

# ДУХОВНО-ЦЕННОСТНАЯ ОРИЕНТАЦИЯ КАК ОСНОВА ПРАКТИЧЕСКОЙ ПСИХОЛОГИИ

**Гадецкий Олег Георгиевич**

кандидат философских наук, ректор, преподаватель,  
Институт ценностно-ориентированной психологии,  
Москва  
era108@gmail.com

## SPIRITUAL-VALUE ORIENTATION AS THE BASIS OF PRACTICAL PSYCHOLOGY

**O. Gadetsky**

*Summary:* This article examines the evolution of practical psychology, highlighting the transition from a technological and utilitarian approach to an integral model based on the spiritual and axiological orientation of the individual. Historical and conceptual analysis shows that psychology, which had long been dominated by reductionist and mechanistic paradigms, gradually integrated humanistic, existential and spiritual dimensions necessary for a comprehensive understanding of man.

Furthermore, the article highlights the limitations of some methodologies based on humanistic and transpersonal approaches, which are often insufficiently scientifically grounded, which necessitates the development of a new paradigm capable of integrating scientific rigor and the spiritual dimension. This new orientation proposes a synthesis between methodological rationalism and contemporary issues related to social, cultural and ethical questions. The aim is to develop conceptual and practical tools that facilitate the construction of harmonious models of behavior based on spiritual ethics and a holistic vision of the individual.

*Keywords:* practical psychology, spiritual orientation, axiological values, integral approach, humanism, scientific paradigm, meaning of life, rationalism, interdisciplinarity, personal development, value-oriented psychology.

*Аннотация:* В данной статье исследуется эволюция практической психологии, выделяется переход от технологического и утилитарного подхода к интегральной модели, основанной на духовной и аксиологической направленности личности. Исторический и концептуальный анализ показывает, что психология, в которой долгое время доминировали редукционистские и механистические парадигмы, постепенно интегрировала гуманистические, экзистенциальные и духовные измерения, необходимые для всестороннего понимания человека.

Кроме того, в статье подчеркиваются ограничения, с которыми сталкиваются некоторые методологии, основанные на гуманистических, экзистенциальных и трансперсональных подходах, которые часто недостаточно научно обоснованы, что обуславливает необходимость разработки новой парадигмы, способной интегрировать научную строгость и духовное измерение. Эта новая ориентация предлагает синтез между методологическим рационализмом и современными проблемами, связанными с социальными, культурными и этическими вопросами. Цель состоит в том, чтобы разработать концептуальные и практические инструменты, способствующие построению гармоничных моделей поведения, основанных на духовной этике и целостном видении личности.

*Ключевые слова:* практическая психология, духовная направленность, аксиологические ценности, интегральный подход, гуманизм, научная парадигма, смысл жизни, рационализм, междисциплинарность, личностное развитие, ценностно-ориентированная психология.

## Введение

**П**рактическая психология, как прикладная научная дисциплина, в настоящее время переживает переломный этап перестройки своих методологических и ценностных основ. В психологии, в которой долгое время доминировала технологическая и утилитарная перспектива, сосредоточенная на эффективности вмешательств и решении конкретных проблем, в настоящее время недостаточно инструментария для того, чтобы постичь внутреннюю сложность человеческой природы, особенно ее духовные и этические аспекты.

История развития современной психологии демонстрирует устойчивый тренд перехода к гуманистической парадигме, однако этот процесс сопровождается определенными ограничениями. Несмотря на новаторство методов, используемых представителями гуманистического, экзистенциального и трансперсонального направлений, многие из них пока не получили доста-

точного эмпирического подтверждения, что затрудняет их широкое внедрение в практическое применение — будь то клиническое консультирование или социальная работа. Этот факт подтверждает острую потребность в формировании новой интегративной парадигмы, которая смогла бы сочетать научно обоснованную методологию с ценностно-насыщенным содержанием, адекватно реагируя на актуальные запросы общества.

Таким образом, в данной статье предлагается рассмотреть условия и перспективы обновленной практической психологии, основанной на духовном и ценностном фундаменте, направленной на выход за рамки технологического утилитаризма и принятие интегрального подхода. Эта трансформация подразумевает новое сочленение методологической рациональности, общечеловеческих ценностей, этических обязательств и духовной направленности на службе гармоничного развития индивида в его социальной и культурной среде.

Предлагаемая рефлексия является частью междисциплинарной динамики, объединяющей вклад философии, психологии, социологии и других дисциплин с целью создания прочной и последовательной концептуальной основы, одновременно строгой и доступной, способной питать практическую психологию завтрашнего дня.

### Материалы и методы исследования

Методология настоящего исследования построена на систематическом обзоре литературы, посвящённой развитию новых подходов в психологии, интегрирующих духовные и аксиологические элементы. Основной фокус сделан на работах, раскрывающих связь между духовными убеждениями, ценностными ориентациями и физиологией мозга, такими как исследования, опубликованные А. Лутцем и другими авторами [7, с. 47–48]. Основными методами были:

1. Анализ вторичных источников: изучение работ таких исследователей, таких как А. Лутц и другие, М. Ардельт и С. Грюнвальд, выявляющих влияние духовных аспектов на функционирование мозга и психику человека.
2. Интерпретация результатов экспериментальных исследований: было проанализировано большое количество публикаций, показывающих связь между ментальными установками и деятельностью определенных зон мозга, таких как префронтальная кора и лимбическая система.
3. Обзор мнений экспертов: сбор экспертных оценок относительно необходимости переоценки роли духовных и ценностных аспектов в психологической практике, учитывая их недооцененность в традиционной науке.
4. Критика существующих подходов: обоснование недостаточности традиционно принятых техник и технологий в психологии, неспособных объяснить всю глубину человеческой природы, особенно в отношении её духовных и экзистенциальных измерений.

Помимо указанных аналитических инструментов, важным методом стало проведение сравнительного анализа исторических этапов развития психологии, начиная с XX века и заканчивая началом XXI столетия. Было выявлено значительное смещение акцентов в пользу технической и утилитарной ориентации, оставляющее нерешённым вопрос о том, как правильно учесть духовные потребности человека.

Использование данных методов позволило обосновать необходимость нового этапа в развитии психологии, выводящей на первый план вопросы духовности и аксиологии, создавая предпосылки для качественного преобразования всей сферы профессиональной деятельности психологов и педагогов.

### Результаты и обсуждения

Последние данные нейробиологии, в том числе работы А. Лутца и других, демонстрируют прямую корреляцию между состоянием внутренней когерентности (целостности), эмоциональной стабильностью, чуткостью, добротой и активацией таких областей мозга, как префронтальная кора и лимбическая система [7, с. 47–48]. Эти результаты подтверждают гипотезу о том, что духовная и ценностная ориентация является не только психологическим конструктом, но и имеет биологическое измерение, которое имеет важное значение для поддержания эмоционального благополучия и устойчивого личностного развития.

Кроме того, исследования метакогнитивных процессов, проводимые, в частности, М. Ардельт и С. Грюнвальд, позволяют утверждать, что осознание собственных ценностей усиливают способности к саморефлексии, целостности, ответственности и трансцендентности: «целостные личности не цепляются за жизнь, а понимают и принимают, что каждая жизнь — это всего лишь последовательность в бесконечном потоке поколений. Вместо того, чтобы заботиться только о себе, такое понимание ведёт к выходу за рамки индивидуального самощущения и заботе о благополучии будущих поколений» [12, с. 5]. Эта внутренняя динамика, когда она полностью осознаётся, способствует формированию устойчивой личности, способной конструктивно встречать кризисы и находить глубокий смысл даже в самых сложных экзистенциальных ситуациях.

Таким образом, включение духовной и ценностной парадигмы в структуру современной психологической науки знаменует собой значительный концептуальный прорыв. Это позволяет преодолеть узость исключительно эмпирико-аналитической перспективы, расширяя понимание человеческой природы путем учета как биолого-психологических механизмов, так и высших жизненных смыслов и целей. Такая переориентация инициирует новые направления исследования в прикладной психологии, предоставляя возможности для углубленного изучения процессов личностного роста и достижения духовного благополучия.

В настоящее время наблюдается растущий интерес к исследованию духовных феноменов в рамках различных психологических школ и подходов. К ним относятся такие направления, как трансперсональная психология, использующая техники дыхательных практик, экзистенциальный анализ, системные расстановки, регрессивная терапия и прочие. Хотя современная психология пока лишь частично обращает внимание на проблемы духовного опыта, очевидность движения в направлении признания и осмысления этой сферы является бесспорной.

Переориентация психологии на ценностный и духовный подход представляет собой неотложный ответ на тупики технологической современности. Интегрируя поиск смысла, этическое сознание и древнюю мудрость в современную психологическую практику, становится возможным выйти за рамки редуктивного утилитаризма. Задача не только терапевтическая, но и антропологическая: речь идет о переосмыслении того, что значит быть человеком в мире, переживающем кризис, и о примирении науки с глубочайшими устремлениями человеческого духа.

Современность, отмеченная индустриализацией, трансформацией привычек питания и образа жизни, привела к значительному ухудшению здоровья населения. В то же время на политическом фронте усиливается геополитическая напряженность, территориальные споры, подъем национализма и милитаризация. Постепенно все больше оформляется глобальная экологическая катастрофа. Подобные кризисы заставляют человека искать новые модели взаимоотношений с реальностью. Существенной частью этих поисков является представление человека о самом себе.

Современные научные достижения, особенно в квантовой физике, системном подходе и феноменологии, подчеркивают необходимость переосмысления традиционных представлений о человеке и его психике, тем самым формируя философскую основу для новой парадигмы, основанной на целостном понимании человека и его духовного потенциала.

В этом контексте интегрированная теория информации (ИТ), предложенная Джулио Тонони в 2008 году и рассматриваемая Л. Альбантакис, предлагает инновационный взгляд на сознание [2, с. 1]. В отличие от редукционистских подходов, которые рассматривают сознание как простую совокупность нейронных функций, ИТ утверждает, что сознание возникает как неотъемлемое свойство сложных систем, способных генерировать единый и нередуцируемый опыт. Эта теория представляет собой значительный разрыв с традиционными парадигмами нейробиологии, подчеркивая холистическую и интегрированную природу сознательных состояний.

ИТ базируется на пяти фундаментальных аксиомах, определяющих основные характеристики сознательного опыта:

- Внутреннее существование - сознание существует фундаментальным образом, независимо от какого-либо внешнего наблюдения.

- Состав - сознание структурировано, состоит из отдельных, но взаимосвязанных компонентов, образующих единое целое.

- Информация - каждый сознательный опыт информативен, отличая текущее состояние от широкого спектра возможных альтернатив.

- Интеграция - сознательный опыт един и неделим и не может быть сведен к простой сумме независимых частей.

- Исключение - сознание специфично, оно включает в себя определенный набор компонентов без избыточности, тем самым гарантируя, что состояние сознания максимально информативно, сводя к минимуму совпадение с другими потенциальными переживаниями.

Эти аксиомы служат концептуальной основой для разработки количественной меры сознания, известной как  $\Phi$  (Phi), которая оценивает степень информации, заложенной в систему. В отличие от упрощенных интерпретаций обработки информации,  $\Phi$  представляет не только количество информации, но и степень, в которой эта информация интегрирована в единое целое. Высокий  $\Phi$  указывает на высокий уровень интеграции, предполагая сложное и единое состояние сознания. Вычисление  $\Phi$  включает в себя многоступенчатый вычислительный процесс, включающий декомпозицию системы, отображение причинно-следственных репертуаров, вычисление интегрированной информации и максимизацию  $\Phi$  для определения доминирующего состояния сознания.

Эволюция современных научных парадигм, особенно в области квантовой физики, нейробиологии и психологии, подчеркивает растущее сближение между западными и восточными точками зрения. На это обстоятельство еще в конце прошлого века обратил внимание известный исследователь Томас Кун [1]. Эта конвергенция подчеркивает важность духовной и ценностной ориентации в практической психологии, отхода от технологического утилитаризма к целостному пониманию человеческого сознания.

Как отмечает В. Лоботка, «наше модернистское мировоззрение зародилось около 500 лет назад в умах пионеров современной цивилизации — Коперника, Кеплера и Галилея. Оно принесло много позитива в виде беспрецедентного увеличения индивидуальных свобод и столь же беспрецедентного количественного увеличения знаний и возможностей во всех эмпирически ориентированных областях человеческого опыта. Но этот эпохальный сдвиг вперед также принес ряд проблемных аспектов. В чисто механически ориентированной космологической структуре, которая лишена какой-либо основы для духовных, моральных и эстетических ценностей, человечество легко становится жертвой чисто утилитарного рассуждения, которое сводит фундаментальные человеческие мотивы к базовому эгоизму. В разочарованном мире, лишенном субъективности и внутреннего

измерения, все дозволено, и ничто не мешает даже величайшим жемчужинам нашего культурного и природного наследия превратиться в средства патологического потребления» [6, с. 101].

Еще одну интересную эвристическую модель сознания разработали Роджер Пенроуз и Стюарт Хамроффом. Их модель «Организованной объективной редукции», коротко «Orch OR» (Orchestrated Objective Reduction) вводит идею о том, что квантовые процессы в нейронных микротрубочках могут быть связаны с фундаментальной структурой Вселенной [9, с. 1-17]. Эта модель предполагает, что сознание возникает в результате объективной редукции квантовых суперпозиций в микротрубочках, управляемых специфическими биологическими структурами. Эта точка зрения создает научную основу для признания духовного опыта как неотъемлемой части объективной реальности, а не просто как субъективного опыта.

Голономная теория мозга, разработанная Карлом Прибрамом и проанализированная в работе Ш. Джойи, опирается на принципы голографии и утверждает, что информация в мозге хранится распределенным образом, подобно интерференционным паттернам в голограмме. Такой подход позволяет объяснять явления, выходящие за рамки классического понимания сознания, включая интуицию, прозрение и духовные откровения. [10].

Интеграция этих теорий в практическую психологию способствует переоценке традиционных подходов, подчеркивая единство и нередуцируемость сознательных переживаний. Фокусируя внимание на данном аспекте, практическая психология способна освободиться от технологически ориентированного подхода, открывая путь к глубокому и целостному восприятию природы человека и особенностей его сознания.

Голономная теория функционирования мозга, предложенная Карлом Прибрамом, представляет собой принципиально новое направление в изучении сознания. Согласно ей, мозг действует аналогично голографическому принципу, при котором каждая отдельная зона хранит полную картину целого. Данная концепция кардинально меняет представление о памяти, восприятии и сознании, подчеркивая значимость интегрированной и рассредоточенной обработки информации.

Для клинической психологии такая холистическая позиция означает отказ от классических моделей локализации отдельных когнитивных функций в определенных участках мозга. Напротив, она выдвигает идею, согласно которой психические процессы формируются посредством сложных распределённых взаимодействий между различными областями мозга. Подобный подход

гармонично согласуется с духовно-аксиологической направленностью современных научных представлений о человеческом разуме.

Достижения в области нейровизуализации обеспечили некоторую эмпирическую поддержку голономных принципов. Исследования М. Ганзетти и Д. Мантини с использованием функциональной магнитно-резонансной томографии (фМРТ) продемонстрировали синхронизированную колебательную активность в разрозненных областях мозга, предполагая форму глобальной интеграции, подобную голографической обработке [13]. Эти результаты согласуются с идеей о том, что когнитивные функции не являются строго локализованными, а скорее распределены и динамически интегрированы.

Кроме того, исследования нейронной когерентности показывают, что синхронизация гамма-волн коррелирует с интегративными когнитивными задачами, поддерживая идею о том, что колебательная динамика мозга способствует целостной обработке информации. Эти результаты перекликаются с мнением Прибрама о том, что работа мозга основана на волнах, а не зависит исключительно от нейронных цепей.

Голономная теория также предлагает убедительное объяснение ассоциативной памяти, где воспоминание фрагмента может реконструировать целое воспоминание. В голографии каждый кусочек голограммы содержит информацию обо всем изображении, хотя и в уменьшенном разрешении. Точно так же частичные сенсорные сигналы в мозге могут инициировать полное восстановление памяти, поскольку распределенное кодирование позволяет завершать шаблоны даже в случае фрагментированных данных.

Этот феномен особенно очевиден в исследованиях семантической памяти, где частичные сигналы вызывают сложные ассоциативные цепочки. Распределенная природа хранения памяти, предложенная теорией Прибрама, объясняет замечательную способность мозга реконструировать когерентные переживания на основе минимальных входных данных.

Несмотря на свою инновационную перспективу, голономная теория подвергается критике за отсутствие прямого эмпирического подтверждения. Критики отмечают, что несмотря на привлекательность и наглядность концептуальной метафоры, используемой Прибрамом, непосредственное доказательство действительных голографических процессов в работе мозга представляется весьма трудной задачей. Более того, ряд нейробиологов подчёркивает, что аналогия с преобразованием Фурье, на которую опирается Прибрама, будучи теоретически изящной, всё же остаётся недостаточно подкрепленной биологическими экспериментальными данными.



ми.

Однако голономная теория Карла Прибрама обеспечивает радикально иной угол зрения на природу сознания, постулируя концепцию глобального распределения и интеграции информации внутри мозга. Такой холистический подход хорошо сочетается с тенденциями современной практической психологии, сосредоточившейся на духовно-ценностных основаниях, предполагающих рассмотрение человека как единой целостности, преодолевающей ограничения технократических и утилитаристских установок. Для полноценной верификации данной концепции необходимы дальнейшие научные изыскания, однако сама идея создает широкие перспективы для углубленного постижения многогранности человеческого сознания.

Несмотря на свою инновационную природу, голономная теория подвергается критике, особенно из-за ее интерпретативной гибкости, что затрудняет ее фальсификацию или эмпирическую валидацию. В отличие от более редукционистских моделей с проверяемыми гипотезами, голономный подход часто работает на концептуальном уровне, что усложняет его практическое применение.

Тем не менее, эта теория продолжает вдохновлять исследования в таких областях, как квантовое сознание и теория сложных систем. Внимание Прибрама к глобальной интеграции и распределенной обработке перекликается с новыми концепциями связи мозга и динамической координации, особенно в понимании сложных мыслительных процессов и сознания.

В современном контексте развития гуманитарных и социальных наук практическая психология находится на важном концептуальном перекрестке. В течение долгого времени она находилась под влиянием технологических и утилитарных подходов, направленных прежде всего на поведенческую эффективность, социальную адаптивность и решение насущных проблем индивида. Однако все больше ученых настаивают на необходимости переориентации психологии на духовные и аксиологические основы, ставя фундаментальные человеческие ценности в центр мыслительной активности и практической деятельности человека. Эта смена парадигмы представляет собой ответ на растущую дегуманизацию современной социокультурной среды.

По мнению Н.В. Бибиковой, О.А. Зотовой и В.Ф. Синькевича, духовно-ценностная направленность является одним из самых важных показателей уровня акмеологической культуры личности, т.е. ее способности достигать пика личностного развития, интегрируя эмоциональное, интеллектуальное, нравственное и экзистенциальное измерения [3, с. 410-413]. Практическая психология, как

прикладная дисциплина, должна учитывать эту направленность, потому что она позволяет выйти за рамки чисто инструментального видения человека.

Технократическое мышление, которое до сих пор господствует в некоторых психологических течениях, стремится свести индивида к системе модульных функций и процессов. Она пренебрегает экзистенциальной глубиной человеческого существа, его стремлением к смыслу, трансцендентности и внутренней истине. А.Н. Юрьев подчеркивает в этой связи, что развитие духовно-нравственной культуры у студентов не может быть сведено к ряду адаптационных навыков: это глубокий процесс, предполагающий трансформацию сознания, формирование твердых убеждений личности и согласование действий и ценностей [6, с. 134-136].

Именно в этом контексте возникает необходимость аксиологического поворота в практической психологии. В исследовании Э.М. Иззетовой эта идея исследуется именно в контексте философского дискурса: научное знание должно интегрировать духовное, когнитивное и аксиологическое измерения, чтобы оставаться человеческим и значимым [11, с. 362]. Это видение находит отражение в исследованиях в области гуманистической и экзистенциальной психологии, а также в образовательных подходах, направленных на формирование духовно-нравственной личности.

Образ человека будущего, описанный И.В. Владдеиновой, усиливает эту ориентацию. Человек будущего будет не просто высокопроизводительным существом, а человеком с высокой совестью, способным действовать в согласии с ценностями достоинства, ответственности, солидарности и внутреннего развития [4, с. 122-133]. Поэтому крайне важно, чтобы практическая психология переосмыслила духовные и аксиологические измерения, которые долгое время отодвигались на задний план.

Это подразумевает и пересмотр образовательных и психологических методик, особенно в детском возрасте. О.С. Пермовская предлагает методический подход к формированию у младших школьников будущих личностных качеств, в частности связанных с семьей, любовью и ответственностью [5, с. 155-159]. Эти качества, хотя их трудно измерить с помощью технических критериев, тем не менее, необходимы для формирования полноценного человеческого существа, способного налаживать глубокие и стабильные отношения с другими.

## Выводы

Переход от технологического утилитаризма к холистическому подходу требует пересмотра психологических практик. Речь идет не просто о добавлении слоя морализаторства или духовности к существующим мето-

дам, а о глубоком переосмыслении самой цели психологического вмешательства. Последнее больше не может довольствоваться «ремонт» индивидуумов, оно должно сопровождать их на пути к жизни полной смысла.

Рассматривая историю психологии в XX – начале XXI вв., мы наблюдаем преобладание классического механистического мышления, стремящегося управлять как природой психики, так и внешним миром. Этот подход проявляется в различных течениях, таких как психоанализ Зигмунда Фрейда, транзактный анализ Эрика Берна, гештальт-терапия Фредерика Перлза, НЛП, современные тренинговые программы успеха, ориентированные на власть над обстоятельствами, и другие. Эти методы традиционной психологии зачастую склонны рассматривать закономерности психической жизни вне связи с духовными и нравственными ценностями.

Между тем возникновение таких направлений, как логотерапия, экзистенциальный анализ, трансперсональная психология, интегративная психология и экопсихология, свидетельствует о востребованности возвращения духовного компонента в исследование человеческой психики. Данные подходы исходят из предположения, что личность не исчерпывается её рационально-когнитивными характеристиками, а включает

также элементы духовного и этического порядка, проявляющиеся спонтанно и нередко выходящие за пределы непосредственно наблюдаемой действительности. Следовательно, полноценная теория личности должна включать в себя признание значимости этих факторов, а не игнорировать их.

Современные исследования сознания и работы мозга подтверждают целесообразность преодоления одностороннего редукционистского подхода к изучению человека, направленного преимущественно на получение практических результатов. К ним относятся интегрированная теория информации (ИТ) Джулио Тонони, модель «Организованной объективной редукции», разработанная Роджер Пенроуз и Стюарт Хамероффом, голономная теория мозга Карла Прибрама.

Современная психология переживает глубокий парадигматический кризис, усугубляемый господством технократических и утилитарных моделей, сводящих человека к простому нейронному механизму или единице производства. Перед лицом этой редукции возникает духовная и ценностная ориентация как основа интегративной практической психологии, направленной на примирение науки с экзистенциальным измерением человека.

#### ЛИТЕРАТУРА

1. Кун Т. Структура научных революций / Томас Кун. — Москва: АСТ, 2015. — С. 341.
2. Албантакис Л. Интегрированная теория сознания // *Beyond neural correlates of consciousness*. — Routledge, 2020. — С. 1.
3. Бибикина Н.В., Зотова, О.А., Синкевич, В. Ф. Духовно-ценностная ориентация как показатель уровня акмеологической культуры личности // *Актуальные проблемы современного образования: опыт и инновации*. — 2012. — С. 410–413.
4. Владденова И.В. Образ человека будущего: Социально-философские исследования // *Future Human Image*. — № 2. — 2012. — С. 112–133.
5. Иззетова Э.М. Когнитивно-аксиологические аспекты научного знания в контексте философского дискурса // *Oriental Renaissance: Innovative, Educational, Natural and Social Sciences*. — Vol. 4, No. 3. — 2024. — С. 362.
6. Лоботка В. Пасторство мира и кризис нашего времени // *Culturologica Slovača*. — С. 101–113.
7. Люце А., др. Медитация и нейронаука сознания // *Cambridge handbook of consciousness*. — 2007. — С. 47–48.
8. Пермовская О.С. Методологические подходы формирования личностных качеств будущего семьянина у младших школьников // *Теоретические и прикладные аспекты современной науки*. — № 5–6. — 2014. — С. 155–159.
9. Пенроуз Р., Хамерофф С. Сознательность во Вселенной: Нейрофизиология, квантовая геометрия пространства-времени и теория Орч-Ор // *Journal of Cosmology*. — Vol. 14. — 2011. — С. 1–33.
10. Джой С.Р. Настройка разума в частотной области: Голономическая теория Карла Прибрама и имплицитный порядок Дэвида Бома // *Cosmos & History: The Journal of Natural and Social Philosophy*. — Vol. 13, No. 2. — 2017. — С. 166–184.
11. Юрьев А.Н. Психологические аспекты развития духовно-нравственной культуры личности в учебно-профессиональной деятельности студентов // *От истоков к современности*. — 2015. — С. 134–136.
12. Ардельт М., Грунвальд С. Важность самоосознания и рефлексии для человеческого развития в трудные времена // *Research in Human Development*. — Vol. 15, No. 3–4. — 2018. — С. 187–199. — URL: <http://www.tandfonline.com/action/showCitFormats?doi=10.1080/15427609.2018.1489098> (дата обращения: 5 июля 2025 г.).
13. Ганцетти М., Мантини Д. Функциональная связь и осцилляторная активность мозга в состоянии покоя // *Neuroscience*. — Vol. 240. — 2013. — С. 297–309. — URL: [https://www.ibroneuroscience.org/article/S0306-4522\(13\)00166-8/abstract](https://www.ibroneuroscience.org/article/S0306-4522(13)00166-8/abstract) (дата обращения: 15 июля 2025 г.).