

## **Вплив йоги, арт терапії і малювання мандалі на психологічний стан жінок 30 - 60 років під час стресу або вимушеної еміграції**

**Бех, І. Д.** Особистість у віковому онтогенезі [Текст] / І. Д. Бех // Педагогіка і психологія. Вісник НАПН України : Науково-теоретичний та інформаційний вісник НАПН України. - 2019. - **№ 1**. - С. 36-43

**Громов, В. Е.** Интегральная **йога** Шри Ауробиндо Гхоша. Философия откровения и духовная практика // Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М.П. Драгоманова. Серія 7, Релігієзнавство. Культурологія. Філософія : сборник / М-во освіти і науки України, НПУ ім. М.П. Драгоманова. - Київ : НПУ, 2007. - **Вип. 13 (26)**. - С. 102-111.

**Данилова, Т. В.** Східна мандала як засіб реінтеграції особистості / Т. В. Данилова // Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова. Серія 7 : Релігієзнавство. Культурологія. Філософія : сборник научных трудов / М-во освіти і науки України, Нац. пед. ун-т ім. М.П. Драгоманова. - К. : Вид-во НПУ ім. М. П. Драгоманова, 2011. - Вип. 26 (39). - С. 33-39.

**Деркач, Оксана.** Мандала: прадавнє мистецтво і сучасний метод гармонізації психоемоційного стану [Текст] : використання методики малювання в колі у роботі з учнями початкової школи / О. Деркач // Учитель початкової школи : Науково-методичний журнал. - 2018. - **№ 6**. - С. 26-29.

**Калитка, С.** Вплив динамічних вправ на фізичну підготовленість жінок 18 - 35 років // Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова. Серія 15: Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт) : Збірник наукових праць / М-во освіти і науки України, Нац. пед. ун-т ім. М.П. Драгоманова. - К. : Вид-во НПУ ім. М. П. Драгоманова, 2013. - **Вип. 7 (33), Т. 1** : (А-М). - С. 322-328.

**Колісник, О. П.** Медитація як спосіб активації потенціалу та як шлях духовного саморозвитку особистості // Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова. Серія 12, Психологічні науки : сборник / М-во освіти і науки України, Нац. пед. ун-т ім. М. П. Драгоманова. - К. : Вид-во НПУ ім. М. П. Драгоманова, 2010. - **Вип. 30( 54)** : Матеріали Міжнародної науково-практичної конференції "Успішність особистості : потенціал та обмеження" (Київ, 18 - 19 березня 2010 року). - С. 83-91.

**Кононенко, С. А.** Світогляд як психологічний стан людини [Текст] / С. А. Кононенко // Вісник Чернігівського національного педагогічного університету. Серія: Психологічні науки : збірник / Чернігівський нац. пед. ун-т ім. Т. Г. Шевченка. - Чернігів, 2011. - **Вип. 94, Т. 1**. - С. 197-200.

**Кузьменко, Вікторія Юріївна.** Застосування засобів і методів флай-йоги для підтримки і відновлення фізичного стану організму людини // Освіта і здоров'я підростаючого покоління : матеріали VII Міжнародного симпозіуму : [збірник наукових праць] / Міністерство освіти і науки України, Український державний університет імені Михайла Драгоманова, Факультет фізичного виховання, спорту і здоров'я. - Київ : Алатон, 2025. - **Вип. 7, Ч. 1**. - С. 166-168. [Повний текст у Репозитарії](#)

**Латенко, С. Б.** Оздоровча аеробіка як засіб корекції функціонального стану вегетативної нервової системи у жінок середнього // Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова : збірник наукових праць / М-во освіти і науки України, Нац. пед. ун-т ім. М.П. Драгоманова. - Київ : Вид-во НПУ ім. М. П. Драгоманова, 2016. - Серія 15 : Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт), Вип. 3К 1 (70) 16. - С. 71-74. [Повний текст у Репозитарії](#)

**Лозниця В.С..** Стресовий стан та його перебіг [Текст] / Лозниця В.С. // Лозниця В.С. Психологія і педагогіка| основні положення. - К.,1999. - С.106-107.

**Мазикін, М.** Медитація як психотерапевтичний інструмент [Текст : Електронний ресурс] / М. Мазикін. - Електронні текстові дані // Проблеми сучасної психології = Problems of Modern Psychology : збірник наукових праць / Кам'янець-Подільський національний університет імені Івана Огієнка, Інститут психології імені Г. С. Костюка НАПН України. - Кам'янець-Подільський : Аксіома, 2020. - **Вип. 47.** - С. 141-158. [Повний текст](#)

**Мозгова, Г.** Психосоматика: психологія і практика [Текст] / Г. Мозгова, Т. Андрущенко // Вісник інституту розвитку дитини. Серія: Філософія. Педагогіка. Психологія : Збірник наукових праць / Нац. пед. ун-т ім. М.П. Драгоманова. - К. : Вид-во НПУ ім. М. П. Драгоманова, 2012. - **Вип. 25.** - С. 148-155.

**Мотрук, Т. О.** Практика майндфулнес у психотерапевтичній практиці [Текст : Електронний ресурс] / Т. О. Мотрук. - Електронні текстові дані // Слобожанський науковий вісник : [науковий журнал] / Сумський державний педагогічний університет імені А. С. Макаренка (Суми) : Гельветика, 2023. - **Серія** : Психологія, **Вип. 2.** - С. 30-34. [Повний текст](#),

**Нечай, Світлана.** Музика зміцнює здоров'я [Текст] / С. Нечай // Дошкільне виховання. - 2010. - **№ 6.** - С. 13-17.

**П'ятанчук, Ю. С.** Психологічні особливості емоційно- стресових станів особистості // Вісник Чернігівського державного педагогічного університету. Серія : Психологічні науки : сборник / Чернігівський держ. пед. ун-т ім. Т. Г. Шевченка. - Чернігів, 2007. - **Вип. 49** .: - С. 112-115.

**Розіна, І. В.** Психологічні чинники схильності до нудьги у людей зрілого віку// Габітус = Habitus : науковий журнал з соціології та психології / Причорноморський науково-дослідний інститут економіки та інновацій. - Одеса, 2021. - **Вип. 30.** - С. 160-168.

**Розов, В. І.** Медитація [Текст] / В. І. Розов // Адаптивні антистресові психотехнології : Навчальний посібник для студ. вищ. навч. закладів / В.І. Розов. - Київ : Кондор, 2005. - С. 102-109.

**Сергієнко, І. І.** Особливості переживання самотності особами зрілого віку [Текст] / І. І. Сергієнко, Т. В. Кубриченко // Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова : збірник наукових праць / М-во освіти і науки України, Нац. пед. ун-т ім. М. П. Драгоманова. - К. : Вид-во НПУ ім. М. П. Драгоманова, 2016. - **Серія 12** : Психологічні науки, **Вип. 3 (48).** - С. 136-146. [Див. ПОВНИЙ ТЕКСТ у Репозитарії](#)

**Скумін В..** Культура здоров'я - наука майбутнього [Текст] : (Агні **Йога**) / Скумін В. // Березіль. - 1995.- **№7-8.** - **С.148-163.**

**Соколова, О. О.** Розуміння свідомості людини в класичній йозі (за "йога-сутрами" Патанджалі) та в ісіхазмі (паламітського синтезу) [Текст] / О. О. Соколова // Мультиверсум : Філософський альманах : [збірник наукових праць] / Ін-т філософії ім. Г.С. Сковороди НАН України. - К. : Український Центр духовної культури, 2005. - **Вип. 50.** - С. 124-133.

**Степура, Є. В.** Медитація та її вплив на особистість [Електронний ресурс] / Є. В. Степура. - Електронні текстові дані // Габітус = Habitus : науковий журнал з соціології та психології / Причорноморський науково-дослідний інститут економіки та інновацій. - Одеса, 2021. - **Вип. 32.** - С. 120-124. [Повний текст](#)

**Фролова, Тетяна.** Оздоровчі системи на службі здоров'я [Текст] : матеріали до годин спілкування для учнів 7-9-х класів / Т. Фролова // Шкільний світ. - 2018. - **№22.** - С. 16-22.

**Ходан, Віталій.** Трансценденція свідомості в психотерапії [Текст] / В. Ходан // Гуманітарний вісник Державного вищого навчального закладу "Переяслав-Хмельницький державний педагогічний університет імені Григорія Сковороди". Педагогіка. Психологія. Філософія : Збірник наукових праць / М-во освіти і науки, молоді та спорту України, Переяслав-Хмельн. держ. пед. ун-т ім. Г. Сковороди. - Переяслав-Хмельницький, 2012. - **Вип. 25.** - С. 487-492

