

УДК 159.923.2:616.31:377.12

DOI <https://doi.org/10.32782/health-2025.4.34>

## **ФОРМУВАННЯ ПСИХОЛОГІЧНОЇ РЕЗИЛЬЄНТНОСТІ У МАЙБУТНІХ ФАХІВЦІВ СТОМАТОЛОГІЧНОГО ПРОФІЛЮ В УМОВАХ МЕДИЧНОГО КОЛЕДЖУ**

**Лисиця Дмитро Леонідович,**  
кандидат педагогічних наук, доцент,  
директор Фахового медичного коледжу  
КЗВО «Рівненська медична академія»  
ORCID: 0000-0003-3416-5543

**Шустик Роман Петрович,**  
кандидат медичних наук,  
ректор КЗВО «Рівненська медична академія»  
ORCID: 0009-0001-8805-5326

**Бухальська Світлана Євгеніївна,**  
кандидат педагогічних наук, доцент,  
заступник директора Фахового медичного коледжу  
КЗВО «Рівненська медична академія»  
ORCID: 0000-0003-2804-6441

**Хмеляр Інеса Макарівна,**  
кандидат педагогічних наук, доцент,  
начальник навчально-методичного відділу  
КЗВО «Рівненська медична академія»  
ORCID: 0000-0002-5161-6716

**Лисиця Юлія Сергіївна,**  
викладач стоматологічних дисциплін  
Фахового медичного коледжу  
КЗВО «Рівненська медична академія»,  
ORCID: 0000-0001-5048-8735

*У статті актуалізована проблема формування знань та вмінь зі збереження ментального здоров'я майбутніми фахівцями стоматологічного профілю, а саме техніками зубними та гігієністами зубними. Проблема розглядається через призму дослідження стресостійкості у підлітків та юнаків, що є студентами першого курсу медичних коледжів, які перебувають у новому освітньому та соціальному середовищі. Стаття містить у собі узагальнені дані наукових досліджень з питань психічного та психологічного здоров'я. Розглядаються різні трактування даних понять з визначенням факторів, які впливають на їх формування. Також у статті дано визначення поняттю ментальне здоров'я й та вплив психологічної резильєнтності, як здатності успішно адаптуватись до стресу, зберігаючи психологічну рівновагу та належне функціонування організму людини. Авторами досліджено, що факт наявності у науковій літературі ототожнення поняття «ментальне здоров'я» з термінами «психічне здоров'я», «психологічне здоров'я» також проаналізовано погляди науковців на сутність ментального здоров'я та визначено чого як стан психічного благополуччя за допомогою якого людина може реалізувати свій потенціал ефективно справляючись зі стресами також людина може продуктивно працювати будуючи стосунки та роблячи власний внесок у життя суспільне життя.*

*Визначено, що заклади фахової передвищої освіти ставлять за мету створити комфортні умови перебування студентів у власне закладі освіти та студентському гуртожитку. Особлива увага надається студентам першокурсникам, вступ яких здійснено на основі базової середньої освіти. Авторами статті запропоновано педагогічний інструмент метою якого є сформувати вміння зберегти власне ментальне здоров'я через поєднання психологічної стійкості з навичками фізичного самозбереження у рамках формування здоров'язберігаючої компетентності майбутніх медичних фахівців в умовах медичного коледжу.*

**Ключові слова:** психологічна резильєнтність, психічне здоров'я, психологічне здоров'я, майбутні стоматологічні фахівці, здоров'язберігаюча компетентність, морально-психологічний стан, ментальне здоров'я.

## **Dmytro Lysytsia, Roman Shustyk, Svitlana Bukhal's'ka, Inesa Khmelyar, Yulia Lysytsia «Formation of psychological resilience in future specialists of the stomatological profile in the conditions of the medical college»**

*The article highlights the problem of developing knowledge and skills in mental health preservation among future dental professionals, namely dental technicians and dental hygienists. The problem is considered through the prism of research on stress resistance in adolescents and young men who are first-year students of medical colleges and find themselves in a new educational and social environment. The article contains summarised data from scientific studies on mental and psychological health. Various interpretations of these concepts are considered, with the identification of factors that influence their formation. The article also defines the concept of mental health and the influence of psychological resilience as the ability to successfully adapt to stress while maintaining psychological balance and proper functioning of the human body. The authors have researched the fact that in scientific literature, the concept of «mental health» is identified with the terms «psychological health» and «psychological health» in scientific literature, analysed the views of scientists on the essence of mental health, and defined it as a state of mental well-being through which a person can realise their potential by effectively coping with stress, as well as work productively, build relationships, and contribute to social life.*

*It has been determined that higher education institutions aim to create comfortable conditions for students in their educational institutions and student dormitories. Particular attention is paid to first-year students who have been admitted on the basis of basic secondary education. The authors of the article propose a pedagogical tool aimed at developing the ability to maintain one's mental health through a combination of psychological resilience and physical self-preservation skills as part of the development of health-preserving competence of future medical professionals in a medical college setting.*

**Key words:** *psychological resilience, mental health, psychological health, future dental specialists, health-preserving competence, moral and psychological state, mental health.*

**Вступ.** Українське суспільство, частиною якого є студентська молодь, переживає нелегкі часи, які несуть загрозу ментальному здоров'ю кожного громадянина. Актуальність проблеми впливу соціо-економічних, політичних чинників, особливо пов'язаних з повномасштабною війною, посилюється у відношенні до студентства, вік якого відіграє визначальну роль у формуванні особистості та визначені майбутніх життєвих пріоритетів.

Дослідження українських та іноземних вчених вказують на безпосередній вплив стресогенних чинників на якість життя. Проблема формування порушень психічного здоров'я з психологічним дисбалансом у молоді посилює інтерес до розв'язання задач зі збереження ментального здоров'я студентів не лише психологів, а й педагогів. Важливо зауважити, що заклади фахової передвищої освіти проводять підготовку майбутніх фахівців у тому числі й на основі базової середньої освіти, тобто у коледжі вступають особи 14-річного віку, які часто навчаються поза населеним пунктом де вони мешкають.

Така категорія здобувачів освіти є надзвичайно вразливою, особливо навчаючись на першому курсі, адже вони проходять нелегкий процес адаптації до нового ритму життя та соціальної ролі, зустрічаючись з рядом проблем переважно особистісного характеру. Проблеми з якими можуть зіткнутися першокурсники, які вступили не лише на основі базової середньої освіти, а й завершивши навчання у 11-річній школі, тобто діти старші за віком, нерідко проявляються неготовністю до навчання у закладі медичної освіти, а проблеми

особистого життя у сім'ї, стосунків між однолітками, одногрупниками, викладачами часто не дозволяють зосередитись на навчанні. У студентів, які приїхали на навчання з інших населених пунктів та проживають у студентські гуртожитках або в орендованому житлі можуть виникнути побутові проблеми, що базуються на спільному проживанні зі студентами різного віку, з різних сімей та різного соціально-економічного статусу.

Саме тому зі сторони психологів й педагогів закладів фахової передвищої освіти виникає необхідність пошуку інструментів для дослідження рівня морально-психологічного стану у студентів, визначення їх психологічної резильєнтності з урахуванням вікових особливостей. Також важливим завданням, яке стоїть перед педагогічними працівниками за сприяння психологічної служби закладів освіти є формування навиків збереження ментального здоров'я серед здобувачів освіти, у контексті формування здоров'язберігаючої компетентності.

**Мета та завдання.** Визначення педагогічних умов для формування психологічної резильєнтності майбутніх техніків зубних та гігієністів зубних як передумови збереження ментального здоров'я та розвитку здоров'язберігаючих компетентностей на додипломному етапі в умовах медичного коледжу.

**Методи дослідження.** Аналіз наукових досліджень дозволяє зробити висновки, що питання ментального здоров'я, психологічної резильєнтності цікавлять не лише психологів та фахівців з психіатрії, а й педагогів, які формують профе-

сійні компетентності з урахуванням стану сформованості психічного здоров'я студентської молоді.

Дослідженню здоров'язберігаючих компетентностей майбутніх фахівців приділена увага у наукових працях вчених-педагогів, а саме: О. Антонової, Н. Башавець, Н. Белікової, Н. Бобрової, Д. Вороніна, Н. Поліщук, В. Донченко та інших.

Велика кількість наукових праць належить дослідникам питання ментального здоров'я. Такі дослідження прослідковуються у багатьох працях, як українських так й іноземних науковців, зокрема: А. Адлер, Р. Ассаджіолі, Б. Братусь, Л. Бурлачук, А. Елліс, Е. Еріксон, О. Завгородня, Н. Колодій, І. Коцан, та інших. Наукова спільнота виділяє важливу роль дослідженню проблем психічного та психологічного здоров'я. Над дослідженнями таких питань працювали: А. Адлер, Б. Братусь, І. Коцан, С. Лагутіна, Г. Ложкін, М. Маркова, Н. Марута, М. Мушкевич, Г. Олпорт, Г. Пилягіна, та інші.

Проблемі стресостійкості надано увагу у працях таких вчених, а саме: О. Кокун, М. Корольчук, О. Кравцової, В. Крайнюк та інші.

У дослідженні було використано теоретичні методи, які передбачають застосування: теоретичного аналізу та синтезу, порівняльно педагогічного аналізу, індукції та дедукції, а також термінологічний аналіз. Дані методи дослідження дозволили теоретично обґрунтувати актуальність теми та визначити напрямки дослідження. Водночас проблема пошуку педагогічних умов з метою формування стресостійкості у майбутніх стоматологічних фахівців у контексті набуття знань та навичок зі здоров'язбереження є недостатньо вивченою й потребує наукових пошуків щодо її розв'язання.

**Результати дослідження.** Нині питання психологічного та психічного здоров'я займає лідерські позиції серед проблем українського суспільства. Майже чотири роки повномасштабної війни, які прожили здобувачі освіти, майбутні стоматологічні фахівці починаючи зі шкільних років і продовжуючи у медичному коледжі, вплинули й продовжують чинити вплив на стан ментального здоров'я підлітків та юнаків. Аналіз наукових джерел вказує на те що в Україні проводились дослідження впливу воєнного стану на ментальне здоров'я здобувачів освіти. Таких досліджень не багато, вони не мають великої вибірки це пов'язано з тим, що такі дослідження проводяться в межах певного закладу освіти, але результати проведеної роботи свідчать про наявність психічних розладів, які проявляються тривогою, розладами сну

та проблемами з депресією [7, с. 34–35]. Такий негативний вплив на подекуди лабільну психіку підлітків посилюється проблемами, які оточують студента перебуваючи в чужому місті, психоемоційним навантаженням при спілкуванні з новим оточенням (одногрупники, співмешканці у студентському гуртожитку), а також у зв'язку з навантаженням пов'язаним з об'ємом нової і часто важкої інформації професійного характеру у стінах закладу фахової передвищої освіти [6, с. 38].

У контексті впливу на ментальне здоров'я здобувача освіти стресових ситуацій постає завдання визначити дефініції: психологічного та психічного здоров'я, ментального здоров'я та психологічної резильєнтності.

Згідно Всесвітньої організації охорони здоров'я, стан фізичного, психічного та соціального благополуччя називається – здоров'ям. Науковці у своїх працях присвячених дослідженню поведінкових особливостей розкривають поняття психічного здоров'я. Автори, для характеристики психічного здоров'я використовують визначення Всесвітньої організації охорони здоров'я, яка виокремлює сім компонентів, а саме: усвідомлення постійності та ідентичності свого фізичного і психічного «Я»; постійність й однаковість переживань в однотипних ситуаціях; критичне ставлення до себе і своєї діяльності; адекватність психічних реакцій впливу середовища; здатність керувати своєю поведінкою відповідно до встановлених норм; планування власної життєдіяльності і реалізація її; здатність змінювати свою поведінку залежно від зміни життєвих обставин [8, с. 80]. На думку І. Коцан, психічне здоров'я – це рівень психологічного благополуччя, який визначається не тільки відсутністю психічних захворювань, а й рядом соціально-економічних, біологічних і тих, що належать до навколишнього середовища факторів [5, с. 256]. Науковець також надає характеристику психологічному здоров'ю, визначаючи його, як стан емоційного, соціального та психологічного благополуччя, який дозволяє індивіду реалізовувати свій потенціал, долати стрес, продуктивно працювати і робити внесок у розвиток суспільства. Якщо порівнювати психічне й психологічне здоров'я то останнє можна ототожнити з почуттям внутрішньої узгодженості з власними діями, у перебуванні в постійному діалозі з внутрішнім світом та автентичним існуванням. Психічне здоров'я вченими розглядається як ширше поняття по відношенню до психологічного і є однією з інтегрованих характеристик будь-якої особистості яка пов'язана з її внутрішнім світом

та забезпечує гармонічне включення в соціум з орієнтацією на саморозвиток та самореалізацію [4, с. 48].

Думки щодо проблеми розуміння сутності поняття «ментальне здоров'я» зводяться до того, що дане поняття ототожнюється з психічним, психологічним здоров'ям. На думку науковців існує так звана понятійна колізія адже в основі поняття «ментальне здоров'я» лежить ототожнення англійських понять «mental health» та «psychological health», які у наукових джерелах трактуються, як «психологічне здоров'я» [3, с. 77].

Водночас у публікаціях можна зустріти визначення поняття «ментальне здоров'я», яке науковці трактують, як здатність долати стрес і справлятися з вимогами повсякденного життя. На думку вчених ментальне здоров'я передбачає наявність загального психологічного та емоційного благополуччя людини, поєднуючи у собі фактори, такі як поведінка особи, її настрої, та когнітивні здібності [2, с. 46].

Розуміння актуальних психологічних викликів, з якими стикаються здобувачі освіти, особливо студенти нового набору, дозволяє не лише вчасно реагувати на кризові стани, а й створювати умови для ефективного засвоєння знань та вмінь зберегти своє ментальне здоров'я.

Перед адміністрацією закладу фахової передвищої освіти стоїть завдання створити комфортні умови перебування у стінах закладу, студентському гуртожитку для здобувачів освіти. Особливої уваги потребують першокурсники, які вступили до коледжу на основі базової середньої освіти. Завдання дослідження та аналізу стану ментального здоров'я та стресостійкості студентів лежить на психологічній службі закладу освіти. А до впровадження різноманітних технологій, які ставлять за мету сформувавши психологічну резильєнтність повинні долучатись окрім психолога: соціальний педагог, вихователі студентського гуртожитку (для тих студентів, які проживають у гуртожитку), керівники студентських груп і обов'язково із залученням батьків.

Для формування психологічної резильєнтності, як основи здоров'язберігаючої компетентності нами запропоновано до використання у закладах фахової передвищої освіти педагогічний інструмент «Навчальний трек-практикум «Формула стійкості». Метою педагогічної технології спрямованої на вміння зберегти власне ментальне здоров'я є поєднання психологічної стійкості з навичками фізичного самозбереження. У віці 14–15 років, а це студенти першого курсу на

основі базової середньої освіти, які є найвразливішою категорією здобувачів освіти, критично важливо перевести знання про здоров'я у площину щоденних звичок приведених до автоматизму.

Даний педагогічний інструмент реалізується через інтерактивний планер-навігатор (цифровий або аналоговий), який студент першого курсу заповнює протягом першого півріччя навчання.

Модуль 1. Біохакинг адаптації (Фізичний ресурс)

Мета: Навчити студента керувати своїм психологічним станом за допомогою фізіології організму.

Чек-лист «Гігієна сну в гуртожитку». передбачає розробку власних правил для здорового сну (використання маски для сну, берушів, прослуховування заспокійливої музики, обмеження перегляду гаджетів за 30 хв. до сну тощо).

Інфографіка «Тарілка студента». Це практичне завдання на меті якого є зібрати бюджетний, але збалансований кошик продуктів у магазині зробивши акцент на негазованій воді та складних вуглеводах, які забезпечуючи стабільне та тривале вивільнення енергії надають відчуття ситості й покращують роботу травлення (цільнозернові продукти (каші, хліб), бобові (квасоля, сочевиця), овочі (броколі, морква), фрукти, горіхи й насіння, які містять клітковину).

Вправа «Енергометрія». Завдання, яке стоїть перед студентом – це, фіксація піків власної активності протягом дня. Такий моніторинг допоможе запобігти психологічному вигоранню завдячуючи правильному плануванню навчального навантаження на час найвищої енергійності.

Модуль 2. Емоційний імунітет (Психологічний ресурс)

Мета: Сформувавши навички психологічної самопомоги.

Техніка «SOS-дихання»: Навчання методам саморегуляції при панічній атаці або стресовій ситуації, яка характеризується панічними настроями (квадратне дихання, техніка «5-4-3-2-1»).

Техніка «Щоденник 3 позитивних подій». Метою даної техніки тренування нервової системи фокусуватися на ресурсах, а не на загрозах. Техніка передбачає щовечірню реєстрацію студентом (особливо важливо для тих, хто проживає поза батьківським домом) записувати три вдальі протягом дня події чи вчинки особисто створені.

Техніка «Матриця кордонів». Дана техніка допоможе навчитися ввічливий, але чіткій відмові тим хто хоче порушити особисті кордони, до прикладу порушити режим дня або спровокувати

на вживання наркотичних речовини. Особливістю даної техніки є участь при її засвоєнні та відпрацюванні педагога (керівника студентської групи, педагога, психолога).

Модуль 3. «Соціальний навігатор»

Мета: Створення безпечного середовища для студента.

Створення мапи «Точки сили в місті». Студент повинен знайти для себе три локації де він почувається спокійно де перебування є комфортним та безпечним. Важливою умовою є те, що такі місця повинні бути поза коледжем та гуртожитком, до прикладу: парк, бібліотека, кав'ярня тощо.

Кейс-стаді «Я не один». Використання такого методу самонавчання дозволяє глибоко проаналізувати конкретні реальні чи гіпотетичні ситуації з метою розуміння складних явищ, розвитку навичок аналізу та прийняття рішень через застосування теорії на практиці шляхом обговорення проблемних сценаріїв. В умовах педагогічного інструменту «Навчальний трек-практикум «Формула стійкості», студент повинен скласти список перевірених контактів. Цей список повинен містити контакти керівника студентської групи, психолога, соціального педагога, завідуючого відділення, голови студентської профспілки та самоврядування й телефонів служб довіри тощо.

Очікуваними результатами при використанні такого педагогічного інструменту є: (критерії компетентності):

1. Наявність знань у студента про те, як стрес впливає на його організм і як його нейтралізувати тим самим зберегти психологічну рівновагу.

2. Вміння ефективно організувати свій побут, сон та харчування в нових умовах; вміння комунікувати з оточуючими звертаючись за допомогою без почуття сорому.

3. Володіння техніками саморегуляції та навичками спілкування.

З метою формування психологічної резильєнтності у здобувачів освіти рекомендуємо використовувати: педагогам-наставникам, фахівцям психологічної служби коледжу, соціальному педагогу, вихователям студентського гуртожитку й рекомендувати батькам електронний ресурс Всеукраїнської програми ментального здоров'я «Ти як?».

**Висновки.** Отримання навичок стресостійкості у рамках формування здоров'язберігаючої компетентності, як цілісної здатності здобувачів освіти застосовувати знання, вміння та навички для збереження, зміцнення і формування власного ментального й фізичного здоров'я є відповідальним завданням закладу фахової передвищої освіти.

Проблема ментального здоров'я потребує особливої уваги під час війни адже здобувачі освіти вступивши до медичного коледжу, тим більше поза основним місцем проживання, і так набувають нового досвіду в нових умовах соціально-психологічної реальності, пробують нові ролі та соціальні функції у якості майбутніх медичних фахівців. Саме від ментального здоров'я залежать можливості підлітків та юнаків пристосуватися до соціальних змін, обставин під час навчання для отримання професії. Саме тому на заклад освіти лягає відповідальність за формування психологічної резильєнтності за допомогою педагогічних технологій, інструментів, які дозволяють адаптуватися у нових невідомих умовах дітям.

Питання розвитку здоров'язберігаючих технологій через формування психологічної резильєнтності є цікавим, недостатньо вивченим щодо майбутніх фахівців стоматологічного профілю та потребує подальших досліджень.

#### ЛІТЕРАТУРА

1. Mental health: facing the challenges, building solutions: report from the WHO European Ministerial Conference. *World Health Organization*. 2005. 199 p. URL: [http://www.euro.who.int/\\_data/assets/pdf\\_file/0008/96452/E87301.pdf](http://www.euro.who.int/_data/assets/pdf_file/0008/96452/E87301.pdf) (дата звернення: 20.01.2026).
2. Винничук Р., Федик С. Ментальне здоров'я організації: визначення та сутність. *Наукові інновації та передові технології*. 2023. № 9 (23). С. 43–52. URL: <https://perspectives.pp.ua/index.php/nauka/article/view/5573> (дата звернення: 18.01.2026).
3. Калашникова Л. В., Руденко Ю. Ю., Руденко С. А. Розуміння сутності ментального здоров'я в контексті комплексного підходу. *Наукові записки. Серія: Психологія*. 2024. № 1. С. 74–81.
4. Костюк Д., Костюк В. Психічне та психологічне здоров'я особистості: поняття, зміст та критерії. *Вісник Національного університету оборони України*. 2019. № 50 (2). С. 45–50. DOI: <https://doi.org/10.33099/2617-6858-2018-50-2-45-50>.
5. Коцан І. Я., Ложкін Г. В., Мушкевич М. І. Психологія здоров'я людини / за заг. ред. І. Я. Коцана. Луцьк : Вежа, 2011. 430 с.
6. Кравченко О. О. Соціально-психологічна підтримка ментального здоров'я учасників освітнього процесу у кризових ситуаціях (практичний досвід). *Social Work and Education*. 2023. Vol. 10, № 1. Р. 35–47.
7. Ніколаєв С., Рій Г., Шемелинець І. Вища освіта в Україні: зміни через війну : аналітичний звіт. Київ : Київський університет імені Бориса Грінченка, 2023. 80 с. URL: <https://osvitanalytika.kubg.edu.ua/wp-content/uploads/2023/03/HigherEd-in-Times-of-War.pdf> (дата звернення: 20.01.2026).

8. Ткачишина О. Р., Столярчук О. А. Конструктивна поведінка особистості у контексті проблеми психічного та психологічного здоров'я. *Вчені записки Таврійського національного університету імені В. І. Вернадського. Серія: Психологія*. 2023. Т. 34 (73), № 1. С. 78–83.

#### REFERENCES

1. World Health Organization. (2005). Mental health: facing the challenges, building solutions: report from the WHO European Ministerial Conference. [http://www.euro.who.int/\\_data/assets/pdf\\_file/0008/96452/E87301.pdf](http://www.euro.who.int/_data/assets/pdf_file/0008/96452/E87301.pdf).
2. Vynnychuk, R., & Fedyk, S. (2023). Mentalne zdorovya orhanizatsii: vyznachennia ta sutnist [Mental health of the organization: definition and essence]. *Naukovi innovatsii ta peredovi tekhnologii*, (9), 43–52. <https://perspectives.pp.ua/index.php/nauka/article/view/5573>.
3. Kalashnykova, L. V., Rudenko, Yu. Yu., & Rudenko, S. A. (2024). Rozuminnia sutnosti mentalnoho zdorovya v konteksti kompleksnoho pidkhodu [Understanding the essence of mental health in the context of a complex approach]. *Naukovi zapysky. Serii: Psykholohiia*, (1), 74–81.
4. Kostiuk, D., & Kostiuk, V. (2019). Psykhichne ta psykholohichne zdorovya osobystosti: poniattia, zmist ta kryterii [Mental and psychological health of personality: concept, content and criteria]. *Visnyk Natsionalnoho universytetu oborony Ukrainy*, 50(2), 45–50. <https://doi.org/10.33099/2617-6858-2018-50-2-45-50>.
5. Kotsan, I. Ya., Lozhkin, H. V., & Mushkevych, M. I. (2011). *Psykhologhiia zdorovya liudyny [Psychology of human health]* (I. Ya. Kotsan, Ed.). Vezha.
6. Kravchenko, O. O. (2023). Sotsialno-psykholohichna pidtrymka mentalnoho zdorovya uchasnykiv osvithnoho protsesu u kryzovykh sytuatsiiakh (praktychnyi dosvid) [Socio-psychological support for the mental health of participants in the educational process in crisis situations (practical experience)]. *Social Work and Education*, 10(1), 35–47.
7. Nikolaiev, Ye., Rii, H., & Shemelynets, I. (2023). Vyscha osvita v Ukraini: zminy cherez viinu: analitychnyi zvit [Higher education in Ukraine: changes due to the war: analytical report]. Borys Grinchenko Kyiv University. <https://osvitanalytika.kubg.edu.ua/wp-content/uploads/2023/03/HigherEd-in-Times-of-War.pdf>.
8. Tkachyshyna, O. R., & Stoliarchuk, O. A. (2023). Konstruktivna povedinka osobystosti u konteksti probleme psykhichnoho ta psykholohichnoho zdorovya [Constructive behavior of personality in the context of the problem of mental and psychological health]. *Vcheni zapysky Tavriiskoho natsionalnoho universytetu imeni V. I. Vernadskoho. Serii: Psykholohiia*, 34(73), 78–83.

Дата першого надходження статті до видання: 19.11.2025

Дата прийняття статті до друку після рецензування: 15.12.2025

Дата публікації (оприлюднення) статті: 31.12.2025