

СЕКЦІЯ 2. ПЕДАГОГІЧНА ТА ВІКОВА ПСИХОЛОГІЯ

УДК 159.923.2

DOI <https://doi.org/10.32999/ksu2312-3206/2025-1-4>**РОЛЬ РЕКРЕАЦІЙНО-РОЗВИВАЛЬНОГО СЕРЕДОВИЩА У ПРОЦЕСІ АКТУАЛІЗАЦІЇ ПСИХОЛОГІЧНОГО ПОТЕНЦІАЛУ ПІДЛІТКА**

Сватенкова Тетяна Іванівна,
кандидат психологічних наук,
психолог у програмі відпочинку
«Дитячий табір «Зефір»», м. Ніжин
tatianasvatenkova@gmail.com
<https://orcid.org/0000-0002-4921-9033>

Узагальнено підходи до вивчення рекреації як процесу, систематизовано концептуальні підходи та виокремлено ключові особливості змістовної рекреації: концептуалізація суб'єктивного досвіду побудови соціальних відносин з опануванням нових психосоціальних конструктів; підвищення комунікативної компетентності, розвиток соціального інтелекту та підвищення загальних показників добробуту і благополуччя; зміцнення здоров'я та профілактика захворювань, покращення міжособистісної комунікації та навичок соціальної інтеграції. **Мета** – представити експериментально новий підхід до роботи з дітьми в рекреаційно-розвивальному середовищі на основі концепції розвитку особистості, яка враховує психосоціальний, культурно-інтелектуальний і нейрофізіологічний аспекти, у поєднанні з індивідуальним підходом до особистості. **Методи:** соціометричне опитування (Дж. Морено) (Злобіна, 2003); діагностика емоційного інтелекту (Н. Холл). **Результати.** Констатовано тісні перехресні зв'язки між результатами методик у пробах 1 і 2, які показали кількісну динаміку змін показників до та після реалізації програми роботи з підлітками, що доводить результативність і актуальність застосування методів і форм роботи програми актуалізації психологічного потенціалу особистості. **Висновки.** Обґрунтовано застосування технології активізації психологічного потенціалу підлітка та розкрито основні етапи впровадження її. Утілення технології активізації психологічного потенціалу підлітка інтерпретується як підкреслення актуальності організації рекреаційно-розвивального простору для всебічного розвитку, актуалізації психологічного потенціалу та забезпечення потреби відновлення у психосоціальному, культурно-інтелектуальному та нейрофізіологічному аспектах. Доведено, що підхід до роботи з підлітками, що враховує психосоціальний, культурно-інтелектуальний і нейрофізіологічний аспекти рекреаційно-розвивального середовища, у поєднанні з індивідуальним підходом, циклом трансформаційної взаємодії, використанням технології активізації психологічного потенціалу, методом «рівний рівному» є важливим інструментом актуалізації психологічного потенціалу підлітка.

Ключові слова: рекреація, психологічний потенціал підлітка, технології активізації психологічного потенціалу, цикл трансформаційної взаємодії, соціометричний статус, емоційний інтелект.

THE ROLE OF THE RECREATIONAL AND DEVELOPMENTAL ENVIRONMENT IN THE PROCESS OF ACTUALIZATION OF THE PSYCHOLOGICAL POTENTIAL OF A TEENAGER

Svatenkova Tetyana Ivanivna,
PhD in Psychological Sciences,
Psychologist in the Recreation Program
"Children's Camp "Zefir", Nizhyn,
tatianasvatenkova@gmail.com
<https://orcid.org/0000-0002-4921-9033>

The approaches to studying recreation as a process are generalized, conceptual approaches are systematized, and key features of meaningful recreation are identified: building social relationships subjective experience's conceptualization with the mastery of new psychosocial constructs; increasing communicative competence, developing social intelligence, and increasing general indicators of well-being; improving health and preventing diseases, improving interpersonal communication and social integration skills. **Purpose** – to present a new approach to working with children in a recreational and developmental environment is developed based on the concept of personality development, which takes into account psychosocial, cultural-intellectual, and neurophysiological aspects, combined with an individual approach to the personality. **Methods:** sociometric



survey (J. Moreno) (Zlobina, 2003); diagnostics of “Emotional Intelligence” (N. Hall). **Results.** Close cross-connections between the results of the methods in samples 1 and 2 were noted, which showed the quantitative dynamics of changes in indicators before and after the implementation of the work program with adolescents, which proves the effectiveness and relevance of the methods application and forms of the individual’s psychological potential actualization program. **Conclusions.** The application of the adolescent’s psychological potential activating technology is substantiated and the main stages of its implementation are revealed. The implementation of the adolescent’s psychological potential activating technology is interpreted as emphasizing the relevance of organizing a recreational and developmental space for comprehensive development, the psychological potential actualization and ensuring the need for recovery in psychosocial, cultural-intellectual and neurophysiological aspects. It has been proven that an approach to working with adolescents that takes into account the psychosocial, cultural-intellectual and neurophysiological aspects of the recreational and developmental environment, combined with an individual approach, a cycle of transformational interaction, the use of technology for activating psychological potential, the peer-to-peer method, is an important tool for actualizing the psychological potential of an adolescent.

Key words: recreation, adolescent’s psychological potential, psychological potential activating technologies, transformational interaction’s cycle, sociometric status, emotional intelligence.

Вступ. Однією з основних причин інтересу підлітків до участі в розважальних і рекреаційних заходах є спілкування з іншими, що може привести до підвищення комунікативної компетентності, розвитку соціального інтелекту та підвищення загальних показників добробуту і благополуччя (Hofer, Busch, & Kärtner, 2011). Через участь у рекреативних заходах підлітки дізнаються, ким вони є як окремі особи та ким вони є як члени групи. Вони вивчають взаємини, відповідні манери та звичаї, а також навички, необхідні для того, щоб формувати дружні стосунки та підтримувати друзів.

Рекреація, як і дозвілля, є складним поняттям у літературі (Lee et al., 1994), сутність і його актуальність у розвитку підлітка має велике значення (Caldwell & Witt, 2011). З екологічного погляду Тереза Фрейре з колегами (Freire, 2013; Freire et al., 2016; Freire & Teixeira, 2018) висвітлювали досвід проведення дозвілля як такий, що пов’язаний зі щоденним суб’єктивним досвідом, зосереджувались на розумінні того, як люди концептуалізують реальний світ, кожного дня, у контексті свого життя, діяльності, соціальних відносин та індивідуальних характеристик, і як цей досвід дозвілля виражається та впливає на психосоціальні конструкти особистості підлітка.

Рекреаційно-розвивальне середовище дитячого табору – це місце і ситуація, що не просто так була обрана для апробації

моделі актуалізації психологічного потенціалу особистості. Рекреаційно-терапевтичне середовище набуває неабиякого значення зараз, у пролонгованій ситуації високої тривоги, небезпеки та психологічної напруги. Дане середовище є потенційно важливим не тільки для відпочинку і психологічного розвантаження підлітків, скероване й організоване відповідним чином, воно створює можливості для переоцінки життєвих цінностей, здобуття важливих навичок налагодження і підтримки суб’єкт-суб’єктної взаємодії, апробації власного досвіду в безпечному середовищі, опанування нових актуальних навичок із розкриття й активізації власних потенцій, випробування нових поведінкових стратегій і закріплення цього досвіду в тимчасовій групі однолітків (Kononchuk et al., 2021: 2744).

Теоретичне обґрунтування проблеми.

Спираючись на досвід численних досліджень щодо актуальності та безпрецедентного значення рекреаційно-дозвіллевої діяльності для розвитку особистості підлітка, програму актуалізації психологічного потенціалу підлітків розроблено на основі концепції M. Ragheb та J. Beard (1982 р.) з урахуванням відповідних вимірів рекреаційно-дозвіллевого процесу (рис. 1).

Рекреаційний етап програми актуалізації та розвитку психологічного потенціалу підлітків має на меті організувати та реалізувати комплексний підхід змістовно-дозвілле-

Психосоціальний аспект	<ul style="list-style-type: none"> • психологічний • соціальний
Культурно-інтелектуальний	<ul style="list-style-type: none"> • освітній • естетичний
Нейрофізіологічне відновлення	<ul style="list-style-type: none"> • фізіологічний • релаксаційний

Рис. 1. Аспекти рекреаційно-дозвіллевого процесу

вого характеру для активізації психологічних потенцій особистості. Дана концепція реалізується через ефективне поєднання різних форм і методів роботи з дітьми з урахуванням усіх вищезазначених вимірів рекреаційно-дозвіллевого процесу. У проєкті, що реалізується на базі програми відпочинку «Дитячий табір «Зефір»», ураховано усі виміри вищезазначеної концепції для задоволення потреб у змістовній рекреації та варіативному дозвіллі дітей і підлітків. Проаналізовані компоненти аспектів рекреаційно-дозвіллевого процесу втілюємо за такими напрямками (Svatenkova & Svatenkov, 2021: 2738):

– *психологічним*: спрямований на зменшення симптомів психологічної напруги та стресу, підвищення навичок резильєнтності, розвиток комунікативних, лідерських якостей, уміння поводитися в конфліктних ситуаціях тощо. Реалізується через використання тренінгових вправ у програмі роботи з дітьми, безпосередньо тренінгів відповідно до віку, вечірніх «свічок» – обговорень емоційного стану та вражень, психологічних квестів, психологічного клубу для підлітків, фільмотерапії;

– *соціальним*: спрямований на підвищення соціального інтелекту, розвиток навичок самостійності, адаптивності, асертивності, наставництва та підтримки. Реалізується через чергування різних видів діяльності, перебування у змішаних різновікових групах, наставництво та лідерство в конкурентних видах діяльності, підтримку старших наставників і вожатих;

– *освітнім*: отримання нових актуальних знань із різних тем. Реалізується через інтелектуальні ігри, квести, вікторини, змагання та змістовне спрямоване спілкування з наставниками й однолітками;

– *естетичним*: спрямований на розвиток естетичних почуттів, культурної асиміляції через досвід традицій рідного народу, виховання культури спілкування та смаку. Реалізується через тематичні заходи «Українські традиції», «Fashion is my profession», Hand-made-студії, створення костюмів, декорацій, відео- та фотоквести, конкурси, тематичні зачіски, фейс-арт;

– *релаксаційним*: спрямований на переключення на інші види діяльності, відмінні від повсякденних обов'язків, відновлення внутрішніх ресурсів дітей. Реалізується через дотримання чіткого розпорядку дня, чергування різних видів діяльності, прогулянки просто неба, перегляд мультфільмів, танці, спорт, анімацію, книжкові й ігрові клуби;

– *фізіологічним*: розвиток фізичних навичок у різних напрямках, підвищення фізіологічної стійкості до різних видів навантажень, дотримання культури здорового харчування. Використовуємо різні види фізичної активності (танці, спорт, плавання, туризм), прово-

димо спортивні змагання (теніс, шахи, шашки, футбол, волейбол тощо), пропонуємо широкий вибір студій (стретчинг, танці, тренажерний зал, ігри просто неба, басейн, шахи, шашки тощо).

Комплексний підхід у рекреаційному етапі поєднує в собі також індивідуальний підхід до кожної особистості. Мета рекреаційного етапу програми актуалізації та розвитку психологічного потенціалу підлітків реалізується через виконання таких завдань, як:

1) організація процесу відпочинку та відновлення дитини з урахуванням нейрофізіологічних особливостей і психосоціальних потреб;

2) розроблення та застосування форм і методів змістовного дозвілля відповідно до здібностей та інтересів;

3) ефективно впровадження різних видів виховного впливу в рекреаційний етап роботи з тимчасовими дитячими групами;

4) побудова індивідуальної та групової роботи з дітьми на основі рівня розвитку здібностей і спрямуванні мотивів і домагань особистості для сприяння різнобічному розвитку останньої;

5) активізація психологічних потенцій особистості через реалізацію компетентнісного підходу до організації рекреаційно-психокорекційної роботи із застосуванням циклу трансформаційної міжособистісної взаємодії.

Окрім вищезазначених компонентів, велика увага приділяється дотриманню власного підходу до організації спілкування та дозвілля в таборі. Це форма соціально-психологічного супроводу дитини протягом перебування її в рекреаційному закладі, що заснована, з одного боку, на індивідуально-психологічному підході до дитини, а із другого – на суспільних групових цінностях і неперервній взаємодії дитини, дорослого й колективу (рис. 2).

Наставник власним прикладом впливає на особистість кожної дитини у групі: через індивідуальні форми взаємодії з підлітком забезпечується потреба у «значущому

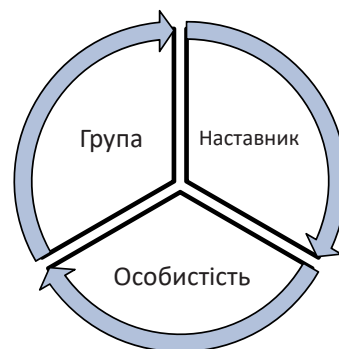


Рис. 2. Цикл трансформаційної взаємодії



дорослому», у ситуаціях успіху та колективних творчих справах підтримка та віра наставника є беззаперечно актуальною. У свою чергу, група впливає на кожного члена групи і на наставника також шляхом досягнення спільних цілей, командних перемог і групової підтримки кожного. І, звичайно, кожна особистість впливає на групу власною поведінкою, судженнями, емоціями та ціннісною позицією.

Методологія та методи. Протягом шести років (2016–2022 рр.) у рамках програми відпочинку «Дитячий табір «Зефір»» реалізується особливий підхід до організації рекреаційно-психокорекційної роботи з дітьми, що базується на гармонійному поєднанні психологічних і педагогічних методів впливу на розвиток особистості дитини. За ці роки в дослідженні взяло участь 2 022 дитини.

Діагностичний інструментарій складається з таких методик:

1. Соціометричного опитування (Дж. Морено) (Злобіна, 2003).

2. Діагностики емоційного інтелекту (Н. Холл).

Тестування проходило на початку роботи з дітьми (на 2-й день приїзду) та в останній день (11 або 12 день) перебування дитини на відпочинку. За результатами першого тестування маємо:

1) за показниками соціометричного тесту: 667 дітей із 2 022 мали низький соціометричний статус (33%); 788 – задовільний і в межах норми (39%), 303 – вище за середній (15%), лише 263 мали високий соціометричний статус (13%);

2) за показниками рівня емоційного інтелекту (інтегративний рівень) маємо: 1 051 опитаний мали низький рівень емоційного інтелекту (52%); 748 – середній рівень (37%), лише 222 опитуваних мали високий рівень емоційного інтелекту (11%).

З одного боку, прийнято вважати, що рекреація – це процес і спосіб відтворення людини у фізичному, розумовому, культурному та духовному аспектах. З іншого – рекреація також пов'язана з актуалізацією та реалізацією психологічного потенціалу, сутнісних сил особистості, а саме – із прагненням індивіда відтворити себе до рівня ідеального, цілісного «образу Я». Він складається з таких компонентів:

1) раціонально-пізнавального (власний досвід, теоретичні уявлення);

2) емоційно-сенсорного (емоційне реагування на прояви особистісного Я);

3) сенсорно-перцептивного (адекватне сприйняття сигналів тіла, які формуються на основі «схеми тіла» і доповнюються звуковими, візуальними й іншими сигналами);

4) мотиваційного (потреба бути творчою особистістю, міра відповідальності, готовність

до творчої діяльності на благо особистого духовного, психічного та фізичного здоров'я) (Костюченко, 2019).

Сформованість цих компонентів визначає індивідуальні якості прояву психологічного потенціалу підлітка, які характеризують те, як особистість планує і організовує досягнення мети, ураховує значущі зовнішні та внутрішні умови, оцінює результати та налаштовує свою діяльність на досягнення суб'єктивно прийнятних результатів (Костюченко, 2015). Це забезпечує оптимальний розвиток особистості та розгортання її психологічного потенціалу.

Робота проводилася в тимчасових групах дітей, що відпочивали за програмою «Дитячий табір «Зефір»», згідно з технологією активізації психологічного потенціалу.

Етап перший. Психологічна діагностика. Дослідження психологічних особливостей кожної дитини. Це був другий день перебування дітей у команді. Ми використовували подані вище тести.

Етап другий. Аналітичний. Ми підбирали кожній команді відповідні психологічні вправи і завдання відповідно до віку для розвитку окремих психологічних особливостей. Склали психолого-педагогічні рекомендації щодо роботи індивідуально з кожною дитиною та у груповій взаємодії.

Етап третій. Формувальний. Протягом усього терміну перебування дітей наставники разом із психологом проводили тренінги в командах, індивідуальні консультації з дітьми, вправи на розвиток креативності, згуртованості, підвищення комунікативної та емоційної компетентності, взаємопідтримки – усіх важливих компетентностей дитини.

Етап четвертий. Контрольний. Діагностика психологічних особливостей дитини за допомогою методики, описаної вище. Проводимо в останній день перебування дітей у тимчасовому колективі. Результати дають змогу оцінити якість проведеної роботи.

Етап п'ятий. Аналітично-корекційний. Аналізуємо результати тестів і проведеної роботи. Корегуємо подальшу програму роботи з дітьми.

Важливий етап психодіагностики дає розгорнуту інформацію про потреби, здібності, бажання та можливості опитованого. Результати лягають в основу формування індивідуального підходу до дитини. Потреба в самопізнанні сприяє застосуванню у процесі тестування методик, що дають змогу одержати цікаву інформацію про себе (Абдюкова, 2010: 8). Саме через це підлітки адекватно сприймають навіть нецікаві тести. Через суб'єктивне особистісне сприйняття і сильне бажання знаходити в собі позитивні риси, тести, які пропонують підліткам, повинні



Рис. 3. Технологія активізації психологічного потенціалу підлітка в рамках рекреаційного розвивального середовища

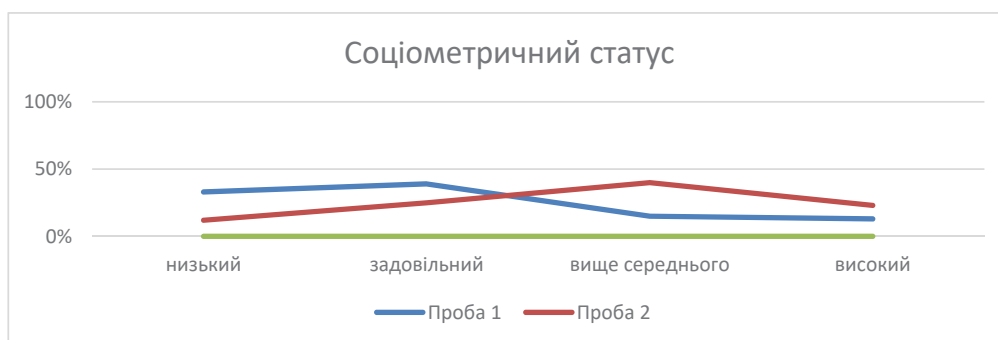
мінімізувати вплив суб'єктивних настанов на результати тестування (Євдокимова, Тарасова, 2020: 11).

Результати та дискусії. Відповідно до вищеописаної програми, проводилася систематична планомірна робота з дітьми щодня. Після реалізації програми маємо суттєві зміни (діаграми 1, 2):

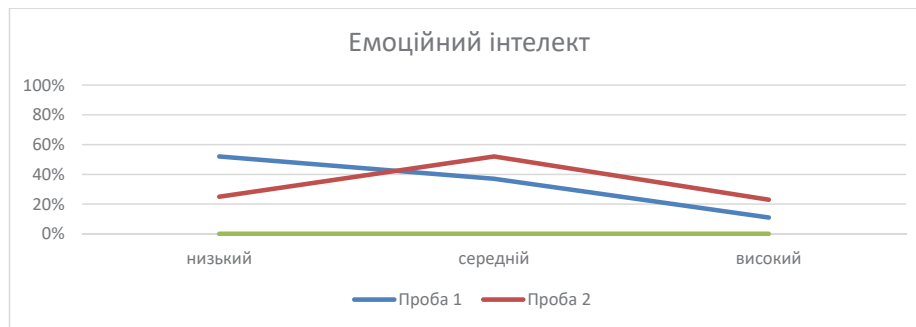
1) за показниками соціометричного тесту: лише 242 дітей мають незадовільний (нижчий норми) соціометричний статус у групі (12%); 506 – задовільний і середній (25%); 809 – вище середнього (40%), 465 – високий соціометричний статус (23%);

2) за показниками рівня емоційного інтелекту (інтегративний рівень) маємо теж позитивні зрушення: лише 505 опитуваних залишилися з низьким рівнем емоційного інтелекту (25%); 1 051 розвинули рівень емоційного інтелекту до середнього (52%), 465 мали високий рівень емоційного інтелекту (23%).

Варто звернути увагу на те, що на обох графіках показники Проби 1 показують значення результатів тестування діагностичного етапу роботи, а показники Проби 2 показують результати тестування контрольного етапу роботи згідно з технологією активізації психологічного потенціалу підлітка. Технологія



Діаграма 1. Діагностика соціометричного статусу



Діаграма 2. Діагностика емоційного інтелекту

активізації психологічного потенціалу підлітка розроблялася на основі даних систематичних досліджень підлітків (описаних вище), відгуків учасників і батьків, удосконалювалася згідно з технологією системного психологічного супроводу підлітків-спортсменів (Євдокимова, Тарасова, 2020).

Концепція ставлення до рекреаційних заходів була розроблена М. Ragheb та J. Beard (1982 р.). На формування готовності або схильності, як вони виявили, впливає ставлення людей до відповідних заходів щодо їхніх когнітивних, афективних і поведінкових компонентів, що ми враховували під час створення програми. Декілька досліджень показали, як задоволення від дозвілля пов'язане з іншими вимірами індивідуального життя, що підкреслює важливість цих асоціацій у розвитку підлітка. За даними S. Kim зі співавторами (Kim et al., 2015), задоволення, отримане від участі в дозвіллі, наявність позитивного ставлення до рекреаційних заходів були пов'язані з підвищенням самооцінки та впливали на соціальний статус, що підтверджується результатами нашого дослідження. Окрім того, є дослідження, зосереджені на перевагах ставлення до дозвілля та задоволення від рекреаційних заходів, що показали позитивні результати в підвищенні рівня благополуччя та загальної задоволеності життям у підлітків (Hartmann, 2002; Wang et al., 2008; Freire, 2013).

За даними K. Shin та S. You (2013 р.), задоволення від дозвілля має довготривалий вплив на психологічне благополуччя та задоволеність життям підлітків. S. Trainor, P. Delfabbro, S. Anderson і A. Winefield (2010 р.) досліджували зв'язок між участю підлітків у дозвіллі та психологічним благополуччям, що вони трактували як підвищення показників самооцінки та задоволеності життям, стану позитивного настрою, відсутність значного рівня депресії, тривоги та стресу. У їхньому дослідженні диспозиційні змінні були кращими показниками благополуччя підлітків, ніж використання вільного часу. Окрім того, типи діяльності, до яких залучаються підлітки,

виявилися важливим питанням у розумінні психологічного благополуччя. Згідно з результатами досліджень, здається очевидним, що рекреаційні заходи, зокрема задоволення від дозвілля, можуть відігравати впливову роль у покращенні позитивного функціонування, вираженого в термінах самооцінки, актуалізації психологічного потенціалу, задоволеності життям і психологічного благополуччя, з очевидним зв'язком між ними.

Висновки. Досвід утілення технології активізації психологічного потенціалу підлітка в рамках рекреаційного розвивального середовища підтвердив результати попередніх досліджень учених у даному напрямі. Зокрема те, що соціально активне дозвілля в підлітковому віці було пов'язане з меншою частотою психічних розладів і зміною соціальної позиції підлітка у групі, підвищенням самооцінки й актуалізації психологічного потенціалу; аналогічно – соціально неактивний вільний час був пов'язаний зі збільшенням частоти психічних розладів, частими пригніченими станами, зниженням самооцінки та зменшенням соціальної активності (Timonen et al., 2021).

Отже, результати поточного дослідження можна інтерпретувати як підкреслення актуальності організації розвивального рекреаційно-дозвілльового простору для підлітків із використанням особистісно орієнтованого підходу та технології розвитку психологічного потенціалу як захисного чинника не тільки від психічних розладів, а й для всебічного розвитку особистості в підлітковому віці, актуалізації психологічного потенціалу її та забезпечення потреби у відновленні, у психосоціальному, культурно-інтелектуальному та нейрофізіологічному аспектах. Це узгоджується з попередніми дослідженнями, які доводять, що участь у громадських рекреаційних заходах із покращенням фізичного здоров'я також має позитивний вплив на психічне здоров'я серед молодих людей, що розглядається як підвищення психологічного благополуччя та покращення соціального здоров'я (Rochelle et al., 2013).

Перспективи подальшого дослідження автор убачає в розробленні фундаментальної комплексної моделі рекреаційно-розвивальної програми для підлітків пропедевтичного змісту для розвитку навичок

актуального й ефективного використання психологічного потенціалу для планування та реалізації життєвих перспектив у даному віці, що вважаємо актуальним у реаліях сьогодення.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Абдюкова Н. Психологічні особливості соціалізації сучасного підлітка : автореф. дис. ... канд. психол. наук : 19.00.05, 2010. Київ : КДОУ. 21 с.
2. Євдокимова Н., Тарасова Н. Особливості мотиваційної сфери спортсменів підлітково-юнацького віку. *Теорія і практика сучасної психології* : збірник наукових праць. 2020. № 1 (2). С. 8–12.
3. Злобіна О. Особистісна складова суспільних змін: соціологічний контекст. *Соціологія: теорія, методи, маркетинг*. 2003. № 3. С. 32–45.
4. Костюченко О. Художня перцепція в системі рекреації. *Актуальні проблеми психології*. 2015. № 12 (21). С. 174–183. URL: http://nbuv.gov.ua/UJRN/appsuh_2015_12_21_19 (дата звернення: 30.01.2025).
5. Костюченко О. Творчий та адаптивний потенціал метафоризації у проектному менеджменті в соціокультурній сфері. *Актуальні проблеми психології* : збірник наукових праць Інституту психології імені Г.С. Костюка Національної академії педагогічних наук України. Київ : Фенікс, 2019. XII (26) : Психологія творчості. С. 139–148.
6. Холл Н. Тест на визначення рівня емоційного інтелекту. URL: <https://hrliga.com/index.php?id=5034&module=news&op=view> (дата звернення: 30.01.2025).
7. Caldwell L.L., Witt P.A. Leisure, recreation, and play from a developmental context. *New directions for youth development*. 2011. № 2011 (130). P.13–27. <https://doi.org/10.1002/yd.394>.
8. Freire T. Leisure experience and positive identity development in adolescents. *Positive Leisure Science: From Subjective Experience to Social Contexts* / T. Freire (Eds.) Dordrecht : Springer, 2013. P. 61–79. DOI: 10.1007/978-94-007-5058-6_4.
9. Freire T., Teixeira A. The influence of leisure attitudes and leisure satisfaction on adolescents' positive functioning: The role of emotion regulation. *Frontiers in Psychology*. 2018. № 9. Article 1349. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2018.01349>.
10. Freire T., Tavares D., Silva E., Teixeira A. Flow, leisure, and positive youth development. *Flow experience: Empirical research and applications* / L. Harmat, F.Ø. Andersen, F. Ullén, J. Wright, G. Sadlo (Eds.). Springer International Publishing / Springer Nature, 2016. P. 163–178. https://doi.org/10.1007/978-3-319-28634-1_11.
11. Hartmann H. Ego-psychology and the problem of adaptation. New York : International Universities Press, 2002. URL: <https://archive.org/details/egopsychologypr00hart/page/n5/mode/2up> (дата звернення: 30.01.2025).
12. Hofer J., Busch H., Kärtner J. Self-regulation and Well-being: The Influence of Identity and Motives. *European Journal of Personality*. 2011. № 25. P. 211–224. <https://doi.org/10.1002/per.789>.
13. Kim S., Sung J., Park J., Dittmore S.W. The relationship among leisure attitude, satisfaction, and psychological wellbeing for college students. *Journal of Physical Education and Sport*. 2015. № 15 (1). P. 70–76. DOI: 10.7752/jpes.2015.01012.
14. Kononchuk A., Svatenkova T., Svatenkova T., Kononchuk D., Waltz M. Youth health management sphere. *Wiadomości lekarskie*. Warsaw, Poland, 1960. LXXIV (1). Wydawnictwo Aluna Z.M. Przesmyckiego, 29, 05–510, Konstancin-Jeziorna, Poland, 2021. P. 2743–2749. URL: <https://www.scopus.com/authid/detail.uri?authorId=57430348100> (дата звернення: 30.01.2025).
15. Lee Y.H., Ryff C.D., Essex M.J., Schutte P.S. My children and me: Midlife evaluations of grown children and of self. *Psychology and Aging*. 1994. № 9 (2). P.195–205. <https://doi.org/10.1037/0882-7974.9.2.195>.
16. Ragheb M.G., Beard J.G. Measuring leisure attitude. *Journal of Leisure Research*. 1982. № 14 (2). P. 155–167. DOI: 10.1080/00222216.1982.11969512.
17. Rochelle M., Young J., Harvey J., Charity M., Payne W. A systematic review of the psychological and social benefits of participation in sport for children and adolescents: informing development of a conceptual model of health through sport. *International Journal of Behavioral Nutrition & Physical Activity*. 2013. № 10. P. 98–118. <https://doi.org/10.1186/1479-5868-10-98>.
18. Shin K., You S. Leisure type, leisure satisfaction and adolescents' psychological wellbeing. *Journal of Pacific Rim Psychology*. 2013. № 7 (2). P. 53–62. <https://doi.org/10.1017/prp.2013.6>.
19. Svatenkova T., Svatenkova O. Emotional potential in the children's team. *Wiadomości Lekarskie*. № 74 (11 p. I). Konstancin-Jeziorna, Poland : Wydawnictwo Aluna Z.M. Przesmyckiego, 2021. P. 2738–2742. URL: <https://www.scopus.com/authid/detail.uri?authorId=57430348100> (дата звернення: 30.01.2025).
20. Timonen J., Niemelä M., Hakko H., Alakokkare A., Räsänen S. Associations between adolescents' social leisure activities and the onset of mental disorders in young adulthood. *Journal of Youth and Adolescence*. 2021. № 50 (9). P. 1757–1765. <https://doi.org/10.1007/s10964-021-01462-8>.
21. Trainor S., Delfabbro P., Anderson S., Winefield A. Leisure activities and adolescent psychological well-being. *Journal of adolescence*. 2010. № 33 (1). P.173–186. <https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2009.03.013>.
22. Wang E., Chen L., Lin J., Wang M.C. The relationship between leisure satisfaction and life satisfaction of adolescents concerning online games. *Adolescence*. 2008. № 43. P. 177–184. URL: <https://www.researchgate.net/publi>



cation/5405551_The_relationship_between_leisure_satisfaction_and_life_satisfaction_of_adolescents_concerning_online_games (дата звернення: 30.01.2025).

REFERENCES:

1. Abdyukova, N.V. (2010). Psykholohichni osoblyvosti sotsializatsiyi suchasnoho pidlitka: avtoref. dys. na здобuttya nauk. stupenya kand. psykhol. nauk: spets. [Psychological features of socialization of a modern teenager: author's abstract of dissertation for the degree of candidate of psychological sciences: special] 19.00.05, K. KDOU, 21. [in Ukrainian].
2. Caldwell, L.L., & Witt, P.A. (2011). Leisure, recreation, and play from a developmental context. *New directions for youth development*, 2011 (130), 13–27. <https://doi.org/10.1002/yd.394>.
3. Freire, T. (2013). Leisure experience and positive identity development in adolescents. *Positive Leisure Science: From Subjective Experience to Social Contexts*, Freire T. (Eds.) (Dordrecht: Springer), 61–79. DOI: 10.1007/978-94-007-5058-6_4.
4. Freire, T., & Teixeira, A. (2018). The influence of leisure attitudes and leisure satisfaction on adolescents' positive functioning: The role of emotion regulation. *Frontiers in Psychology*, 9, Article 1349. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2018.01349>.
5. Freire, T., Tavares, D., Silva, E., & Teixeira, A. (2016). Flow, leisure, and positive youth development. In L. Harmat, F. Ø. Andersen, F. Ullén, J. Wright, & G. Sadlo (Eds.), *Flow experience: Empirical research and applications*. Springer International Publishing/Springer Nature, 163–178. https://doi.org/10.1007/978-3-319-28634-1_11.
6. Hartmann, H. (2002). Ego-psychology and the problem of adaptation. New York: International Universities Press. URL: <https://archive.org/details/egopsychologypr00hart/page/n5/mode/2up>.
7. Hofer, J., Busch, H., & Kärtner, J. (2011). Self-regulation and Well-being: The Influence of Identity and Motives. *European Journal of Personality*, 25, 211–224. <https://doi.org/10.1002/per.789>.
8. Khol, N. Test na vyznachennya rivnya emotsiynoho intelektu. [Test for determining the level of emotional intelligence]. URL: <https://hrliga.com/index.php?id=5034&module=news&op=view> [in Ukrainian].
9. Kim, S., Sung, J., Park, J., & Dittmore, S.W. (2015). The relationship among leisure attitude, satisfaction, and psychological wellbeing for college students. *Journal of Physical Education and Sport*. 15 (1), 70–76. DOI: 10.7752/jpes.2015.01012.
10. Kononchuk, A., Svatenkov, O., Svatenkova, T., Kononchuk, D., & Waltz, M. (2021). Youth health management sphere, *Wiadomosci lekarskie* (Warsaw, Poland: 1960), LXXIV (1), Wydawnictwo Aluna Z.M. Przesmyckiego, 29, 05–510, Konstancin-Jeziorna, Poland., pp. 2743–2749. URL: <https://www.scopus.com/authid/detail.uri?authorId=57430348100>.
11. Kostyuchenko, O.V. (2015). Khudozhnya pertseptsiya v systemi rekreatsiyi [Artistic perception in the recreation system]. *Aktual'ni problemy psykholohiyi – Current problems of psychology*, 12 (21). 174–183. URL: http://nbuv.gov.ua/UJRN/appsubh_2015_12_21_19 [in Ukrainian].
12. Kostyuchenko, O.V. (2019). Tvorchy ta adaptyvnyy potencial metaforyzatsiyi u proektnomu menedzhmenti v sotsiokul'turniy sferi [Creative and adaptive potential of metaphorization in project management in the socio-cultural sphere]. *Aktual'ni problemy psykholohiyi. Zbirnyk naukovykh prats' Instytutu psykholohiyi imeni H.S. Kostyuka NAPN Ukrayiny – Current problems of psychology. Collection of scientific works of the Institute of Psychology named after G.S. Kostyuk of the National Academy of Sciences of Ukraine*. Kyiv: Feniks, KHII (26). Psykholohiya tvorchosti. 139–148 [in Ukrainian].
13. Lee, Y.H., Ryff, C.D., Essex, M.J., & Schmutte, P.S. (1994). My children and me: Midlife evaluations of grown children and of self. *Psychology and Aging*, 9 (2), 195–205. <https://doi.org/10.1037/0882-7974.9.2.195>.
14. Ragheb, M.G., & Beard, J.G. (1982). Measuring leisure attitude. *Journal of Leisure Research*. 14 (2), 155–167. DOI: 10.1080/00222216.1982.11969512.
15. Rochelle, M., Young, J., Harvey, J., Charity, M., & Payne, W. (2013). A systematic review of the psychological and social benefits of participation in sport for children and adolescents: informing development of a conceptual model of health through sport. *International Journal of Behavioral Nutrition & Physical Activity*, 10, 98–118. <https://doi.org/10.1186/1479-5868-10-98>.
16. Shin, K., You, S. (2013). Leisure type, leisure satisfaction and adolescents' psychological wellbeing. *Journal of Pacific Rim Psychology*, 7 (2), 53–62. <https://doi.org/10.1017/prp.2013.6>.
17. Svatenkova, T., & Svatenkov, O. (2021). Emotional potential in the children's team. *Wiadomosci Lekarskie*, № 74 (11 p. I), Wydawnictwo Aluna Z.M. Przesmyckiego, Konstancin-Jeziorna, Poland, pp. 2738–2742. URL: <https://www.scopus.com/authid/detail.uri?authorId=57430348100>.
18. Timonen, J., Niemelä, M., Hakko, H., Alakokkare, A., & Räsänen, S. (2021). Associations between adolescents' social leisure activities and the onset of mental disorders in young adulthood. *Journal of Youth and Adolescence*, 50 (9), 1757–1765. <https://doi.org/10.1007/s10964-021-01462-8>.
19. Trainor, S., Delfabbro, P., Anderson, S., & Winefield, A. (2010). Leisure activities and adolescent psychological well-being. *Journal of adolescence*, 33 (1), 173–186. <https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2009.03.013>.
20. Wang, E., Chen, L., Lin J., & Wang, M. C. (2008). The relationship between leisure satisfaction and life satisfaction of adolescents concerning online games. *Adolescence*, 43 177–184. URL: https://www.researchgate.net/publication/5405551_The_relationship_between_leisure_satisfaction_and_life_satisfaction_of_adolescents_concerning_online_games.



21. Yevdokymova, N.O., & Tarasova, N.V. (2020). Osoblyvosti motyvatsiynoyi sfery sportsmeniv pidlitkovo-yunats'koho viku [Peculiarities of the motivational sphere of adolescent and young adult athletes.] *Teoriya i praktyka suchasnoyi psykholohiyi: zbirnyk naukovykh prats'* – *Theory and practice of modern psychology: collection of scientific papers*, 1 (2), 8–12 [in Ukrainian].

22. Zlobina, O. (2003). Osobystisna skladova suspil'nykh zmin: sotsiolohichnyy kontekst [The personal component of social changes: sociological context]. *Sotsiolohiya: teoriya, metody, marketynh* – *Sociology: theory, methods, marketing*, 3, 32–45 [in Ukrainian].

Стаття надійшла до редакції 31.01.2025
The article was received 31 January 2025