

УДК: 159.922.1

DOI: 10.32342/2522-4115-2021-2-22-15

**Н.В. ФРОЛОВА,**  
*кандидат психологічних наук,  
доцент кафедри педагогічної та вікової психології  
Дніпровського національного університету імені Олеся Гончара*

## **ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ СТАТЕВОГО ПОВСЯКДЕННОГО СТРЕСОСПРИЙНЯТТЯ В СТУДЕНТСЬКОМУ ВІЦІ**

Статтю присвячено дослідженню психологічних особливостей статевого повсякденного стресосприйняття в студентському віці. Теоретичне дослідження цього психічного феномену надало можливість розділити стресосприйняття як почуття, що обумовлюється переживанням особистістю свого ставлення до стресових факторів, явищ та подій у житті, як стан, що визначає свідоме ставлення людини до переживання стресових ситуацій і як процес, що розглядається як вплив гострих стресових факторів з короткою тривалістю. Також проаналізовано негативний і позитивний аспекти феномена стресосприйняття. Визначено головні причини, які обумовлюють стресосприйняття особистості в онтогенезі. Емпіричним шляхом досліджено та визначено статеві відмінності процесу стресосприйняття в студентському віці. Зокрема було виявлено відмінності за окремими показниками, такими як «сприйманий стрес», «перенапруження», «протидія стресу», «рівень самооцінки», «дистанціювання», «самоконтроль», «пошук соціальної підтримки», «втеча–унікнення», «екстраверсія–інтроверсія», «прив'язаність–відокремленість», «загальна інтернальність», «інтернальність у сфері досягнень», «інтернальність у сфері невдач», «інтернальність в сімейних відносинах», «інтернальність у сфері виробничих відносин», «інтернальність у сфері міжособистісних відносин», «інтернальність стосовно здоров'я і хвороби». Побудовано та проаналізовано двофакторні моделі вірогідності впливу особистісних характеристик на рівень переживання повсякденного стресосприйняття у вибірці досліджуваних, що дозволяють визначити статеві особливості повсякденного стресосприйняття та загальні предиктори, що обумовлюють специфіку стресосприйняття залежно від статі.

*Ключові слова: стрес, стресосприйняття, стресогенні чинники, студентський вік, статеві відмінності, предиктори стресосприйняття.*

**С**учасна молодь перебуває в процесі постійного розвитку, проте разом з набуттям статусу дорослої людини та відповідальністю за своє майбутнє, вона стикається з різного роду стресовими проблемами, які порушують повсякденний емоційний баланс.

У різні вікові періоди сприйняття стресу якісно відрізняється, однак найбільш яскраво воно проявляється у студентському віці, який характеризується особливими умовами для психологічного, біологічного, соціального та культурного розвитку особистості. Активно формуються і закріплюються схильності та інтереси, визначаються життєві цілі, можливості, переконання. Юнаки та дівчата оволодівають різноманітними соціальними ролями, включаються в пошук та опановування нової професії. Також має місце перехід від опіки батьків та вчителів, що має місце у школі, до статусу відносно самостійності у вищому навчальному закладі і породжує низку труднощів, серед яких визначаються підготовка до перших іспитів та їх складання, самостійне навчання, конспектування лекцій, виконання практичних завдань, опрацювання великої кількості інформації. Студентам, які проживають окремо

від батьків, необхідно пристосовуватися в налагодженні побуту в гуртожитках, новому режимі навчання та відпочинку. Саме ці зміни роблять їх більш чутливими до різних стресорів. Проблема статевих особливостей повсякденного стресосприйняття студентів останнім часом набуває особливої актуальності, особливо, в контексті динамічності, інтенсивності й напруженості сучасного життя [4].

Стресосприйняття визначається як один з основних факторів розвитку людини. У сучасній вітчизняній та зарубіжній психології відбувається активне дослідження та осмислення природи цього феномена, який розглядають як вплив гострих стресових факторів з короткою тривалістю що виникає щодня і порушує нормальний емоційний стан особистості та обумовлюється переживанням свого ставлення до стресових факторів, явищ та подій у житті. При цьому, характер і вплив на людину повсякденних стресорів вивчені нерівномірно, а отримані в дослідженнях результати залишаються суперечливими. Тому, повертаючись до проблеми стресосприйняття як психічного феномена, слід розділяти стресосприйняття як почуття, що обумовлюється переживанням особистістю свого ставлення до стресових факторів, явищ та подій у житті, стан стресосприйняття – свідоме ставлення людини до переживання стресових ситуацій, травмуючих подій у житті та стресогенних чинників і стресосприйняття як процес, що розглядають як вплив гострих стресових факторів з короткою тривалістю [2].

Також традиційно феномен стресосприйняття розглядається ще у двох аспектах. Негативний аспект пов'язаний із станом нервово-емоційної напруженості, поведінковими і особистісними порушеннями виникнення психічних, соматичних, ішемічних захворювань, виснаження резервів людини. У свою чергу, позитивний аспект стресосприйняття являє собою умову, що сприяє адаптації до нових форм сприйняття гострих стресових факторів. У першому випадку стресосприйняття перешкоджає розвитку особистості, а в другому, навпаки, – сприяє зростанню. Ті дослідники, які виділяють як позитивну, так і негативну сторони стресосприйняття, говорять про те, що, з одного боку, це може призвести до виснаження адаптаційного ресурсу, відчуття безпорадності, соматичних, психічних захворювань, а з іншого, – до позитивного впливу змін життя, очікування позитивного ставлення від інших, що сприяє розвитку особистості.

Ми вважаємо, що для характеристики стресосприйняття у студентському віці актуальним є системно-суб'єктний підхід, у якому подолання стресу розглядається як єдиний простір адаптивних механізмів особистості, що включає копінгі, психологічний захист, контроль поведінки, та становить сукупність когнітивних, емоційних і вольових ресурсів, а тому за основу беремо визначення стресосприйняття як переживання гострих стресових факторів з короткою тривалістю, що виникають щодня і порушують повсякденний емоційний баланс, який викликає негативний вплив на здоров'я і психологічне благополуччя людини та її ресурси.

Сучасні психологи виокремлюють низку ситуацій, що можуть зумовити стресові ситуації для студентів; процес адаптації студентів до умов життєдіяльності у вищому освітньому закладі (С. Кузнецова, М. Клімов, А. Мозгаліна, Є. Тихомірова, Мартинюк, В. Демченко); адаптація першокурсників, вихідців із провінційних поселень, до мегаполісу (Г. Барлас); інформаційний стрес зумовлений різким збільшенням обсягу навчального матеріалу, браком методичного забезпечення, необхідністю пошуку валідної інформації та використання значної кількості наукових джерел для формування ґрунтовних знань; переживання стресу в умовах інтелектуальних випробувань (екзамени, конференції, публічні виступи, проблемні питання, контрольні роботи, навчальна практика, самостійна робота (М. Хуторна, П. Підкасистий, Ю. Щербатих); стресові ситуації, зумовлені конфліктною взаємодією в системах «студент–студент», «студент–педагог» (А. Бейтс, Л. Гатчинсон, Ю. Щербатих); стрес зумовлений розчаруванням у професійному виборі чи у виборі навчального закладу (Л. Гатчинсон) [7].

Специфіка стресосприйняття у студентському віці визначається тим, що вона тісно пов'язана з новоутвореннями, нормативними та психологічними завданнями розвитку юнацького віку серед яких і особове та професійне самовизначення, самосвідомість, які впливають на подальше формування студента як особистості. Серед стресогенних чинників молодь вважає впливи найближчого оточення: стосунки в сім'ї, з однокласниками, коле-

гами по роботі, самотність (відсутність друзів). Серед зовнішніх чинників юнаки виділяють економічні та соціальні проблеми, значно рідше – нестабільність політичної ситуації, тоді як дівчата, високо оцінюючи стресогенність сучасного суспільства, виявляють вищу здатність жити в умовах цього суспільства. При цьому дівчата гостріше, ніж хлопці, сприймають стресогенність чинників найближчого оточення, особливо стосунки в сім'ї.

Найгострішими стресогенними чинниками молодь вважає впливи найближчого оточення: стосунки в родині та з однокласниками, колегами по роботі, також економічні й соціальні проблеми, а значно рідше – нестабільність політичної ситуації у країні [5].

Аналіз теоретичних напрацювань дозволяє зробити висновок щодо визначення проблеми повсякденного стресосприйняття як однієї з найважливіших у студентському віці. При цьому саме статевий аспект цього феномена вивчений в недостатній мірі, що й обумовлює актуальність нашої роботи.

Таким чином, **метою** дослідження було емпірично дослідити статеві особливості повсякденного стресосприйняття студентів. При цьому **концептуальна гіпотеза** містила положення про те, що статеві та певні особистісні характеристики впливають на повсякденне стресосприйняття студентів, а **емпірична гіпотеза** включала положення щодо наявності відмінностей у переживанні повсякденного стресосприйняття студентів залежно від статі.

Емпіричне дослідження проводилося на базі Дніпровського національного університету імені О. Гончара (факультет психології та спеціальної освіти, фізико-технічний факультет) та Університету імені Альфреда Нобеля (факультет менеджменту).

На першому етапі було опитано 100 осіб, з яких було відібрано 60 респондентів з середнім та високим рівнем повсякденного стресосприйняття. Таким чином, у емпіричному дослідженні взяли участь 30 хлопців та 30 дівчат з середнім та високим рівнями стресосприйняття віком 18–20 років.

З метою вивчення статевих особливостей повсякденного стресосприйняття студентів було використано блок таких психодіагностичних методик: Шкала сприйманого стресу – 10 (В.А. Абабков, К. Баришнікова, О.В. Воронцова-Венгер, І.А. Горбунов, С.В. Капранова, Е.А. Пологаєва, К.А. Стуклов, 2016), опитувальник схильності до стресу (Дж. Дженкінсон; в модифікації Фрідмана і Розенмана), експрес-методика встановлення рівня самооцінки (Н. Фетіскін, В. Козлов, Г. Мануйлов, 2002), опитувальник копінг стратегій (Р. Лазарус, С. Фолкман; в адаптації Т. Крюкової, О. Куфтяк, М. Замишляєвої, 2004), п'ятифакторний особистісний опитувальник (Р. МакКрає, П. Коста; в адаптації А.Б. Хромова, 1999), тест суб'єктивного контролю (Дж. Роттер; в адаптації Е.Ф. Бажина, С.А. Голинкіної, А.М. Еткінда, 1984).

Оброблення результатів емпіричного дослідження було проведено за допомогою пакету програми IBM SPSS Statistics 22 та таких математико-статистичних методів, які було обрано на основі нормальності розподілу даних за критерієм Колмогорова–Смирнова: для встановлення розбіжностей між групами – критерій U Манна–Уїтні, для встановлення зав'язків – регресійний аналіз.

У табл. 1 наведено міжгрупові розбіжності особистісних характеристик за методиками В.А. Абабкова, К. Баришнікової, О.В. Воронцової-Венгер, І.А. Горбунова, С.В. Капранової, Е.А. Пологаєвої, К.А. Стуклова; Дж. Дженкінсона; Н. Фетіскина, В. Козлова, Г. Мануйлова; Р. Лазаруса, С. Фолкмана; Р. МакКрає, П. Коста; Дж. Роттера в залежності від статі

Таблиця 1

Міжгрупові розбіжності особистісних характеристик залежно від статі

Шкала методики	Середні показники досліджуваних		Показник критерію U – Манна Уїтні*
	Дівчата	Юнаки	
Сприйманий стрес	38,3	22,7	216
Перенапруження	38,4	22,6	213
Протидія стресу	26,62	34,38	566,5
Рівень самооцінки	22,73	38,27	683
Дистанціювання	25,90	35,10	588

Закінчення табл. 1

Шкала методики	Середні показники досліджуваних		Показник критерію U – Манна Уїтні*
	Дівчата	Юнаки	
Самоконтроль	26,65	34,35	565,5
Пошук соціальної підтримки	36,72	24,28	263,5
Втеча–унікнення	38,08	22,92	222,5
Екстраверсія–інтроверсія	23,42	37,58	662,5
Прив’язаність–відокремленість	39,78	21,22	171,5
Загальна інтернальність	24,68	36,32	624,5
Інтернальність у сфері досягнень	25,75	35,25	592,5
Інтернальність у сфері невдач	24,53	36,47	629
Інтернальність у сімейних відносинах	24,92	36,08	617,5
Інтернальність у сфері виробничих відносин	24,02	36,98	644,5
Інтернальність у сфері міжособистісних відносин	23,68	37,32	654,5
Інтернальність стосовно здоров’я і хвороби	24,18	36,82	639,5

\*при  $p \leq 0,01$

За блоком обраних методик у групі досліджуваних було виявлено відмінності за окремими показниками, такими як «сприйманий стрес», «перенапруження», «протидія стресу», «рівень самооцінки», «дистанціювання», «самоконтроль», «пошук соціальної підтримки», «втеча–унікнення», «екстраверсія–інтроверсія», «прив’язаність–відокремленість», «загальна інтернальність», «інтернальність у сфері досягнень», «інтернальність у сфері невдач», «інтернальність у сімейних відносинах», «інтернальність у сфері виробничих відносин», «інтернальність у сфері міжособистісних відносин», «інтернальність стосовно здоров’я і хвороби» залежно від статі. Окремі відмінності буде проаналізовано більш детально.

Виявлено, що рівень сприйманого стресу є вищим серед дівчат, які більш вразливі до повсякденних неприємностей: пристосування до окремого від батьків життя; неправильний режим дня; розчарування від обраної професії; конфлікти з оточенням у групі; небажання вчитися або надто серйозне ставлення до навчання у вищому навчальному закладі; екзамени, заліки. Цей результат можна пояснити, взявши до уваги теоретичні відомості науковців, які з’ясували, що дівчата більш схильні до повсякденного стресосприйняття, ніж хлопці, адже вони фізіологічно вразливіші й психологічно слабкіші [6].

Показник протидії стресу вище у хлопців, ніж у дівчат. У стресових станах чоловікам притаманно заглиблюватися у свої думки та переживання, щоб наодинці обдумати проблему, опанувати себе та прийняти рішення, тоді як у дівчат домінують емоції.

Висока позитивна самооцінка та самоконтроль, які в межах нашого дослідження є вищими у хлопців, ґрунтуються на регулюванні власних почуттів, емоцій та дій і сприяють успішній навчальній діяльності.

Цікавими є відмінності за показником *пошук соціальної підтримки*, який є вищим у дівчат. Згідно з дослідженням Є.О. Варбан, у студентському віці при подоланні життєвих повсякденних стресів, пов’язаних з неможливістю вдовольняти потреби в стабільності, самостійності, коханні, стосунках з найближчими друзями, однолітками та ставленням до себе, у дівчат переважають емоційні реакції, пошук підтримки друзів та знайомих, з якими можливо поділитися своїми переживаннями, отримати пораду, життєвий досвід. Соціальна підтримка є однією з найбільш результативних стратегій у подоланні складних повсякденних стресорів, яка дозволяє підтримувати здоров’я та спокій, формує поведінку, пом’якшуючи вплив стресових факторів на особистість [3].

Виявлені відмінності за показником дистанціювання можна прокоментувати таким чином. Переживання повсякденних стресорів впливає на те, що юнаки менше спілкуються з іншими людьми, тримають дистанцію у спілкуванні з іншими, занурюються у власні проблеми та переживання, негативно ставляться до різких змін у власному житті, а тому зміна місця проживання та кола спілкування можуть впливати на те, що повсякденне стресосприйняття стає більш вираженим у студентському віці [8].

За результатами, показник *прив'язаність – відокремленість* є вищим у дівчат, які більшою мірою вміють співпереживати та підтримувати інших, більш відчують необхідність бути поряд з друзями, близькими. Саме ці результати дають нам можливість говорити про те, що перша емпірична гіпотеза підтверджена частково, адже на переживання повсякденного стресосприйняття як у юнаків, так і у дівчат впливає такий загальний показник, як *екстраверсія–інтроверсія*: у дівчат – з негативними почуттями, пов'язаними з повсякденним стресосприйняттям та бажанням поспілкуватися у колі близьких знайомих та обговорити проблеми, а у хлопців – з негативними почуттями, пов'язаними з повсякденним стресосприйняттям.

Було виявлено відмінності за показниками *загальна інтернальність, інтернальність у сфері досягнень, інтернальність у сфері невдач, інтернальність у сімейних відносинах, інтернальність у сфері виробничих відносин, інтернальність у сфері міжособистісних відносин, інтернальність стосовно здоров'я і хвороби*. У хлопців показники інтернальності вищі, ніж у дівчат, що обумовлено спрямованістю на результат у навчанні та мобілізації власних ресурсів. Юнаки-інтернали більш відповідальні, соціалізовані, вони менш тривожні, агресивні. І взагалі, студенти з інтернальним локусом контролю схильні до кращої успішності, тому що покладаються тільки на свої сили. У дослідженні О.О. Анненкової при вивченні зв'язку локусу контролю і життєстійкості юнаків та дівчат з бажаними стратегіями подолання встановлено, що особи з високим рівнем життєстійкості і інтернальним локусом контролю є більш схильними до вибору проблемно-орієнтованої стратегії та стратегії соціального відволікання, тоді як особи з низькими показниками життєстійкості і зовнішнім локусом контролю частіше вдаються до емоційних стратегій подолання [1].

Далі для прогнозування рівня повсякденного стресосприйняття на основі особистісних характеристик було здійснено спробу побудови кореляційно-регресійної моделі.

Як предикторні змінні виступали особистісні характеристики досліджуваних, а як залежна змінна – показник сприйманого стресу (за шкалою В.А. Абабкова, К. Баришнікової, О.В. Воронцової-Венгер, І.А. Горбунова, С.В. Капранової, Е.А. Пологаєвої, К.А. Стуклова).

Статистична обробка здійснювалась за допомогою лінійного множинного регресійного аналізу. Добір факторів здійснювався шляхом виключення з моделі найбільш взаємозалежних факторів з урахуванням значущості коефіцієнтів регресії, оцінених за допомогою t-критерію. Перевірялась вірогідність впливу особистісних характеристик на рівень повсякденного стресосприйняття та було виділено незалежні змінні для регресійного аналізу. Ними виступили такі особистісні характеристики: екстраверсія–інтроверсія, прив'язаність–відокремленість, самоконтроль–імпульсивність, емоційна стійкість–емоційна нестабільність, експресивність–практичність, самооцінка, інтернальність.

Для представлення більш детального аналізу щодо потенційних предикторів, які обумовлюють рівень переживання повсякденного стресосприйняття студентів залежно від статі, було побудовано дві кореляційно-регресійні моделі. Результати регресійного аналізу, здійсненого для 7 факторів посприяли виокремленню двох факторів, які продемонстрували статистично надійну вірогідність впливу особистісних характеристик на рівень повсякденного стресосприйняття студентів залежно від статі.

За результатами регресійного аналізу у вибірці дівчат було дібрано 2 характеристики – предиктора для прогнозування рівня схильності до стресу, за якими побудовано двохфакторну кореляційно-регресійну модель:

$$Y = 14,403 + (-0,403)X_1 + (-0,583)X_2,$$

де  $Y$  – рівень схильності до стресу;  $X_1$  – екстраверсія;  $X_2$  – самоконтроль – імпульсивність (табл. 2,3).

Таблиця 2

**Регресійна статистика для двохфакторної моделі вірогідності впливу особистісних характеристик на рівень схильності до стресу у вибірці дівчат**

Показник	Розраховане значення
Множинний R	0,879
R-квадрат	0,772
Скорегований R-квадрат	0,755
Стандартна похибка	4,79660

Таблиця 3

**Характеристика кореляційно-регресійних зв'язків між характеристиками предикторами та рівнем схильності до стресу за вибіркою дівчат**

Показник	Коефіцієнт регресії	t-критерій Стьюдента	P-значення
Екстраверсія–інтроверсія	-0,403	-3,591	0,001
Самоконтроль–імпульсивність	-0,583	-5,187	0,000

Величина коефіцієнта множинної кореляції для двохфакторної моделі рівня схильності до стресу дорівнює 0,879. Дві особистісні характеристики особистості (екстраверсія та самоконтроль) мають негативний кореляційний зв'язок з цим фактором.

Значення R-квадрата (коефіцієнта детермінації) дорівнює 0,772. Це означає, що частка дисперсії залежної змінної, пояснена регресією, складає 77,2%. Розрахована регресійна модель є значущою за критерієм F-Фішера ( $F=45,716$  за  $p \leq 0,01$ ).

За результатами регресійного аналізу у вибірці хлопців було дібрано 2 характеристики – предиктора для прогнозування рівня схильності до стресу, за якими побудовано двохфакторну кореляційно-регресійну модель:

$$Y = 22,996 + (-0,551)X_1 + (0,329)X_2$$

де  $Y$  – рівень схильності до стресу;  $X_1$  – самооцінка;  $X_2$  – самоконтроль (табл. 4,5).

Таблиця 4

**Регресійна статистика для двохфакторної моделі вірогідності впливу особистісних характеристик на рівень переживання повсякденного стресосприйняття у вибірці юнаків**

Показник	Розраховане значення
Множинний R	0,779
R-квадрат	0,607
Скорегований R-квадрат	0,578
Стандартна похибка	3,11778

Таблиця 5

**Характеристика кореляційно-регресійних зв'язків між характеристиками предикторами та рівнем переживання повсякденного стресосприйняття за вибіркою юнаків**

Показник	Коефіцієнт регресії	t-критерій Стьюдента	P-значення
Самооцінка	-0,551	-3,853	0,001
Самоконтроль–імпульсивність	0,329	2,300	0,029

Величина коефіцієнта множинної кореляції для двохфакторної моделі рівня переживання повсякденного стресосприйняття дорівнює 0,779. Особистісна характеристика самооцінка має негативний кореляційний зв'язок з цим фактором, а у самоконтролю – позитивний кореляційний зв'язок з цим фактором.

Значення R-квадрата (коефіцієнта детермінації) дорівнює 0,607. Це означає, що частка дисперсії залежної змінної, пояснена регресією, складає 60,7%. Розрахована регресійна модель є значущою за критерієм F-Фішера ( $F=20,876$  за  $p \leq 0,01$ ).

Результати регресійного аналізу, здійсненого для 7 факторів посприяли виокремленню двох факторів, які продемонстрували статистично надійну вірогідність впливу особистісних характеристик на повсякденне стресосприйняття. Для вибірки дівчат було встановлено зворотній зв'язок з такими факторами, як самоконтроль – імпульсивність та екстраверсія, а для юнаків – зворотній зв'язок з рівнем самооцінки та прямий зв'язок з самоконтролем–імпульсивністю. Цей результат узгоджується з дослідженнями науковців, за результатами яких вдалося встановити, що суб'єктивне визначення себе як людини, що переживає чи не переживає повсякденне стресосприйняття, пов'язане з вираженістю таких особистісних характеристик, як екстраверсія–інтроверсія та нейротизм [5].

Отже, в результаті емпіричного дослідження виявлено, що повсякденне стресосприйняття студентів обумовлено як статевими, так і особистісними характеристиками, а наведені вище результати дослідження дозволяють зробити висновок про те, що концептуальна гіпотеза знайшла своє підтвердження в ході емпіричного дослідження, тобто існує певний вплив статевих і особистісних характеристик повсякденного стресосприйняття студентів.

### Список використаної літератури

1. Абабков В.А., Барішнікова К., О.В. Волронцова-Венгер и др. Валидизация русскоязычной версии опросника «Шкала воспринимаемого стресса-10». *Вестн. С.-Петербург. ун-та. Сер.16. Психология. Педагогика*. 2016. Вып. 2. С. 6–15.
2. Баранова М.В., Холуева К.А. Стрессовые ситуации студентов в процессе обучения. *Международный журнал экспериментального образования*. 2014. № 6. С. 74–75.
3. Варбан Є.О. Психодіагностика стратегій подолання критичних життєвих ситуацій : деякі підходи та методи. *Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М.П. Драгоманова. Серія № 12, Психологічні науки*. 2007. № 17 (41), ч. 2. С. 177–182.
4. Волкова Н.П., Гавяда В.В. До питання про результати моніторингу якості організації самостійної роботи студентів. *Вісник університету імені Альфреда Нобеля. Серія Педагогіка і Психологія. Педагогічні науки*. 2018. №2(16). С. 170–176.
5. Дубчак Г.М. Зв'язок типу поведінки в стресовій ситуації з рівнем психічної напруги студентів. *Актуальні проблеми психології: Збірник наукових праць Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України*. Київ–Житомир: Вид-во ЖДУ ім. І. Франка, 2016. Т. VI. Психологія обдарованості. Вип.12. С. 91–99.
6. Пліс М.А. Визначення рівня самооцінки в юнацькому віці. *Актуальні проблеми державного управління, педагогіки та психології*. 2010. № 1. С. 251–253.
7. Чебикін О.Я. Про основні компоненти та механізми прояву емоційної зрілості. *Науковий вісник ПДПУ ім. К. Д. Ушинського*. 2008. №12. С. 72–80.
8. Bayer, O., Krupskyi, O. and Bondarenko, E. (2020), Subordinate evaluations of high-performance managers, *Leadership & Organization Development Journal*, Vol. 41 No. 7, pp. 927–938.