

УДК 159.923.7.23

DOI <https://doi.org/10.32782/psych.studies/2023.4.9>

ОСОБЛИВОСТІ РЕФЛЕКСИВНОГО ПСИХОЛОГІЧНОГО КОНСУЛЬТУВАННЯ ПІДЛІТКІВ У СУЧАСНОМУ СТРЕСОГЕННОМУ СЕРЕДОВИЩІ

Петяк Олена Віталіївна,

доктор філософії з психології,
доцент кафедри психології та педагогіки
Хмельницького національного університету
<https://orcid.org/0000-0002-9138-5350>
<https://publons.com/researcher/4967292/petyak-olena/>

Козельський Віктор Станіславович,

аспірант зі спеціальності 053 «Психологія»
Хмельницького національного університету
<https://orcid.org/0009-0008-2988-9372>

У статті розглянуто питання особливостей рефлексивного психологічного консультування підлітків в сучасних умовах стресогенного середовища. Поняття «рефлексія» тлумачиться з двох позицій: як індивідуальна здатність до побудови когнітивних схем вищого порядку та як спосіб узагальнювати досвід та уявлення про психічне та якість свідомості. Проаналізовано зміст та значення ідентичності у підлітковому віці. Встановлено, що ідентичність як динамічна структура розвивається крізь кризи нелінійно і нерівномірно, прогресивно чи регресивно протягом усього життя людини. Кожного разу, коли виникають біологічні чи соціальні зміни в житті підлітка, необхідна інтегруюча робота Его і переструктурування елементів ідентичності. Оскільки підлітковий вік характеризується сильними фізичними та психофізіологічними змінами, психологам варто звертати особливу увагу на те, як іде формування всіх видів ідентичності підлітка. Визначено, що суттєвою проблемою для сучасного підлітка є адаптивне проживання кризи підліткового віку. Тому завдання психолога у рефлексивній консультації полягає в інтегруванні відповідей підлітка на питання, хто він такий, на що здатний, які його перспективи на майбутнє і як складеться його подальша доля, в цілісну картину його самосвідомості. Для підлітка потрібно знайти ту соціально значимому сферу, в якій він діятиме успішно, визначиться у значимих зразках для наслідування та навчиться відповідальності. Розглянуті також основні проблеми батьківського виховання та труднощів, що виникають на рівні сімейної взаємодії. У висновках вказані рекомендації застосовувати у психологічному консультуванні кейси, метафори у міфах і притчах, ігри, у яких необхідно організувати філософську, екзистенційну рефлексію. Наголошено на ціннісно-смісловій основі життя як пріоритетній у консультуванні, оскільки у підлітковому віці за допомогою організованої рефлексії необхідне формування правильного розуміння поняття «реальності».

Ключові слова: ідентичність, підлітки, психологічне консультування, рефлексія, саморегуляція.

Petyak Olena, Kozelskyi Viktor. Features of reflective psychological counseling of adolescents in a modern stressous environment

The article deals with the features of reflexive psychological counseling of teenagers in modern conditions of a stressful environment. The concept of 'reflection' is interpreted from two positions: as an individual ability to build cognitive schemes of the highest order and as a way to generalize experience and ideas about the psyche and the quality of consciousness. The content and meaning of identity in adolescence are analyzed. It has been established that identity as a dynamic structure develops through crises non-linearly and unevenly, progressively or regressively throughout a person's life. Every time there are biological or social changes in the life of a teenager, the integrative work of the Ego and the restructuring of identity elements are necessary. Since adolescence is characterized by strong physical and psychophysiological changes, psychologists should pay special attention to the formation of all types of adolescent identity. It was determined

that the essential problem for a modern teenager is adaptive living of the crisis of adolescence. Therefore, the psychologist's task in reflective counseling is to integrate the teenager's answers to the question of who he is, what he is capable of, what his prospects are for the future, and how his future fate will develop into a holistic picture of his self-awareness. For a teenager, it is necessary to find that socially significant area in which he will act successfully identify himself in significant role models and learn responsibility. The main problems of parenting and difficulties arising at the level of family interaction are considered. In the conclusion, there are recommendations for applying cases, metaphors in myths and parables, games in psychological counseling, in which it is necessary to organize philosophical and existential reflection. The value-meaning basis of life is noted as a priority in counseling, since in adolescence, with the help of organized reflection, it is necessary to form a correct understanding of the concept of 'reality'.

Key words: *identity, children, psychological counseling, reflection, self-regulation.*

Постановка проблеми. Складні та моторошні реалії повномасштабної війни в Україні продовжують деструктивно впливати на кожного з нас. Втрата відчуття безпеки, стабільності щодо майбутнього, постійна фрустрація стають причинами сильного стресу не лише для дорослих, а й для дітей та підлітків. Відповідно, тривале перебування в такому стані може призводити до важких наслідків. Саме тому необхідність психологічного консультування крізь призму рефлексії стає механізмом саморегуляції у сучасному стресогенному середовищі.

Згідно з В. Дударевим, рефлексія розглядається як індивідуальна властивість – схильність до самоаналізу, як індивідуальна здатність до побудови когнітивних схем вищого порядку – метакогнітивізм; спосіб узагальнювати досвід та уявлення про психічне та якість свідомості. Високий ступінь вивчення рефлексії сприяв впровадженню нами практики рефлексії у консультуванні, як організаційному, так і психологічному [1, с. 67].

У підлітковому віці (від 10–11 років до 14–15 років) особистість хвилюють питання, пов'язані з її «Я»: «Хто я? Який я? Навіщо я? Чому саме я?». Найскладнішими вважаються прості питання дитини, звернені до себе та інших. Пошук відповідей призвів до розвитку в науці психології кількох напрямів знання: криза ідентичності (західна психологія), криза підліткового віку (вітчизняна психологія). Будь-яка криза, яку переживає людина, повинна призводити, як стверджується в різних духовних культурах, починаючи з вед і даосизму до індивідуального, культурного і духовного оновлення. У психології загальноновизнаним вважається, що криза – це боротьба зі застарілими,

деструктивними продуктами розвитку, які перешкоджають подальшому прогресу життя [2]. Тому важливо внести конкретизацію в рамках особистісно-орієнтованого підходу в таких видах рефлексії як: особистісної, комунікативної, соціально-особистісної, інтелектуальної, екзистенційної. Ми виявили наявність рефлексії у всіх практиках психологічної допомоги. Тому **метою дослідження** є теоретичне вивчення та аналіз особливостей психологічного консультування підлітків як рефлексивного механізму саморегуляції в сучасних стресогенних обставинах.

Результати дослідження. У зарубіжній психології активно розробляється теорія ідентичності, початок якої було покладено Е. Еріксоном [6, с. 18], а витoki її з'явилися вже у роботах З. Фрейда [5, с. 59] з поняття «ідентифікація» та К. Юнга [6, с. 20] з поняття «самість». Таким чином, спочатку були виділені два аспекти ідентичності – соціальне визнання та визнання власної цілісності. Згідно У. Джемса, сутність ідентичності визначається як усвідомлення індивіда безперервності і тотожності в часі, послідовності і несуперечності власній особистості [1, с. 66], ідентифікація в дитинстві з життям батьків, потім з національними, соціокультурними символами суспільства [1]. Згідно з епігенетичною стадіальною концепцією розвитку особистості Е. Еріксона [6, с. 18], мета розвитку особистості – цілісність як зріла риса, що зобов'язана своїм походженням усім стадіям розвитку Его. Зріла психосоціальна ідентичність – це внутрішня тотожність і безперервність, підготовлена минулим індивідумом, яка поєднується з тотожністю і безперервністю значення для інших, що виявляється в реальній перспективі «кар'єри»

[3, с. 67]. Досягнута ідентичність виявляється у здатності людини відчувати довіру, мати особистісні значущі цілі, цінності та переконання, почуття спрямованості та осмисленості життя, усвідомлювати та долати труднощі на обраному шляху [8].

Е. Еріксон у роботі «Ідентичність: юність і криза» описав те, що характерно для підліткового періоду [6, с. 18]: дифузна ідентичність, яка полягає в міцності цілей, цінностей і переконань, безуспішності спроб їх сформулювати, якщо підліткова криза реалізується деструктивним шляхом розвитку, тому, як наслідок цього, підліток не здатний вирішувати виникаючі проблеми і переживає негативні стани: песимізм, злість, відчуження, безпорадність та безнадійність.

Дж. Мід [3] у концепції символічного інтеракціонізму виокремив два аспекти ідентичності: соціально детерміновану ідентичність («Me»), яка будується з інтерналізованих «генералізованих інших» та індивідуальну ідентичність («I»), завдяки якій людина реагує на соціальну ситуацію неповторним чином. Він же виділив усвідомлюваний та неусвідомлюваний типи ідентичності. Неусвідомлена ідентичність базується на неусвідомлено прийнятих людиною нормах, звичках, очікуваннях, що надходять від соціальної групи, до якої вона належить. Усвідомлена ідентичність виникає на основі рефлексії та виражає відносну свободу особистості, яка думає про мету і тактику своєї поведінки, а не сліпо слідує ритуалізованій соціальній дії [3, с. 25]. Розвиваючи ідеї Дж. Міда, у сучасній соціальній філософії та психології виділяють й інші типи ідентичності: соціальна ідентичність, особиста ідентичність, Я-ідентичність [4, с. 98].

Ідентичність як динамічна структура розвивається нелінійно і нерівномірно, може йти як у прогресивному, так і в регресивному напрямі протягом усього життя людини, долаючи кризи. Щоразу, коли виникають біологічні чи соціальні зміни, необхідні інтегруюча робота Его і переформування елементів ідентичності. Підлітковий вік характеризується сильними фізичними та психофізіологічними змінами, тому психологу варто звернути особливу увагу на те, як іде формування всіх видів ідентичності підлітка. Нові, кон-

структивні елементи ідентичності мають бути інтегровані в ту структуру, що вже існує, а старі та неактуальні – мають бути реінтегровані чи відхилені. Відбір нових компонентів у структуру ідентичності та пристосування структури до цих компонентів відбувається у процесах асиміляції, акомодатії та оцінки значення та цінності нових та старих змістів ідентичності відповідно до особливостей соціального досвіду підлітка.

Під час консультування психологу необхідно направити на формування, підтримати та посилити мотивацію підлітка мати зрілу ідентичність. Зріла ідентичність означає бути самим собою в уподібненні себе обраному соціокультурному оточенню. Необов'язковою є наявність цього оточення в даний момент, перспектива у майбутньому створює необхідну базову платформу. Це важливо зрозуміти підлітку під час консультації. Принцип співіснування соціальності та індивідуальності в ідентичності вказує, що умовами побудови особистісної ідентичності та вирішення криз є [7]:

- ідентифікація, асиміляція та інтеграція значущих соціокультурних прикладів;
- розвинена рефлексія своїх переживань для самоототожнення;
- комунікація та її опосередкування значеннями відносин Я та Іншого;
- розуміння та узгодженість усіх значень Я;
- вибір нових цінностей і цілей та рішучість для вирішення криз.

Проблемою побудови ідентичності сучасного підлітка є суперечлива сутність сучасного культурного контексту: з однієї сторони, антиномний характер культури, з іншої – глобальна інтеграція. Підлітку доводиться постійно докладати багато зусиль для синтезу «Я» в подоланні антиномій культури: традиції та новації, матеріальне та духовне, імпульсу бажання та свідомої творчості, чуттєвого буття та символічної діяльності, необхідності та свободи, буденності та гри, ідеалу та копій. Універсалізація мови знакових систем інформації електронних засобів та уніфікація психологічних характеристик особистості. В умовах прагматики багато компаній транслюють інформацію за допомогою збідненої мови на основі простих

порівнянь та асоціацій. Згідно досліджень С. Пека, різні реаліті-шоу, що носять позанаціональний характер, впроваджують у свідомість глядачів уніфіковані зразки поведінки певних психотипів [9]:

– «цап-відбувайло», який демонструє деструктивну поведінку смиренного суб'єкта;

– нарцисична особистість з переважуючою, але завуальованою нетерпимістю до критики як наслідок нарцисичної травми;

– претензійна особистість з вираженим занепокоєнням про зовнішність та власний імідж самоповаги;

– людина з шизоїдними розладами в процесі мислення у стресових ситуаціях.

Щоб бути самим собою в уподібненні до обраного соціокультурного оточення, підлітку необхідні правильні зразки. Тому тут психологу не уникнути під час консультації виховної роботи – формування орієнтації на правильні приклади цілісності особистості. У цьому процесі найкраще працюють рефлексивні методи – робота через метафори з притчами, міфами, переконаннями, цінностями, смислами, цілями. Враховуючи особливості віку, підліток сензитивний до таких методів, адже цей вік є періодом розквіту рефлексії.

На думку В. Пузько, до чинників, які провокують дифузність ідентичності, можна віднести [4, с. 17]:

1) для екзистенційної складової – втрата унікальності особистості, відрив сутності від існування людини;

2) для рефлексивного механізму ідентичності – уніфікація психологічних характеристик особистості, деструкція самоідентифікації;

3) для семантичного аспекту ідентичності – збіднення значення світу як символічного «іншого», анонімний характер буття особистості, деперсоналізація;

4) для соціального буття – індивідуалізм та відчуження, як спосіб існування.

У вітчизняній психології кризу підліткового віку пов'язують зі зниженням навчальної успішності, погіршенням працездатності, дисгармонійністю у внутрішній структурі особистості, максимальним роз'єднанням «Я» підлітка та світу. Ця криза нагадує кризу 3 років («Я сам»), але тепер це «Я сам» у соціальному зна-

ченні і описується як «вік другого перерізання пуповини», «негативна фаза статевого дозрівання». Позитивний сенс кризи в тому, що в боротьбі за незалежність підліток задовольняє потреби в самопізнанні та самоствердженні. У нього виникає почуття впевненості в собі та здатність покладатися на себе, формуються способи поведінки, що дозволяють йому в майбутньому долати життєві труднощі. У цей період категоричність, винятковість, прийняття норм, правил, формування принципів є проблемою. У типології проблем, ці труднощі позначені у центральному колі, що означає високий ступінь залежності вирішення цих питань з подальшим життям людини і пережитими складнощами.

Завдання психолога у консультації полягає в інтегруванні відповідей підлітка на питання, хто він такий, на що здатний, які його перспективи на майбутнє і як складеться його подальша доля, в цілісну картину самосвідомості. Для підлітка необхідно знайти ту соціально значиму сферу, в якій він діятиме успішно, визначиться у значимих зразках для наслідування, навчиться відповідальності. Ю. Овчиннікова [3] вважає, що особистісна ідентичність підлітка неможлива без інтеграції дієвості різних форм її прояву та чинників, що її обумовлюють, а також тих, що визначають сімейні уявлення, вплив батьків, предків людини та їх ідентичностей, етнічну ідентичність, невід'ємною частиною якої є історія народу. Тобто можна стверджувати, що зачатки майбутньої ідентичності формуються ще до народження людини. Насамперед, особистісна ідентичність починається з імені людини. У кожній мові та історії окремої сім'ї ім'я набуває конкретних значень, що потім засвоюються дитиною. Разом з ім'ям вона засвоює певну роль і цінності, що стоять за нею, наприклад, уявлення про власну винятковість (якщо ім'я рідкісне), про необхідність реалізувати очікування (якщо дитина названа на честь іншої людини), про носія певних рис (якщо з ім'ям пов'язані чіткі характеристики, наприклад, Віктор – переможець чи Софія – мудрість).

Підлітка необхідно навчити безпечно реалізовувати ціннісно-смыслову основу у своїй діяльності. А. Маслоу [2, с. 4] розумів відкриття ідентичності як вияв-

лення справжніх бажань і характеристик, а також здатність жити так, щоб вони знаходили свій прояв. Якщо людина визначила, що саме має сенс у її житті, але з певних причин, наприклад під тиском інших людей, вчиняє іншим чином, то виникає загроза ідентичності, а при тривалому впливі – криза.

Вивчаючи вітчизняне психологічне консультування [1; 6], ми виділили узагальнену схему етапів проведення консультації підлітків в умовах стресогенних ситуацій:

1. Виявлення причини звернення (які події, які порушення, чиє бажання).

2. Збір інформації: ставлення до навчання (улюблені / не улюблені вчителі, предмети); плани на майбутнє; відносини з однолітками (проблема комунікації, виділення значимих місць); ставлення до захоплень, хобі, улюблені заняття; ставлення до батьків і внутрішня сімейна ситуація (у випадку розлучених сімей – «У чому дитина бачить причини розлучення і як це впливало на її життя?»); ставлення до минулого; виділення найважчих подій у минулому житті; перенесені соматичні захворювання (порушення сну, апетиту, та самопочуття); сексуальні проблеми; інтегративна оцінка задоволеності своїм життям.

3. Далі визначається бажаний результат: підвищення рівня критичної оцінки або пошук шляхів максимальної адаптації.

4. Пошук альтернативних рішень: пошук сфер і конструктивних каналів для прояву своєї самостійності підлітком; розширення кола симпатій (однолітків, близьких – бачення не лише негативних характеристик, а й позитивних) та зміцнення волі.

5. Узагальнення попередніх етапів: резюме та договір про наступні зустрічі. У процесі реалізації цієї узагальненої моделі необхідно враховувати:

– опору при консультуванні на рефлексивні здібності підлітка (знання про межі власних знань, умінь, можливостей) та здатності виходити за свої межі;

– під час пошуку сфери конфлікту необхідно враховувати, що в цьому віці діяльність – спілкування, свідоме експериментування власними відносинами з іншими людьми (пошуки друзів, конфлікти, з'ясування стосунків, зміна компаній)

виділяється у відносно самостійну сферу життя підлітка [6, с. 12];

– робота з батьками, визначення стилю стосунків у сім'ї та причин порушення процесу виховання: рівні протекції (гіперпротекція, гіпопротекція); ступінь задоволення підлітка (матеріальний та духовний); потурання чи ігнорування його потреб; кількість та якість вимог до підлітка в сім'ї (обов'язки, навчання, догляд за собою та іншими членами сім'ї, вимоги та заборони, які встановлюють рамки спілкування – санкції батьків): надмірна вимогливість, недостатність вимог до підлітка, надмірність заборон, недостатність вимог та заборон, суворість санкцій, мінімальність санкцій; нестійкість уваги; риси характеру батьків, які можуть сприяти порушенням у вихованні: нестійкість, суперечливість, істероїдність тощо.

У багатьох випадках психологічні проблеми батьків переносяться у процес виховання та вирішуються за рахунок підлітка. У ситуаціях, коли відбувається розширення сфери батьківських почуттів, один із членів подружжя приймає на себе всю відповідальність в сім'ї і проєктує на дитину те, чого не вистачає (згідно психоаналізу). Іншими проблемами в системі батьківського виховання можуть бути: виховна невпевненість; фобія втрати дитини; нерозвиненість батьківських почуттів; проєкція на підлітка власних не бажаних рис; витіснення конфлікту між подружжям у сферу виховання (діаметральні розбіжності до підходу виховання тощо); зміщення в установках батьків у ставленні до підлітка залежно від статі – перевага чоловічих рис у доньки, або перевага жіночих рис у синаві.

При організації взаємодії з підлітком необхідно враховувати можливість ускладнення ситуації ревнощами батьків. В процесі консультування можуть виявлятися провокації підлітка (грубість, негативізм, протести) через уявлення, що психолог у змові з батьками, вчителями. Психологу необхідно відзначати таку поведінку, але не акцентувати на ній уваги без необхідності. У рефлексивному консультуванні підлітка щодо складних, стресогенних життєвих ситуацій багато чого залежить від психолога, які саме акценти він роз-

ставить у тому матеріалі, який викладається в полі спільної взаємодії психолога та підлітка [10].

Для цього віку рекомендується проведення разових консультацій, а тривале консультування організувати у групі однолітків або різновіковій групі з мінімальною різницею у віці. Разова консультація має бути завершеним процесом з отриманим результатом у вигляді вирішення того питання, з яким підліток звернувся до психолога.

Висновки. Таким чином, у психологічному консультуванні як рефлексивному механізмі саморегуляції рекомендується застосування кейсів, метафор у міфах і притчах, ігор, у яких необхідно організувати філософську, екзистенційну рефлексію. Ціннісно-смілова основа життя є пріоритетною у консультуванні. Підліткові важливо зрозуміти, як він створює власні картини світу, як він усвідомлює те, що з ним відбувається, з яких причин

і для чого він саме так, а не інакше, вибудовує своє усвідомлення. У цьому віці за допомогою організованої рефлексії необхідне формування правильного розуміння поняття «реальності».

Консультування підлітків – це максимально творчий процес. Підлітки чутливі до рефлексивних процесів, які їм цікаві, але психологу слід діяти професійно та обережно, не захоплюватися розширенням меж консультації, не забувати про вікові особливості, вірити в розуміння підлітком самого себе, не втрачаючи довіру підлітка провести по світу його душі, зберігаючи індивідуальність.

Групове консультування підлітків повинне відбуватися в закритій групі, з жорстко регламентованою структурою під час консультаційної роботи. Психолог повинен керувати консультацією, а для досягнення консультаційних цілей має правильно поєднувати безпосередній процес та супровід.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Алексеева Ю.А. Особливості психологічного консультування підлітків: тематичний план та робоча програма спецкурсу для спеціальностей «Соціальна педагогіка, практична психологія» та «Соціальна робота, практична психологія». Київ : НПУ ім. М.П. Драгоманова, 2007. 31 с.
2. Близнюкова О.М., Мельничук І.Я. Фасилітація як психологічний механізм формування партнерських взаємовідносин у підлітковому віці. *Теоретичні і прикладні проблеми психології*, 2019. № 1(48). С. 28–36.
3. Митник О.Я., Томаржевська І.В. Психологічне консультування: навчально-методичний посібник. Київ : Видавничий дім «Слово», 2016. 128 с.
4. Булах І.С., Бушай І.М., Кузьменко В.У. Консультативна психологія: підручник. Вінниця : Нілан, 2014. 484 с.
5. Боярин Л.В. Теоретичний аналіз вивчення проблеми соціальної адаптації у психологічній літературі. *Теоретичні і прикладні проблеми психології*. 2013. № 3. С. 55–61.
6. Опанасенко Л.А. Основи психологічного консультування: у схемах і таблицях. Миколаїв : Іліон, 2019. 134 с.
7. Булах І.С. Психологія особистісного зростання підлітка: монографія. Київ : НПУ імені М. П. Драгоманова, 2003. С. 84–97.
8. Нерубаєва І.О., Павловський А.П., Шебардіна А.В. Найкращі практики роботи з підлітками : методичний посібник. Київ, 2020. 180 с.
9. Токарева Н.М., Шамне А.В., Макаренко Н.М. Сучасний підліток у системі психолого-педагогічного супроводу : монографія. Кривий Ріг, 2014. 312 с.
10. Цимбалюк І.М. Психологічне консультування та корекція. Модульно-рейтинговий курс : навчальний посібник. Київ : ВД «Професіонал», 2005. 656 с.

REFERENCES:

1. Aliexsieieva Yu.A. (2007). *Osoblyvosti psykhologichnoho konsultuvannia pidlitkiv: tematychnyi plan ta robocha prohrama spetskursu dlia spetsialnostei «Sotsialna pedahohika, praktychna psykhologhiia» ta «Sotsialna robota, praktychna psykhologhiia»* [Peculiarities of psychological counseling of adolescents: thematic plan and work program of the special course for the

specialties «Social pedagogy, practical psychology» and «Social work, practical psychology»]. Kyiv : NPU im. M.P. Drahomanova, 31 [in Ukrainian].

2. Blyzniukova, O.M., & Melnychuk, I.Ya. (2019). Fasylytatsiia yak psykholohichniy mekhanizm formuvannia partnerskykh vzaiemovidnosyn u pidlitkovomu vitsi [Facilitation as a psychological mechanism of forming partner relations in adolescence]. *Teoretychni i prykladni problemy psykholohii*, 1(48), 28–36 [in Ukrainian].

3. Mytnyk, O.Ya., & Tomarzhevska, I.V. (2016). *Psykholohichne konsultuvannia: navchalno-metodychnyi posibnyk [Psychological counseling: educational and methodological guide]*. Kyiv: Vydavnychiy dim «Slovo» [in Ukrainian].

4. Bulakh, I.S, Bushai, I.M., Kuzmenko, V.U., Pomytkin, E.O., & Aleksieieva, Yu.A. (2014). *Konsultatyvna psykholohiia: pidruchnyk [Counseling psychology: textbook]*. Vinnytsia: Nilan [in Ukrainian].

5. Boiaryn, L.V. (2013). Teoretychnyi analiz vyvchennia problemy sotsialnoi adaptatsii u psykholohichnii literaturi [Theoretical analysis of the study of the problem of social adaptation in psychological literature]. *Teoretychni i prykladni problemy psykholohii*, 3, 55–61 [in Ukrainian].

6. Opanasenko, L.A. (2019). *Osnovy psykholohichnoho konsultuvannia: u skhemakh i tablytsiakh [Basics of psychological counseling: in diagrams and tables]*. Mykolaiv : Ilion [in Ukrainian].

7. Bulakh, I.S. (2003). *Psykholohiia osobystisnoho zrostannia pidlitka: monohrafiia [Psychology of adolescent personal growth: monograph]*. Kyiv : NPU imeni M. P. Drahomanova [in Ukrainian].

8. Nerubaieva, I.O., Pavlovskyi, A.P., & Shebardina, A.V. (2020). *Naikrashchi praktyky roboty z pidlitkami : metodychnyi posibnyk [Best practices for working with adolescents: a methodological guide]*. Kyiv [in Ukrainian].

9. Tokareva, N.M., Shamne, A.V., & Makarenko, N.M. (2014). *Suchasnyi pidlitok u systemi psykholoho-pedahohichnoho suprovodu : monohrafiia [Modern teenager in the system of psychological and pedagogical support: monograph]*. Kryvyi Rih [in Ukrainian].

10. Tsymbaliuk, I.M. (2005). *Psykholohichne konsultuvannia ta korektsiia. Modulno-reitynhovyiy kurs: navchalnyi posibnyk [Psychological counseling and correction. Modular rating course: study guide]*. Kyiv: VD «Profesional» [in Ukrainian].