності «Обліковець з реєстрації бухгалтерських даних. Касир (у банку)». Вік досліджуваних 15-16 років. Контрольна група вибірки нараховувала також 50 осіб 1 курсу цього ж навчального закладу та цієї ж спеціальності.

**Практичне значення.** Отримані результати та зроблені висновки можуть бути використані як для діагностування рівня самоактуалізації молоді, так і для формування цінностей та установок щодо особистісної самореалізації, що уможливить визначити шляхи і методи попередження невпевненості, дискомфорту, які блокують активність юнацтва при виборі ними життєвого шляху. Результати дослідження допоможуть педагогам, психологам, працівникам соціальних служб тощо у вивченні психічних

властивостей молоді, що самореалізуються, а також при розробці курсів і спецкурсів, профорієнтації.

**Апробація та впровадження результатів дослідження.** Основні результати дослідження доповідались та отримали схвалення на таких міжнародних конференціях: на звітній науковій конференції студентів і магістрантів за підсумками НДРС у 2020-2021 навчальному році зі спеціальності 053 «Психологія» (Кам'янець-Подільський, 05-06 жовтня 2021 р.), на VI Міжнародній науково-практичній конференції «Актуальні проблеми експериментальної психології: досвід та перспективи» на пошану професора А.І. Шинкарюка та до 102 річниці заснування Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка (27 жовтня 2020 р., м. Кам'янець-Подільський), на VI Міжнародній науково-практичній конференції «Актуальні проблеми сучасної психології: перспективні та пріоритетні напрями наукових досліджень молодих науковців» (Кам'янець-Подільський, 19 листопада 2020 р.), на VI Міжнародній науково-практичній конференції «Актуальні проблеми психології особистості на європейському просторі» (Кам'янець-Подільський, 15 лютого 2021 р.), на XIII Міжнародній науково-практичній конференції «Актуальні проблеми психології особистості та міжособистісних взаємин» (Кам'янець-Подільський, 23 квітня 2021 р.), на VII Міжнародній науково-практичній конференції «Актуальні проблеми експериментальної психології: досвід та перспективи» на пошану професора А.І. Шинкарюка (26 жовтня 2021 р., м. Кам'янець-Подільський), на VII Міжнародній науково-практичній конференції «Актуальні проблеми сучасної психології: перспективні та пріоритетні напрями наукових досліджень молодих науковців» (Кам'янець-Подільський, 17 листопада 2021 р.) та знайшли своє відображення у публікаціях автора.

### **Публікації.**

Onufriieva L.A., Ivasishen M.I. The Correlation between Self-actualization and Personality-based Progress of Personality. *Актуальні проблеми психології особистості та міжособистісних взаємин*: Матеріали XIII Міжнародної науково-практичної конференції, 23 квітня 2021 р. / за ред. С.Д. Максименка, Л.А. Онуфрієвої. Кам'янець-Подільський : Видавець Ковальчук О.В., 2021. С. 23–26.

Івасішен М.І. Соціально-психологічні особливості самоактуалізації сучасного юнацтва. *Актуальні проблеми експериментальної психології: досвід та перспективи (на пошану професора Шинкарюка А.І.)*: Матеріали VII Міжнародної науково-практичної конференції, 26 жовтня 2021 р. / за ред. С.Д. Максименка, Л.А. Онуфрієвої. Кам'янець-Подільський : ФОП Гордукова І.Є., 2021. С. 61–63.

**Структура та обсяг кваліфікаційної роботи.** Кваліфікаційна робота складається зі вступу, трьох розділів, висновків, списку використаних джерел додатків. Основний зміст кваліфікаційної роботи викладено на 63 сторінках. Робота містить 1 таблицю і 9 рисунків.



## ВИСНОВКИ

У висновках підведено підсумки проведеного дослідження, результати якого підтверджують висунуті гіпотези та окреслюють шляхи подальшого вивчення проблеми. Зокрема, конкретизовано такі здобутки дослідження:

1. Теоретико-методологічний аналіз досліджень самоактуалізації уможливило стверджувати, що самоактуалізація найчастіше розуміється науковцями як бажання людини стати тим, ким вона може стати прагнення повністю реалізувати свої таланти, здібності та можливості, досягти вершини свого потенціалу. Самоактуалізація представляє собою вроджену тенденцію до безперервного розгортання свого необмеженого творчого потенціалу в найрізноманітніших сферах життєдіяльності, тенденцію максимізації талантів та дарувань. Самоактуалізація розуміється не як кінцевий результат, а як процес – постійний пошук і постійна праця над собою.

2. Людям, які самоактуалізуються, властиві такі характеристики: ефективніше сприйняття реальності; прийняття себе, інших та природи такими які вони є; автономія; незалежність від культури; суспільний інтерес; глибокі міжособистісні відносини; демократичний характер; розмежування засобів і цілей; філософське почуття гумору; креативність.

3. Результати емпіричного дослідження особливостей самореалізації в юнацькому віці показали, що для вказаної вибірки самореалізація є важливою, основним її мотивом є бажання досягти успіху, перешкодою є страх невдачі, найперше юнаки вбачають свою самореалізацію в професійній діяльності. На прагнення молоді людини реалізуватися впливають самооцінка, внутрішня потреба, а також стимуляція інших людей і бажання досягти більшого.

4. З'ясовано, що соціально-психологічний тренінг як активно-розвивальна програма самопізнання та самоактуалізації особистості сприяє підвищенню рівня самоактуалізації сучасного юнацтва. Доведено

статистичну обґрунтованість формувального впливу апробованого тренінгу шляхом встановлення статистично-значущих відмінностей у контрольній та експериментальній групах.

## СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Ананьев Б.Г. Человек как предмет познания. Ленинград : Изд-во ЛГУ. 1968. 339с.
2. Аптер М. За пределами черт личности: реверсивная теория мотивации. Луцк : Медиа, 2004. 111с.
3. Асмолов А.Г. Три грани интериоризации. Научное творчество Л.С. Выготского и современная психология. Москва, 1981. С. 10–13.
4. Асмолов А.Г. Личность как предмет психологического исследования. Москва : Изд-во МГУ, 1984. 104 с.
5. Асмолов А.Г. По ту сторону сознания: методологические проблемы неклассической психологии. Москва : Смысл, 2002. 480 с.
6. Балл Г.О. Види наукової діяльності і предмет психології. *Практична психологія: теорія, методи, технологія*: Матеріали наукового семінару. Київ : Ніка-центр, 1997. С.28–32.
7. Балл Г.О. Про психологічний зміст і духовну сутність педагогічної складової вищої освіти. *Університетська педагогічна освіта як шлях гуманізації суспільства*: Матеріали доповідей міжнародної науково-практичної конференції. Київ : КНЕУ, 1999. С. 14–18.
8. Божович Л. И. Личность и ее формирование в детском возрасте. Санкт-Петербург : Питер, 2008. 398 с.
9. Бендас Т.В. Гендерная психология. Санкт-Петербург : Питер, 2007. 431 с.
10. Бюхер К. Работа и ритм. Москва : Новая Москва, 1923. 229 с.
11. Вачков И.В. Основы технологии группового тренинга. Психотехники: Учебное пособие. 2-е изд., перераб. и доп. Москва : Изд-во «Ось»-89, 2000. 224с.
12. Володарська Н.Д. Технології активізації процесу самодетермінації розвитку особистості: діалогово-феноменологічний підхід. *Актуальні проблеми психології*: Збірник наукових праць Інституту

- психології імені Г.С. Костюка НАПН України. Том VI. Випуск 13. Київ–Житомир : Вид-во ЖДУ імені І. Франка, 2017. С. 32–38.
13. Глива С. Вступ до психотерапії. Острог-Київ: Вид-во «Острозька академія», Вид-во «Кондор», 2004. 530 с.
14. Джонсон, Девід В. Соціальна психологія: тренінг міжособистісного спілкування. Пер. з англ. В. Хомика. Київ : Вид. дім «КМ Академія», 2003. 288с.
15. Дригус М.Т. Концептуальні парадигми самоефективності особистості. *Актуальні проблеми психології*: Збірник наукових праць Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України. Том XII. Випуск 23. Київ : Видавництво «Фенікс», 2017. С. 88–97.
16. Емельянов Ю.Н. Активное социально-психологическое обучение. Ленинград : Изд. ЛГУ, 1985. 166с.
17. Євченко І.М. Психологічні засади формування у студентів здатності до самоствердження : автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. психолог. наук : спец. 19.00.07 «Педагогічна та вікова психологія». Одеса, 2013. 18 с.
18. Карсканова С.В. Психологічне благополуччя особистості як основа фахового зростання: автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. психолог. наук : спец. 19.00.01 «Загальна психологія, історія психології». Київ, 2012. 18 с.
19. Климов Е.А. Психология профессионального самоопределения. М. : Академия, 2010. 304 с.
20. Колодяжна А.В. Умови та фактори формування самоставлення. *Актуальні проблеми психології* / за ред. С.Д. Максименка. Т. 12. Вип. 16. Київ : Видавництво «Фенікс», 2013. С. 197–204.
21. Литовченко Н.Ф. Професійно орієнтований тренінг самопізнання та саморегуляції. Навчально-методичні матеріали для тренінгових занять студентів педагогічних вузів. Ніжин : НДПУ, 2002. 72с.

- 22.Малибруда Е. Я – Ты – Мы: психологические возможности улучшения общения. Москва, 1986. 234с.
- 23.Марасанов Г.И. Социально-психологический тренинг. Москва : «Совершенство», 1998. 208с.
- 24.Маслоу А. Мотивация и личность. Санкт-Петербург : Евразия, 1999. 478 с.
- 25.Маслоу А. Психология бытия. Москва : «Рефл-бук», Київ : «Ваклер», 1997. 222 с.
- 26.Маслоу А. Дальние пределы человеческой психики/ Перев. с англ. А. М. Татлы-баевой. Санкт-Петербург : Евразия, 1999. 345 с.
- 27.Мей Р. Искусство психологического консультирования. Москва, 2001. 192с.
- 28.*Наукове забезпечення розвитку освіти в Україні: актуальні проблеми теорії і практики (до 25-річчя НАПН України). Збірник наукових праць. Київ: Видавничий дім «Сам», 2017. 400 с.*
- 29.Павлюк М.М. Психологія розвитку самостійності майбутнього фахівця. Дис. ... докт. психол. наук 19.00.07, Київ, 2019, 497 с.
- 30.Пенькова О.І. Ціннісні аспекти самореалізації особистості. *Актуальні проблеми психології: Збірник наукових праць Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України Том VI. Випуск 14. Київ–Житомир : Вид-во ЖДУ імені І. Франка, 2018. С. 201–207.*
- 31.Петровская Л.А. Компетентность в общении. Социально-психологический тренинг. Москва : Издательство МГУ, 1989. 216с.
- 32.Психогимнастика в тренинге. / Под редакцией Н.Ю.Хрящевой. Санкт-Петербург : «Речь», Институт Тренинга, 2001. 256с.
- 33.Пряжников Н. С. Организация и методика производственного обучения: профориентология. Москва : Юрайт, 2019. 405 с.
- 34.Субботский Е. В. Строящееся сознание : монография. М. : Смысл, 2007. 423 с.

- 35.Роджерс К. О групповой психотерапии. / Пер. С англ. Москва : Гиль-Эстель,1993. 191с.
- 36.Рудестам К. Групповая психотерапия. Санкт-Петербург : Питер, 2000. 384с.
- 37.Савчин І.М. Самосвідомість школяра як предмет професійної уваги вчителя. *Проблеми загальної та педагогічної психології* : Збірник наукових праць Інституту психології ім. Г.С. Костюка АПН України. Т. IV, ч. 5. Київ, 2002. С. 215–219.
- 38.Сарджвеладзе Н.И. Самоотношение личности. В *Психология самосознания*. Самара : Издательский Дом «БАХРАХ-М», 2007. С. 174–207.
- 39.Сердюк Л.З. *Психологія мотивації учіння майбутніх фахівців: системно-синергетичний підхід*. Київ : Університет «Україна», 2012. 323 с.
- 40.Федорчук В.М. Соціально-психологічний тренінг «Розвиток комунікативної компетентності викладача». Навчально-методичний посібник. Кам'янець-Подільський : Абетка, 2003. 240с.
- 41.Цукерман Г.А., Мастеров Б.М. Психология саморазвития Москва : Интерпракс,1995. 288с.
- 42.Эльконин Д.Б. Избранные психологические труды. Проблемы возрастной педагогической психологии. Москва : Международная педагогическая академия, 1995. 219 с.
- 43.Яворська-Ветрова Ірина. Самоставлення та самоактуалізація студентської молоді у контексті самодетермінації: аналіз емпіричного дослідження. *Збірник наукових праць «Проблеми сучасної психології»*, 2019. №45. С. 451–474. DOI 10.32626/2227-6246.2019-45.451-474
- 44.Яланська С.П., Атаманчук Н.М. Психологія формування толерантного середовища в умовах нової української школи. *Наука і*

- освіта. Психологія.* 2017. № 1. С. 71–75. DOI:  
<http://doi.org/10.24195/2414-4665-2017-1-12>
45. Ялом И. Теория и практика групповой психотерапии. Санкт-Петербург : Питер, 2000. 640с.
46. Яценко Т.С. Методы активного социально-психологического обучения : Методические рекомендации для студентов педагогических институтов. Ч. 2. Киев : РУМК, 1991. 56с.
47. Athanasou, James A., Perera, Harsha N. (Eds) (2019). *International Handbook of Career Guidance*. Springer International Publishing. 851 p.
48. Chaika G. Characteristics of self-concept of computer gamers. *Social Welfare: Interdisciplinary Approach*, 2016. 6 (1), 40-51. DOI:  
<http://dx.doi.org/10.21277/sw.v1i6.235>
49. Chykhantsova, O. Features of Demonstration of Hardiness' Components of Personality. *Science and Education a New Dimension. Pedagogy and Psychology*, VI (65), Issue 155. Budapest, 2018. Pp. 58-60. Режим доступу: <http://lib.iitta.gov.ua/710360/>
50. Holland J.L. (1966). *The psychology of vocational choice*. Waltham (Mase) : Braisdell.
51. Huh, Y., Reigeluth, C.M. Self-Regulated Learning: The Continuous-Change Conceptual Framework and a Vision of New Paradigm, Technology System, and Pedagogical Support. *Journal of Educational Technology Systems*. 2017. Volume 46. Issue 2. Pp. 191–214.  
<https://doi.org/10.1177/0047239517710769>
52. Grund, A., Fries, S., Rheinberg, F. (2018). Know Your Preferences: Self-Regulation as Need-Congruent Goal Selection. *Review of General Psychology*. Volume 22. Issue 4. Pp. 437–451.  
<https://doi.org/10.1037/gpr0000159>

53. Maksymenko, S., Serdiuk, L. Psychological Potential of Personal Self-realization. *Social Welfare: Interdisciplinary Approach*, 2016. 6 (1), 92–100. <http://dx.doi.org/10.21277/sw.v1i6.244>
54. Maslow, A. *The Farther Reaches of Human Nature*. NY: Penguin, 1993. 427 p.
55. Onufrieva L.A. The theoretical and methodological analysis of Me-professional image as a component of future professionals' Me-concept. *Збірник наукових праць «Проблеми сучасної психології»*, 2018. 39. С. 195–205. DOI10.32626/2227-6246.2018-39.195-205
56. Столин В.В., Пантилеев С.Р. Опросник самооотношения. В *Практикум по психодиагностике: психодиагностические материалы*. Москва : Изд-во МГУ, 1988. С. 123–130.
57. Ryan, R.M., Deci E.L. *Self-Determination Theory: Basic psychological needs in motivation, development and wellness*. New York, NY: Guilford Press Publishing, 2017.
58. Serdiuk, L. Personal Modus of Future Specialists' Self-Realization. *Social Welfare: Interdisciplinary Approach*, 2014. 4 (1), 71–80.
59. Super D.E., Savickas M.L. & Super C.M. (1996) The Life-span, Life-space Approach to Careers, in D. Brown & L. Brooks (Eds). *Career Choice and Development*, 3rd edn. San Francisco : Jossey-Bass. P. 121-178.
60. Shevchenko Nataliia & Lisianska Nataliia. Experimental Study of Psychological Conditions of Development of High School Students' Independence in Planning of the Professional Prospects *Збірник наукових праць «Проблеми сучасної психології»*, 2020. №39. С. 308–327. DOI (article): <https://doi.org/10.32626/2227-6246.2020-50.308-327>
61. Rogers, C. *A Way of Being*. NY: Houghton Mifflin, 1980. 414 p.
62. Scholer, A.A., Miele, D.B., Murayama, K. New Directions in Self-Regulation: The Role of Metamotivational Beliefs. *Current Directions in*



Psychological Science. 2018. Volume 27. Issue 6. Pp. 437–442.  
<https://doi.org/10.1177/0963721418790549>

63. Shorgen, K.A., Jaehoon, L., Panko, P. An Examination of the Relationship Between Postschool Outcomes and Autonomy, Psychological Empowerment, and Self-Realization. *The Journal of Special Education*. 2016. Volume 51, issue 2, 115–124 <http://doi.org/10.1177/0022466916683171>
64. Waterman, A.S., Schwartz, S.J., Goldbacher, E. Predicting the Subjective Experience of Intrinsic Motivation: The Roles of Self-Determination, the Balance of Challenges and Skills, and Self-Realization Values. *Personality and Social Psychology Bulletin*. 2003. Volume 29, issue, 11, 1447–1458 <https://doi.org/10.1177/0146167203256907>