

ВПЛИВ ЦІННІСНИХ ОРІЄНТАЦІЙ НА ПОШУК РЕСУРСНОГО ВІДНОВЛЕННЯ ТА ПІДТРИМКУ ПСИХІЧНОГО ЗДОРОВ'Я В УМОВАХ ІНКЛЮЗИВНОГО СУСПІЛЬСТВА

Чобанян Анна Варужанівна,

кандидат психологічних наук, доцент,
доцент кафедри спеціальної та інклюзивної освіти
Сумського державного педагогічного університету імені А. С. Макаренка
ORCID ID: 0000-0001-6191-1068
Scopus ID 57430320300

Проблематика психічного здоров'я набуває особливої актуальності в умовах соціальних, економічних і гуманітарних викликів, що постають перед Україною. Ухвалення Закону України № 12030 «Про систему охорони психічного здоров'я» стало важливим кроком у формуванні комплексного підходу до забезпечення ментального благополуччя населення. У сучасних моделях охорони психічного здоров'я ключову роль відіграє персоналізований підхід, що ґрунтується на розумінні індивідуальних потреб особистості та її ціннісних орієнтацій. Дослідження підтверджують, що такі особистісні чинники, як оптимізм, сенс життя, вдячність і соціальна підтримка, є визначальними у процесі ресурсного відновлення та формування психологічної стійкості.

У статті проаналізовано вплив ціннісних орієнтацій на адаптаційні механізми збереження ментального здоров'я в умовах інклюзивного суспільства. Розглянуто класичні теорії А. Маслоу, М. Рокіча, Ш. Шварца, В. Франкла, що пояснюють значення цінностей у процесах саморегуляції та подолання кризових ситуацій. Дослідження показують, що усвідомлення власних життєвих орієнтирів сприяє підвищенню рівня психологічного благополуччя, зниженню рівня тривожності та профілактиці емоційного вигорання. Особлива увага приділяється інтеграції особистісних цінностей у програми психосоціальної підтримки та розвитку резильєнтності вразливих груп населення, зокрема людей з інвалідністю, внутрішньо переміщених осіб та дітей з особливими освітніми потребами.

Результати аналізу підтверджують, що ціннісно орієнтовані стратегії сприяють ефективному ресурсному відновленню й адаптації особистості до кризових умов. Формування політики психічного здоров'я, заснованої на ціннісному підході, є перспективним напрямом розвитку інклюзивного суспільства, що забезпечує рівні можливості та психологічне благополуччя всіх його членів.

Ключові слова: психічне здоров'я, ціннісні орієнтації, резильєнтність, адаптація, психосоціальна підтримка, інклюзія, діти/молодь з особливими освітніми потребами, ресурсне відновлення, сенс життя, соціальні зв'язки, емоційне вигорання.

Chobanian Anna. The impact of value orientations on resource recovery and mental health support in an inclusive society

The issue of mental health has gained particular significance in the context of social, economic, and humanitarian challenges faced by Ukraine. The adoption of Law № 12030 "On the Mental Health Care System" by the Verkhovna Rada of Ukraine marks a crucial step toward developing a comprehensive approach to ensuring the mental well-being of the population. Modern models of mental health care emphasize a personalized approach, which is based on an understanding of individual needs and value orientations. Research confirms that personal factors such as optimism, life meaning, gratitude, and social support play a critical role in resource recovery and the development of psychological resilience.

This article analyzes the impact of value orientations on adaptation mechanisms for maintaining mental health in an inclusive society. It examines classical theories by A. Maslow, M. Rokeach, Sh. Schwartz, and V. Frankl, which explain the role of values in self-regulation and crisis management. Studies indicate that awareness of one's life priorities contributes to improved psychological well-being, reduced anxiety, and the prevention of emotional burnout. Special attention is given to the integration of personal values into psychosocial support programs and the development of resilience among vulnerable population groups, particularly people with disabilities, internally displaced persons, and children with special educational needs.

The findings confirm that value-oriented strategies facilitate effective resource recovery and personal adaptation to crisis conditions. Developing a mental health policy based on a value-driven approach is a promising direction for the advancement of an inclusive society, ensuring equal opportunities and psychological well-being for all its members.

Key words: mental health, value orientations, resilience, adaptation, psychosocial support, inclusion, children/youth with special educational needs, resource recovery, life meaning, social connections, emotional burnout.

Вступ. Проблематика психічного здоров'я набуває особливого значення в контексті зростання соціальних, економічних та гуманітарних викликів. В Україні питання забезпечення психічного благополуччя поступово інтегрується в комплексний державний підхід, що реалізується шляхом упровадження відповідних національних ініціатив. Одним із ключових регуляторних

кроків у цій сфері стало ухвалення 15 січня 2025 р Верховною Радою України Закону № 12030 «Про систему охорони психічного здоров'я». Ухвалення цього нормативно-правового акта є результатом міждисциплінарної співпраці провідних фахівців, наукових установ, профільних організацій і Міністерства охорони здоров'я України, що закладає концептуальні засади створення

ефективної та доступної системи підтримки ментального здоров'я.

Сучасні моделі охорони психічного здоров'я орієнтовані на персоналізований підхід, що ґрунтується на врахуванні індивідуальних потреб особистості, інклюзивності та розумінні значущості ціннісних орієнтацій у процесах ресурсного відновлення. Державні ініціативи, як-от Національна програма психічного здоров'я та психосоціальної підтримки, започаткована під патронатом першої леді України, демонструють цілісний підхід до забезпечення психічного благополуччя населення. Запроваджені програми інтегрують сучасні психосоціальні практики, що спрямовані на задоволення потреб різних соціальних груп шляхом формування інклюзивних моделей підтримки.

У цьому контексті актуальним постає дослідження ролі ціннісних орієнтацій у процесі ресурсного відновлення психічного здоров'я. Усвідомлення особистістю власної системи цінностей сприяє формуванню адаптаційних стратегій для збереження ментального благополуччя, що є особливо значущим в умовах інклюзивного суспільства, орієнтованого на створення рівних можливостей для всіх його членів. Даний аспект є ключовим у формуванні науково обґрунтованих моделей підтримки психічного здоров'я, що базуються на принципах психологічної резильєнтності, саморегуляції та соціальної взаємодії.

Матеріали та методи. Актуальні дослідження присвячені аналізу стану психічного здоров'я українського суспільства та спеціалістів, які здійснюють психосоціальну підтримку в умовах воєнного конфлікту. Основна увага приділяється питанням психологічної стійкості, ризикам емоційного вигорання та механізмам забезпечення ментального благополуччя. Так, у дослідженні Н. Kang, I. C. Fischer, I. Esterlis, A. Kolyshkina, L. Ponomarenko, A. Chobanian, V. Vus, R. H. Pietrzak (2024 р.) розглядається проблематика психічного здоров'я працівників сфери психосоціальної підтримки (PSWs) в Україні. Авторами виявлено, що такі чинники, як відсутність сенсу життя, низький рівень оптимізму та дефіцит соціальної підтримки, є детермінантами підвищеного ризику розвитку психопатологічних станів. Дослідження проводилося в рамках міжнародного проекту, що об'єднав фахівців різних наукових шкіл для визначення ключових предикторів ментального благополуччя працівників кризових служб [2].

Подальші наукові розвідки цього ж авторського колективу (Н. Kang та ін., 2024 р.) були присвячені оцінюванню рівня резильєнтності працівників сфери психічного здоров'я (MHWs) в умовах війни. Результати дослідження свідчать, що 55,6% респондентів демонструють високий рівень психологічної стійкості, що корелює з наявністю стійких соціальних зв'язків, високим рівнем оптимізму й усвідомленим сенсом життя. Ці емпіричні дані підтверджують значущість інтеграції ціннісних орієнтацій у стратегії збереження ментального здоров'я, оскільки особистісні ресурси відіграють вирішальну роль у формуванні адаптаційних механізмів у кризових умовах [3].

Ще одним вагомим науковим внеском зазначених дослідників стало вивчення рівня психологічного благополуччя фахівців ментального здоров'я під час війни. Встановлено, що ключовими детермінантами збереження психічного здоров'я є оптимізм, вдячність та наявність сенсу життя, які слугують компенсаторними чинниками навіть за умов високого рівня тривожності та симптомів посттравматичного стресового розладу (далі – ПТСР) [4].

Під час проведення аналізу отриманих результатів варто наголосити на високому рівні кореляції між виявленими предикторами ментального здоров'я й особистісними цінностями індивіда. Зокрема, такі чинники, як оптимізм, сенс життя, соціальна підтримка та вдячність, є невід'ємними складовими частинами системи ціннісних орієнтацій особистості. Вони не лише впливають на емоційно-когнітивну сферу, а й визначають стратегії поведінкових реакцій, характер міжособистісної взаємодії та рівень адаптивності до кризових ситуацій. У цьому контексті особливого значення набуває подальше розроблення науково обґрунтованих моделей психосоціальної підтримки, які враховують особистісні ресурси та механізми формування резильєнтності.

Отже, результати сучасних досліджень вказують на важливість інтеграції ціннісно орієнтованих підходів у систему забезпечення психічного здоров'я. Оптимізація стратегій ресурсного відновлення має ґрунтуватися на розумінні ролі особистісних цінностей у формуванні адаптаційних механізмів та психологічної стійкості. Перспективним напрямом подальших досліджень є розроблення комплексних програм психосоціальної підтримки, що передбачають урахування індивідуальних характеристик особистості та її здатності до усвідомленої саморегуляції в умовах соціальних викликів.

У роботі використано міждисциплінарний підхід, що поєднує методи психологічного аналізу, систематизації наукових даних і контент-аналізу сучасних досліджень у сфері психічного здоров'я.

Мета статті – дослідити вплив ціннісних орієнтацій особистості на процес пошуку ресурсного відновлення та підтримку психічного здоров'я в умовах інклюзивного суспільства. Виокремити особливості взаємозв'язку ціннісних орієнтацій із ресурсним відновленням у контексті інтеграції різних соціальних груп у рамках інклюзивних підходів.

Результати дослідження. Теоретико-методологічною основою цього дослідження є класичні концепції цінностей, розроблені в рамках гуманістичної, когнітивної й екзистенційної психології. Значний внесок у розуміння природи цінностей зробив А. Маслоу, який запропонував у 1943 р. свою теорію ієрархії потреб. Він розглядав цінності як такі, що формуються залежно від рівня задоволення базових потреб: від фізіологічних до самоактуалізації. Відповідно до цієї концепції, лише після задоволення базових фізіологічних і безпекових потреб людина починає прагнути до соціального прийняття, самоповаги та, зрештою, до духовних і екзистенційних цінностей [6]. Дана модель заклала

основи для розуміння взаємозв'язку між ціннісними орієнтаціями та мотиваційними механізмами, демонструючи, що прагнення до самореалізації та пошуку сенсу життя є визначальними чинниками психологічного благополуччя [6].

Доповненням до цієї теорії стала концепція М. Рокіча, який виокремив термінальні (кінцеві цілі, як-от щастя, свобода, гармонія) та інструментальні (засоби для досягнення цих цілей, наприклад, відповідальність, чесність) цінності. Його методологічний підхід до вивчення цінностей отримав подальший розвиток у вигляді опитувальника "Value Survey", що став одним із провідних інструментів емпіричних досліджень індивідуальних і культурних цінностей.

Дослідження цінностей продовжив Ш. Шварц, який у 1980–1990-х рр. створив універсальну модель базових людських цінностей, що включає десять універсальних категорій. Він підкреслював, що, хоча структура цінностей є універсальною, їх реалізація може змінюватися залежно від соціокультурного контексту [7; 8]. У його моделі особистісні цінності поділяються на чотири великі групи:

- відкритість змінам (самостійність, стимуляція, гедонізм);
- самоствердження (досягнення, влада);
- збереження традицій і стабільності (конформізм, безпека);
- орієнтація на інших (благополуччя, універсалізм).

Додаткову концептуальну глибину вивченню цінностей надали Р. Інглхарт, Е. Дісі, Р. Раян і К. Роджерс. Зокрема, у рамках проєкту *World Values Survey* (Inglehart, 1997 р.) було виявлено тенденцію переходу суспільств від матеріалістичних до постматеріалістичних цінностей. Дослідження засвідчили, що у стабільних суспільствах люди приділяють більше уваги цінностям самовираження, тоді як у кризових умовах переважають безпекові пріоритети [1].

У теорії самодетермінації Е. Дісі та Р. Раяна особливий акцент зроблено на задоволенні базових психологічних потреб: автономії, компетентності та соціальної взаємодії [1]. Вони довели, що формування стійкої системи цінностей відбувається через процес внутрішньої мотивації та взаємодію з навколишнім середовищем. Люди, які мають можливість самостійно вибрати свою життєву стратегію, відчувають вищий рівень психологічного благополуччя.

Один із засновників гуманістичної психології К. Роджерс акцентував увагу на значенні автентичності, творчості та прийняття себе у процесі самореалізації. Він стверджував, що розвиток особистості можливий лише за умови усвідомлення своїх глибинних цінностей і можливості їх реалізації в житті.

Особистісні цінності відіграють ключову роль у процесі ресурсного відновлення, оскільки вони є внутрішнім механізмом підтримки у стресових ситуаціях. Такі цінності, як оптимізм, сенс життя, вдячність, співчуття та соціальні зв'язки, безпосередньо впливають на подолання негативних психоемоційних станів та сприяють формуванню гармонійного психічного здоров'я.

У своїх дослідженнях Ш. Шварц наголошував, що усвідомлення особистісних цінностей є важливим чинником адаптації до кризових умов. Люди, які чітко розуміють свої пріоритети, більш стійкі до стресу, оскільки спрямовують свої зусилля на ті сфери життя, які є для них найбільш значущими. Наприклад, особи, для яких важливими є соціальні зв'язки, демонструють вищий рівень психологічного відновлення через взаємодію із близькими [7].

Згідно з теорією самодетермінації, задоволення потреб в автономії, компетентності та соціальній взаємодії є визначальним для формування адаптаційних механізмів у стресових ситуаціях [1]. Людина, яка усвідомлює власні цінності, ухвалює рішення, узгоджені з її внутрішніми мотивами, що сприяє швидшому відновленню психологічних ресурсів.

Результати емпіричних досліджень підтверджують, що особи з високим рівнем емоційного інтелекту демонструють кращу стресостійкість і ефективніше справляються з когнітивним дисонансом.

В екзистенційній психології В. Франкла (Frankl, 1963 р.) підкреслюється, що людина, яка знаходить сенс у життєвих подіях, може ефективніше адаптуватися до несприятливих умов. Сенс життя є ключовим чинником ресурсного відновлення, оскільки він спрямовує увагу особистості на вищі цінності, що допомагає долати травматичний досвід.

У рамках позитивної психології М. Селігман довів, що фокусування на власних цінностях і сильних сторонах сприяє підвищенню рівня добробуту. Люди, які усвідомлюють свої внутрішні ресурси, мають більшу здатність до емоційного відновлення й адаптації. Коли людина усвідомлює свої цінності, вона уникає витрачання ресурсів на дії, що не відповідають її внутрішнім переконанням. Це зменшує емоційне виснаження та підвищує ефективність поведінкових стратегій. Наприклад, людина, яка цінує творчість, знайде відновлення через творчі заняття, тоді як для іншої особи, із пріоритетом соціальних зв'язків, найкращим шляхом до відновлення стане комунікація із близькими [9].

Науковий аналіз свідчить про важливість ціннісно орієнтованих стратегій ресурсного відновлення. Особистісні цінності, як-от оптимізм, сенс життя, соціальна підтримка та вдячність, є ключовими предикторами психологічної стійкості. Дослідження підтверджують, що саме усвідомлення своїх цінностей та їх реалізація сприяють підвищенню рівня адаптивності до кризових умов і забезпечують стійке ментальне благополуччя.

Усвідомлення власних цінностей виконує функцію внутрішнього компаса, що дозволяє людині ефективно адаптуватися до стресових ситуацій і визначати оптимальні шляхи ресурсного відновлення. Ця теза підтверджується як класичними теоретичними підходами (А. Маслоу, В. Франкл), так і сучасними дослідженнями в межах позитивної психології (Ш. Шварц, Е. Дісі та Р. Раян). Узгодженість між особистісними цінностями та поведінковими реакціями відіграє вирішальну роль у збереженні психологічної стійкості та підвищенні рівня психічного здоров'я [1; 7].

Система особистісних цінностей є ключовим компонентом психологічної стійкості та відіграє значну роль у зниженні рівня тривожності, запобіганні емоційному вигоранню та розвитку резильєнтності. Вона виконує адаптивну функцію, дозволяє особистості інтерпретувати життєві події крізь призму власних пріоритетів і вибудовувати ефективні стратегії поведінкових реакцій. Люди, які чітко усвідомлюють свої цінності, демонструють вищий рівень стресостійкості та більш ефективно мобілізують внутрішні ресурси для подолання кризових ситуацій.

Особливе значення в цьому контексті мають такі особистісні цінності, як оптимізм, сенс життя, вдячність і соціальні зв'язки. Оптимізм сприяє сприйняттю труднощів як тимчасових випробувань, що можуть бути подолані через активні дії. Сенс життя виконує функцію внутрішнього джерела сили, яке мобілізує ресурси особистості навіть у критичних умовах. Соціальні зв'язки є емоційним буфером, що забезпечує стабільність психоемоційного стану та сприяє формуванню довгострокової резильєнтності. Вдячність дозволяє зміщувати фокус уваги з негативних аспектів на позитивні, що сприяє зниженню рівня тривожності та депресивних проявів.

Система цінностей також є важливим чинником профілактики емоційного вигорання. Дослідження підтверджують, що люди, які діють відповідно до своїх внутрішніх ціннісних орієнтирів, рідше стикаються з емоційним виснаженням, оскільки їхня діяльність сприймається ними як значуща та така, що має глибокий особистісний зміст. Наприклад, особи, для яких важливими є соціальна взаємодія та підтримка, ефективніше справляються із професійним стресом через залучення до міжособистісної комунікації. Люди, які орієнтовані на самореалізацію, відчують психологічне задоволення від творчої діяльності та професійного розвитку.

Значний вплив система особистісних цінностей має і на процеси адаптації до кризових обставин. Під час кризових ситуацій цінності стають ключовими чинниками психологічної мобілізації, допомагають особистості подолати стрес та швидше повернутися до стану внутрішньої рівноваги. Усвідомлення власних життєвих орієнтирів сприяє швидкій адаптації, оскільки дозволяє людині зосередитися на стабільних і значущих для неї аспектах.

Гармонія між особистісними цінностями, поведінковими реакціями та життєвими цілями є визначальним чинником ефективного подолання труднощів. Люди, які усвідомлюють свої особистісні цінності, частіше реалізують стратегії активного подолання проблем, демонструють вищий рівень життєстійкості. У цьому контексті варто підкреслити роль позитивної психології, яка розглядає цінності як важливий компонент психологічного благополуччя.

Висновки. У підсумку можна констатувати, що усвідомлення особистісних цінностей відіграє вирішальну роль у формуванні психологічної стійкості й адаптації до змінних життєвих обставин. Ціннісні орієнтації не лише визначають характер поведінкових реакцій,

а й сприяють збереженню внутрішньої гармонії, що є необхідною умовою для ефективного ресурсного відновлення.

Цінності є важливим інструментом, який сприяє адаптації різних соціальних груп, зокрема вразливих верств населення, до умов інклюзивного суспільства. Вони формують базові принципи взаємодії, що дозволяють людям знаходити спільну мову, долати упередження та будувати конструктивні відносини. Для вразливих груп, як-от люди з інвалідністю, внутрішньо переміщені особи, представники етнічних чи культурних меншин, система цінностей забезпечує внутрішню стійкість і сприяє інтеграції в суспільство.

Однією із ключових цінностей, що сприяють адаптації, є толерантність, яка створює підґрунтя для прийняття різноманітності та забезпечення рівних можливостей. У суспільствах, де толерантність є панівною цінністю, знижується рівень дискримінації та виключення, що дозволяє вразливим групам почуватися частиною спільноти. Сенс життя та самореалізація допомагають цим групам подолати відчуття безпорадності, мобілізуючи внутрішні ресурси для адаптації до нових умов. Наприклад, внутрішньо переміщені особи можуть знайти сенс у професійному зростанні або соціальному служінні, що зміцнює їхню резильєнтність.

Соціальні зв'язки відіграють центральну роль у підтримці ментального благополуччя, оскільки вони забезпечують емоційну підтримку та сприяють побудові нових мереж взаємодії. У контексті інклюзивного суспільства соціальні зв'язки стають основою для створення інституцій і програм, спрямованих на залучення вразливих груп до активного соціального життя. Окрім того, цінності, пов'язані із вдячністю та співчуттям, сприяють формуванню емпатії, що дозволяє людям краще розуміти потреби один одного та спільно вирішувати соціальні проблеми. Отже, система цінностей слугує як внутрішнім ресурсом для індивідів, так і зовнішнім механізмом для створення інклюзивного суспільного середовища.

Усвідомлення власних цінностей є ключовим чинником, який сприяє ресурсному відновленню дітей і молоді з особливими освітніми потребами (далі – ООП) та їхніх сімей в умовах інклюзивного суспільства. Цінності формують основу внутрішньої стійкості, допомагають визначити пріоритети й орієнтири для пошуку ресурсів, необхідних для подолання викликів.

Для дітей і молоді з ООП усвідомлення таких цінностей, як прийняття себе, самореалізація та почуття власної унікальності, відкриває шлях до внутрішньої гармонії. Наприклад, розуміння, що їхні здібності та таланти мають значення, дозволяє їм зосередитися на особистих сильних сторонах, а не на обмеженнях. Це може проявлятися у виборі діяльності, яка приносить задоволення та сприяє розвитку. Такі цінності допомагають молоді з ООП мобілізувати внутрішні ресурси для досягнення цілей, навіть у середовищі, яке може бути сповнене викликів.

Для батьків усвідомлення власних цінностей, як-от відповідальність за сім'ю, любов до дитини та під-

тримка, допомагає знайти емоційні та фізичні ресурси для подолання стресу та турботи про дитину. Батьки, які розуміють, що їхня підтримка є життєво важливою для розвитку дитини, спрямовують свої дії на створення сприятливого середовища, що відповідає потребам дитини. Так, цінність вдячності дозволяє їм знаходити позитив навіть у складних ситуаціях, зміцнює їхнє ментальне благополуччя.

Коли дитина, молода людина або їхні сім'ї усвідомлюють свої цінності, це також сприяє ефективнішій взаємодії з інклюзивним суспільством. Наприклад, розуміння важливості соціальних зв'язків мотивує їх активно шукати підтримку у громаді, шкільному

середовищі чи серед однолітків, що допомагає знизити почуття ізольованості. Усвідомлення цінності освіти чи саморозвитку спонукає сім'ї та молодь з ООП брати участь у програмах навчання, які розкривають їхній потенціал і забезпечують ресурс для подальшого особистісного зростання.

Отже, усвідомлення власних цінностей допомагає дітям і молоді з ООП та їхнім сім'ям ідентифікувати джерела енергії та підтримки. Це стає внутрішнім орієнтиром для відновлення, дозволяє спрямовувати сили на те, що має значення, сприяє емоційному, соціальному та психологічному благополуччю в умовах інклюзивного суспільства.

Література:

1. Deci E.L., Ryan R.M. The “what” and “why” of goal pursuits: Human needs and the self-determination of behavior. *Psychological Inquiry*. 2000. № 11 (4). С. 227–268. DOI: 10.1207/S15327965PLI1104_01.
2. Helping the Helpers: Mental Health Challenges of Psychosocial Support Workers During the Russian-Ukrainian War / H. Kang et al. *Disaster Med Public Health Prep*. 2024 Jun 3. № 18. e95. DOI: 10.1017/dmp.2024.68. PMID: 38829179.
3. Psychological Resilience of Mental Health Workers During the Russia-Ukraine War: Implications for Clinical Interventions / H. Kang et al. *Prim Care Companion CNS Disord*. 2024 Oct 22. № 26 (5). 24m03761. DOI: 10.4088/PCC.24m03761. PMID: 39441963.
4. Perceived mental health of psychosocial support professionals in Ukraine / H. Kang et al. *Psychiatry Research*. 2023. № 326. 115320. <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2023.115320>.
5. Well-being of mental health workers during the Russian-Ukrainian War / H. Kang et al. *Mental Health: Global Challenges Journal*. 2024. № 7 (1). P. 41–49. <https://doi.org/10.56508/mhgcj.v7i1.189>.
6. Maslow A.H. A theory of human motivation. *Psychological Review*. 1943. № 50 (4). P. 370–396. DOI: 10.1037/h0054346.
7. Schwartz S.H. Universals in the content and structure of values: Theoretical advances and empirical tests in 20 countries. *Advances in Experimental Social Psychology*. 1992. № 25. P. 1–65. DOI: 10.1016/S0065-2601(08)60281-6.
8. Schwartz S.H. Are there universal aspects in the structure and contents of human values? *Journal of Social Issues*. 1994. № 50 (4). P. 19–45. DOI: 10.1111/j.1540-4560.1994.tb01196.x.
9. Seligman M.E.P., Csikszentmihalyi M. Positive psychology: An introduction. *American Psychologist*. 2000. № 55(1). P. 5–14. DOI: 10.1037/0003-066X.55.1.5.