

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

Кваліфікаційна робота бакалавра
з теми:

**«Особливості роботи практичного психолога з формування
здорового способу життя у підлітків»**

Виконав:

здобувач вищої освіти групи Psp1–B21

освітньо-професійної програми

Практична психологія

спеціальності 053 Психологія

галузі знань 05 Соціальні та поведінкові науки

Гігей Андрій Ігорович

Науковий керівник:

Дуткевич Т.В., кандидат психологічних наук,
професор, професор кафедри психології освіти

Рецензент:

Блашкова О.М., кандидат педагогічних наук,
доцент, в.о. завідувача кафедри практичної
психології Маріупольського державного
університету

Кам'янець-Подільський - 2025 року

ЗМІСТ

ВСТУП.....	3
РОЗДІЛ 1_ТЕОРЕТИЧНІ ПІДХОДИ У ФОРМУВАННІ ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ ПІДЛІТКІВ	7
1.1. Поняття здорового способу життя підлітка і його формування.....	7
1.2. Структура роботи психолога з формування здорового способу життя у підлітків	17
Висновки до першого розділу	25
РОЗДІЛ 2_ЕМПІРИЧНЕ ВИВЧЕННЯ РОБОТИ ПРАКТИЧНОГО ПСИХОЛОГА З ФОРМУВАННЯ ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ ПІДЛІТКІВ	27
2.1. Методика формування практичним психологом здорового способу життя у підлітків	27
2.2. Основний зміст формувальних занять «Здоровий спосіб життя – запорука життєвого успіху»	36
2.3. Результати апробації методики формування практичним психологом здорового способу життя у підлітків.....	52
Висновки до другого розділу	60
ВИСНОВКИ	62
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ	65
ДОДАТКИ	70
Додаток А. Методика С. Дерябо-В. Ясвина «Індекс ставлення до здоров'я».....	70

ВСТУП

Проблеми здоров'я нині є актуальними й нагальними та вирішуються на державному рівні, зокрема вони знайшли відображення в Конституції України, законах України “Про освіту”, Концепції нової української школи. Прийнято Закони України «Про охорону дитинства», «Про систему громадського здоров'я», що надають значні повноваження у питаннях збереження здоров'я на рівні територіальних громад. Офісом Президента України спільно із Міністерством молоді та спорту започатковано загальнонаціональну програму «Здорова Україна», де найважливішими стратегічними завданнями визначено всебічний розвиток дитини (в тому числі й підліткового віку), становлення її фізичного, психічного, духовного та соціального здоров'я, формування відповідального ставлення до нього як найвищої індивідуальної та суспільної цінності.

У сучасному освітньому просторі спостерігається суперечність між подальшою інтенсифікацією навчального процесу в складних умовах війни та катастрофічним погіршенням стану здоров'я підлітків і молоді; невідповідність між заявленими принципами здорового способу життя та відсутністю комплексного підходу у формуванні здорової нації.

Отже, перед практичними психологами закладів освіти поставлено стратегічну мету – пошук шляхів удосконалення процесу збереження, формування, зміцнення та примноження здоров'я підростаючого покоління в цілому та кожної особистості зокрема.

Проведення спільних заходів збереження здоров'я здобувачів освіти є актуальним питанням теоретичних досліджень у психології та у діяльності фахівців-практиків системи освіти. Сучасні заклади освіти в умовах стратегічного реформування потребують використання інноваційних підходів до питань збереження й зміцнення здоров'я підростаючого покоління, формування здорового способу життя особистості.

У наукових працях І.Д.Беха [1], Ю. Д. Бойчука [11], І.О. Калиниченко і Г.Л.Заїкіна [14], І.Я.Коцан, Г.В.Ложкіна, М.І.Мушкевич [17], С.Д.Максименка [19; 34], М.Носко [25], Н.Мухамед'ярова [23], О.О.Яременко [42] та інших

узагальнено психолого-педагогічні і медичні підходи до виховання здорового підростаючого покоління. Дослідження О.М.Балакіревої [39], Н.І.Волошко [5], О. Даниско [8], Г.О.Балла та ін. [12], С.М.Кондратюк [15], В.А. Копетчук [16], С.О.Омельченко [26], Д.І.Солопчук [38] та інших містять науково-теоретичні положення комплексного вирішення проблеми формування у підлітків здорового способу життя. Вчені та практики вважають, що стан здоров'я підлітка залежить не тільки від зовнішніх чинників, а й від внутрішніх – психологічних, які досліджено недостатньо. Відтак практична значущість проблеми та необхідність у її науковому розробленні зумовили вибір теми кваліфікаційного дослідження «Особливості роботи практичного психолога з формування здорового способу життя у підлітків».

Об'єкт дослідження – професійна діяльність практичного психолога закладу освіти.

Предмет дослідження – робота практичного психолога з формування у підлітків здорового способу життя.

Мета дослідження полягає у розробленні й апробації системи роботи практичного психолога з діагностики та формування у підлітків здорового способу життя.

У дослідженні перевірялася *гіпотеза* про те, що робота практичного психолога закладу освіти з формування у підлітків здорового способу життя передбачає такі напрями, як роз'яснення цінності збереження свого здоров'я, роботу з оволодіння валеологічними знаннями, а також вміннями й навичками здорового способу життя.

У відповідності з поставленою метою дослідження були визначені такі **завдання**:

1. На основі теоретичного аналізу проблеми визначити сутність і складові здорового способу життя у підлітковому віці.
2. У ході емпіричного дослідження шляхом формувального експерименту визначити ефективну систему заходів практичного психолога з підвищення

показників сформованості здорового способу життя у підлітків.

3. Апобувати і перевірити ефективність системи заходів практичного психолога з підвищення показників сформованості здорового способу життя у підлітків.

Методи дослідження. Для розв'язання поставлених завдань застосовувалися загальнонаукові методи теоретичного та емпіричного дослідження, які взаємодоповнювали один одного та забезпечували можливість комплексного пізнання предмета дослідження. Теоретичні методи (аналіз психолого-педагогічної літератури, зіставлення та узагальнення фактів) застосовувалися при написанні першого розділу. Емпіричні методи у межах формуального експерименту (наочні – спостереження, досліді, розглядання макетів, картин, ілюстрацій, словесні – міні-лекції, бесіди, розповіді, обговорення, практичні – практичні завдання, тренінгові вправи, рольові, ділові, дидактичні ігри тощо) та психодіагностики (опитувальник «Індекс ставлення до здоров'я» С.Дерябо-В.Ясвина). Методи кількісного та якісного аналізу даних, їх обчислення, інтерпретації та унаочнення використано при обробці матеріалів емпіричного дослідження.

Теоретичне значення дослідження полягає у поглибленні знань про умови ефективності роботи практичного психолога з формування у підлітків здорового способу життя; у визначенні принципів підходів та обґрунтуванні способів і методів формування у підлітків здорового способу життя.

Практичне значення дослідження забезпечується розробкою програми групових занять «Здоровий спосіб життя – запорука життєвого успіху» з формування здорового способу життя у підлітків та процедури діагностики її ефективності.

База дослідження. Дослідження проводилось на базі закладу загальної середньої освіти м. Хмільник Вінницької області. В експерименті брали участь 38 учнів підліткового віку.

У першому розділі викладені теоретичні підходи до вивчення проблеми, розкрито основні поняття роботи, зміст роботи практичного психолога з формування у підлітків здорового способу життя. У другому розділі подається

процедура та аналіз результатів емпіричного дослідження в єдності формувального експерименту та діагностики його ефективності.

Апробація результатів роботи. Головні положення роботи доповідалися й обговорювалися на засіданнях кафедри психології освіти Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка, на звітній конференції студентів і магістрантів цього ж університету 09-10 квітня 2025 р., а також на: Всеукраїнській науково-практичній конференції «Теоретико-методичні засади наступності в освітньому процесі дошкільної та початкової освіти» (Миколаївський національний університет імені В.О.Сухомлинського, 12 листопада 2024 р.); Міжнародній науково-практичній інтернет-конференції «Психологічна наука і практика: сучасні виклики та допомога особистості у кризових умовах» (Український державний університет імені Михайла Драгоманова, 10 квітня 2025 р.); Міжнародній науково-практичній конференції «Програмадський вектор університетської освіти у викликах сьогодення» (Маріупольський державний університет, 24 квітня 2025 р.).

Публікації. Результати кваліфікаційної роботи висвітлено у публікації (у співавторстві): Гігей А. Робота практичного психолога з формування здорового способу життя у підлітків. Зб. наукових праць за матеріалами Міжнародної науково-практичної конференції «Програмадський вектор університетської освіти у викликах сьогодення» (24.04. 2025 р., Маріупольський державний університет). Київ: МДУ, 2024. С. 85-87.

Структура та обсяг роботи. Робота складається зі вступу, двох розділів і п'ятих підрозділів, висновків, списку використаних джерел (48 найменувань) та додатку. Повний обсяг роботи становить 73 сторінки, основний текст займає 64 сторінки. У роботі налічується 4 таблиці, 4 рисунки.

ВИСНОВКИ

У першому розділі роботи розкриваються теоретичні засади дослідження. Схарактеризовано поняття здоров'я, здорового способу життя і його формування. Показано, що формування здорового способу життя підлітків – найбільш ефективний шлях збереження їхнього здоров'я.

Показано, що робота практичного психолога з формування здорового способу життя підлітків носить комплексний характер і охоплює аксіологічний (мотиваційно-оцінний), когнітивний та поведінковий компоненти й проводиться у три етапи. Організація роботи на кожному з етапів зосереджується на формуванні однієї зі складових – аксіологічній (формування ціннісного ставлення підлітка до здоров'я – свого та навколишніх); когнітивній (поповнення знання і уявлень про будову тіла людини, шкідливі та корисні чинники середовища, наслідки недотримання здорового способу життя, втрати здоров'я; подолання хибних уявлень про здоровий спосіб життя); поведінковій (робота з розширення у підлітків звичок, вмінь, навичок здорового способу життя).

У другому розділі розкривається методика і аналіз результатів емпіричного дослідження формування у підлітків здорового способу життя. Розроблено організаційні підходи (визначено мету, завдання, очікувані результати) до роботи психолога з формування у підлітків здорового способу життя. Схарактеризовано програму групових занять «Здоровий спосіб життя – запорука життєвого успіху», що складена у відповідності з трьохкомпонентною структурою здорового способу життя (аксіологічним, когнітивним, поведінковим компонентами), а також сприяє розвитку особистості підлітків.

Показано, що робота з формування у підлітків здорового способу життя передбачає такі методи, як: наочні (спостереження, досліди, розглядання макетів, картин, ілюстрацій), словесні (міні-лекції, бесіди, розповіді, обговорення), практичні (практичні завдання, тренінгові вправи, рольові, ділові, дидактичні ігри тощо), тренінгові й арт-терапевтичні методи, метод самодослідження своїх емоційних станів, самопочуття, настрою.

Враховано, що робота з формування у підлітків здорового способу життя

носить у закладі освіти комплексний характер і проводиться психологом у співпраці з педагогами, тому слід звернути увагу на міждисциплінарність і попереджувати дублювання змісту. Тому матеріал формувального експерименту було розведено з традиційним навчанням підлітків з вивчення основ здорового способу життя (уроки біології, основ здоров'я). Схарактеризовано основну частину занять, подано їх короткі конспекти.

Проаналізовано результати апробації формувальної програми за допомогою вихідної та прикінцевої діагностики стану сформованості здорового способу життя у підлітків. Отримані результати свідчать, що стан сформованості здорового способу життя у підлітків експериментального класу після формувальної роботи зазнав помітних змін. Зросла кількість учнів з високим (з 24,1% до 35,2%) та середнім (з 49,9% до 61,1%) його рівнями. Майже у вісім разів зменшилась кількість учнів з низьким рівнем сформованості здорового способу життя (з 26% до 3,7%). Водночас, сформованість здорового способу життя у підлітків експериментального класу за всіма визначеними критеріями відзначається кращими показниками, ніж у підлітків контрольного класу. Отже, апробація програми групових занять «Здоровий спосіб життя – запорука життєвого успіху» показала свою ефективність та дозволила досягти запланованих результатів. Останні виявились у тому, що:

- у підлітків сформовано всі компоненти здорового способу життя (інтерес до свого здоров'я, мотивація до його збереження; валеологічні знання, вміння і навички здорового способу життя);
- покращено адаптабельність підлітків до складних умов сьогодення (стресові, кризові, травмівні ситуації);
- відпрацьовано навички комунікації, тайм-менеджменту, подолання стресу, позитивного мислення;
- забезпечено володіння позитивними моделями поведінки у різних ситуаціях.

Але найважливіше, що у процесі роботи практичного психолога з формування у підлітків здорового способу життя досягнуто розуміння ними

зв'язку між своїм організмом, самопочуттям, способом мислення і дій. Саме робота психолога дозволяє формувати у підлітків комплексний підхід до фізичного і психічного здоров'я. За підсумками проведеної роботи можна впевнено стверджувати, що практичний психолог є важливою особою у вирішенні проблем збереження здоров'я підростаючого покоління, він покликаний формувати ставлення, знання, поведінкові особливості підлітка, що визначають його спроможність дотримуватись здорового способу життя.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Бех І.Д. Виховання особистості: сходження до духовності / Іван Дмитрович Бех. Київ: Либідь, 2006. 272 с.
2. Белкова Т.О. Здоров'язберігаючі технології в контексті освітнього середовища. Health & Education. Вип. 4, 2023. С. 235-239.
3. Болтівець С.І. Якість психічного здоров'я: педагогічні критерії, прогнозування. Практична психологія та соціальна робота, 2005. № 5 (74). С. 1-4.
4. Вознічка-Парузелъ Б. Мистецтво створення релаксаційних казок / [упоряд. Л. А. Лугова, Ю. В. Стадницька]. Острів безпеки у світі небезпеки : на допомогу бібліотерапевту. Львів, 2012. С. 89–91.
5. Волошко Н.І. Психологія становлення здорового способу життя учасників навчально-виховного процесу. Київ : Логос, 2015. 414 с
6. Гільман А.Ю. Аналіз результатів ефективності програми по формуванню саногенного мислення студентської молоді. Вісник Одеського національного університету. Психологія. Одеса, 2016. Вип. 1(39), Том 21. С. 43-53.
7. Гурак Г.М., Долинська Л.В. Технологія корекційно–розвивальної роботи щодо розвитку емоційної стійкості підлітків. Габітус. 2023. Вип. 46. С. 74–79.
8. Даниско О. Методолого-торетичні основи формування здорового способу життя школярів засобами фізичної культури і спорту. Людинознавчі студії. Серія «Педагогіка». Вип. 31. 2015. С. 120-128.
9. Демченко І. І., Максимчук Б. А., Ніфака Я. М., Височан Л. М., Зленко Н. М., Литвиненко В. А., Максимченко В. І., Райтаровська І. В. Шляхи розвитку здоров'язбережувальної компетентності майбутнього вчителя / Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М.П.Драгоманова. Серія № 15. Науковопедагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт): зб. наукових праць / За ред. О. В. Тимошенка. Київ : Видавництво НПУ імені М.П. Драгоманова, 2020. Випуск 2 (122) 20. С. 35-40.
10. Журба К. Війна як чинник впливу на смисложиттєву сферу сучасних підлітків. Нова педагогічна думка. 2022. № 2 (110). С. 105–109.
11. Загальна теорія здоров'я та здоров'язбереження: колективна монографія / за

- заг.ред. проф. Ю. Д. Бойчука. Харків: Вид. Рожко С. Г., 2017. 488 с.
12. Засади впровадження здорового способу життя української молоді / [Г.О.Балл, Н.А.Бастун, О.В.Завгородня та ін.]. Практична психологія і соціальна робота. 2010. № 12 (141). С. 70–71.
 13. Здоровий спосіб життя – шлях до здоров'я. URL: <https://zdrav.ck.gov.ua/uk/content/zdorovyuy-sposib-zhyttya-shlyah-do-zdorovya>
 14. Калиниченко І.О., Заїкіна Г.Л. Практична валеологія: навчальний посібник. СумДПУ, 2020. 348 с.
 15. Кондратюк С.М. Формування свідомого ставлення підлітків до власного здоров'я. Сучасні тенденції спрямовані на збереження здоров'я людини. Збірник наукових праць. Харків, 2020. Випуск 1. С. 171-174.
 16. Копетчук В.А. Наукові підходи духовно-ціннісного спрямування до формування здорового способу життя в учнівської і студентської молоді. Естетичне виховання дітей та молоді: теорія, практика, перспективи розвитку: збірник наукових праць / За ред. О.А.Дубасенюк, Н.Г.Сидорчук. Житомир: Вид-во ЖДУ ім. І. Франка, 2012. С. 219-226.
 17. Коцан І. Я., Ложкін Г. В., Мушкевич М. І. Психологія здоров'я людини: навч. посіб. Луцьк: ВежаДрук, 2018. 316 с.
 18. Коцур Н.І., Товкун Л.П., Миздренко О.М. Валеологія : Навчальний посібник. Переяслав (Київ.обл.): Домбровська Я. М., 2020. 164 с.
 19. Максименко С. Д. Учбове навантаження і збереження здоров'я школярів. Директор школи, ліцею, гімназії. 2002. № 4. С. 19–23.
 20. Максьом К.В. Соціально-психологічні особливості розвитку емоційного інтелекту в підлітковому та юнацькому віці. Актуальні проблеми психології: Збірник наукових праць Інституту психології імені Г.С.Костюка НАПН України. Київ, 2019. Т.ХІІ. Вип. 25. С.164 -171.
 21. Малхазов О.Р. Розвиток емоційної стійкості осіб, що переживають наслідки травматичних подій. Кропивницький: Імекс-ЛТД, 2022. 215 с.
 22. Мохоньок З. Здоровий спосіб життя учнів як педагогічна проблема. Педагогічні науки: теорія, історія, інноваційні технології, № 4 (88), 2019. С.

299-307.

23. Мухамед'яров Н.Н. Методологічні засади формування здорового способу життя. Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту. 2013. № 3. С. 36 – 38.
24. Немеш В. І. Емоційна трансформація підліткового віку. Науковий вісник Ужгородського національного університету. Серія: Психологія. 2022. Вип.3. С. 93–95.
25. Носко М. Формування здорового способу життя: навчальний посібник. Київ: «МП Леся», 2013. 160 с.
26. Омельченко С.О. Взаємодія соціальних інститутів суспільства у формуванні здорового способу життя дітей та підлітків : монографія. Луганськ : Альма-матер, 2007. 353 с.
27. Операційний посібник «Розробка та фінансування регіональних і місцевих програм громадського здоров'я». Центр громадського здоров'я МОЗ України. Київ, 2020. 60 с.
28. Основи здоров'я. 6 – 9 класи. Навчальна програма для закладів загальної середньої освіти. [Електронний ресурс]. Режим доступу:
<https://mon.gov.ua/static-objects/mon/sites/1/zagalna%20serednya/programy-5-9-klas/2022/08/15/Navch.progr.2022.osnovy.zdorovia-6-9.pdf>
29. Побочна Т. Ціннісний вимір здорового способу життя у сучасній освіті. Педагогічні науки. 2022. № 79. С. 32-36.
30. Поліщук В. М. Вікова і педагогічна психологія : навч. посіб. 4-те вид. Суми : Унів. кн., 2019. 352 с.
31. Поліщук Н.М. Характеристика змісту поняття «здоров'я людини» в сучасних дослідженнях. Педагогічні науки: теорія, історія, інноваційні технології. 2010. №1(3). С. 124-132.
32. Про систему громадського здоров'я: Закон України від 6 вересня 2022 р. № 2573–IX. URL: <http://zakon.rada.gov.ua/laws/show/2573-20#Text> (дата звернення: 20.07.2024)
33. Психологія розвитку особистості у підлітковому та ранньому юнацькому віці.

- Навчальний посібник для студентів вищих навчальних закладів / [Н.О. Гончарова, Ю.Л. Горбенко, Ю.І. Калюжна, В.А. Лавріненко, М.М. Мельничук, О.Г. Мирошник, Н.М. Мишко, В.Ф. Моргун, Л.Г. Перетятко, М.М. Рева, К.В. Седих, М.М. Тесленко, І.Г. Тітов, Т.Є. Тітова, А.С. Харченко, Н.О. Чайкіна, Т.А. Яновська] ; за ред. К.В. Седих. Полтава : Астроя, 2018. 342 с.
34. Психічне здоров'я особистості: підручник для вищих навчальних закладів / С.Д. Максименко, Я.В. Руденко, А.М. Кушнірєва, В.М. Невмержицький. Київ: «Видавництво Людмила», 2021. 438 с.
35. Рибалко Л.М. Рухова активність як умова здорового способу життя. Проблеми формування здорового способу життя молоді : Матеріали VIII Всеукраїнської науково-практичної конференції, присвяченої 200-літтю розвитку плавання у Львові ; Під заг. ред. Сіренко Р.Р. Львів : Видавничий центр ЛНУ імені Івана Франка, 2020. С. 70-75.
36. Савчук П., Бакіко І, Ковальчук В., Савчук С. Здоров'я та здоровий спосіб життя людини: погляди, думки, висновки. Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві. № 1(41), 2018. С. 11-17.
37. Семигіна Т.В., Лящук І.М. Політика формування здорового способу життя молоді: український та європейський досвід. Режим доступу: [http://ekmair.ukma.edu.ua/bitstream/handle/123456789/1177/\(Semyhina_Liashchu](http://ekmair.ukma.edu.ua/bitstream/handle/123456789/1177/(Semyhina_Liashchu)
38. Солопчук Д.І., Живага С.І., Малюгін В.М. Концептуальні підходи зміцнення та збереження здоров'я школярів у процесі фізичного виховання. Режим доступу : <http://fizkultura.kpnu.edu.ua/wp-content/uploads/sites/13/2014/06/24.> – Заголовок з екрану (дата звернення 20.12.2024 р.).
39. Стан та чинники здоров'я українських підлітків : монографія / О.М. Балакірєва [та ін.] ; наук. ред. О.М. Балакірєва. ЮНІСЕФ (Укр. ін-т соц. дослідж. ім. О. Яременка). Київ: "К.І.С.", 2011. 172 с.
40. Статут (Конституція) Всесвітньої організації охорони здоров'я [Електронний ресурс]. Режим доступу : http://zakon2.rada.gov.ua/laws/show/995_599. Заголовок з екрану (дата звернення 20.12.2024 р.).
41. Теоретико-методологічні засади формування здорового способу життя. URL:

<http://www.health.gov.ua/publ/conf.nsf/09e0043b46a8b8e>

[7c2256d8e006e5352/0ead6848c9d6825ac2256ddc0038c24c?OpenDocument](http://www.health.gov.ua/publ/conf.nsf/09e0043b46a8b8e7c2256d8e006e5352/0ead6848c9d6825ac2256ddc0038c24c?OpenDocument)

42. Технологія проведення тренінгів з формування здорового способу життя молоді : монографія / Г.М.Бевз, О.П.Главник ; ред. О.О.Яременко ; Держ. ін-т проблем сім'ї та молоді. Київ, 2005. 171 с.
43. Тимофієва М.П., Слободська О.В. Психологія здоров'я: Підручник. Київ: МЕДПРИНТ, 2022. 600 с.
44. Ткачишин Р. Особливості соціально-психологічної адаптації особистості в умовах кризових ситуацій. Соціальна психологія; психологія соціальної роботи. 2021. Т. 32, № 3 (71). С. 93–98.
45. Хлівіна О.М., Федотова Т.В. Здорова особистість в світлі гуманістичної моделі А. Маслоу та акмеологічного підходу. Практична психологія і соціальна робота. 2005. № 9 (79). С. 1–4.
46. Шевченко Н.Ф., Сошина Ю.М. Ціннісно-сміслові настановлення підлітків: монографія. Запоріжжя: Запорізький національний університет, 2017. 226 с.
47. Шиян Е.І. Освітня політика з питань здорового способу життя молоді у другій половині ХХ століття [Електронний ресурс] Державне управління : Теорія та практика. 2007. № 2 (6). Режим доступу: <http://www.nbu.gov.ua/ejournals/DUTP/2007>.
48. Щербакова О.О., Кондрацька Л.В., Беженська А.А. Вікові особливості психоемоційного стану підлітків в умовах війни. Габітус. Випуск 55. 2023 С. 67-71.