

УДК 159.942

DOI <https://doi.org/10.32782/2311-8458/2023-2-10>**Лялюк Юрій Русланович,**

аспірант 2 року навчання ОНП «Психологія та менеджмент організації»,

Львівський державний університет внутрішніх справ,

вулиця Городоцька, 26, Львів, 79000, Україна

ORCID: <https://orcid.org/0009-0003-4805-8797>

ОСНОВНІ КОМПОНЕНТИ СТРУКТУРИ ЕМОЦІЙНОЇ СТІЙКОСТІ ОСОБИСТОСТІ

Анотація. Стаття присвячена вивченню складових структури емоційної стійкості, яка є однією з надзвичайно важливих характеристик особистості, зокрема ефективності професійної діяльності. Володіти ЕС у процесі професійної діяльності означає в умовах постійних змінюваних умов діяльності швидко знаходити рішення в складних ситуаціях і зберегти при цьому витримку та самоконтроль. ЕС в умовах напруженої діяльності опосередковується цілісним процесом саморегуляції за умов єдності когнітивних та фізіологічних проявів. Тому важливим є дослідження основних компонентів ЕС як інтегральної властивості особистості. ЕС виступає важливим інтрапсихічним гарантом та відіграє важливу роль для підтримки психологічного здоров'я особистості як цілісної системи та здатності психіки зберігати високофункціональну активність в умовах епізодичного або систематичного впливу негативних факторів. Зазначено, що в психології дослідники розглядають емоційну стійкість особистості поряд із моральною, вольовою та нервово-психічною стійкістю. Здійснено теоретичний аналіз основних наукових підходів до структури ЕС особистості та її основних компонентів. Важливим є підхід, який ґрунтується на тому, що ЕС розглядають як складне психічне утворення, яке є результатом інтегрування визначених психічних процесів і явищ. Учені виходять із принципу взаємодії емоцій, волі, інтелекту та фізіологічної організації в їхньому відношенні до діяльності.

Більшість дослідників розуміє під ЕС інтегративну багатокомпонентну якість особистості, що характеризується певною взаємодією емоційних, вольових, інтелектуальних та мотиваційних складових психічної діяльності індивіда, що забезпечують найбільш оптимально успішне досягнення цілі діяльності в складному емотивному середовищі. Розглянуто особливості емоційного, вольового, мотиваційного та інтелектуального компонентів і їх складових елементів у структурі ЕС. Кожен із них пов'язаний із властивостями нервової системи та проявляється в способах емоційного реагування на навколишнє середовище й особливості поведінки.

Наголошено, що емоційний, мотиваційний, інтелектуальний та вольовий компоненти ЕС взаємопов'язані та сукупно утворюють цілісну структуру. Підсистема структури, що включає емоційний компонент, є найсуттєвішою для розвитку ЕС, оскільки емоції впливають на всі її елементи, пронизують усі складові структури.

Ключові слова: емоційна стійкість, мотивація, емоції, вольові зусилля, інтелект, професійна діяльність.

Lialiuik Yurii. Main components of the structure of personal emotional resistance

Abstract. The article is devoted to the study of the components of the structure of emotional stability, which is one of the extremely important characteristics of a person, in particular, the effectiveness of professional activity. Possessing EC in the process of professional activity means to quickly find solutions in difficult situations and maintain endurance and self-control in the conditions of constantly changing conditions of activity. ES in conditions of intense activity is mediated by a holistic process of self-regulation under conditions of unity of cognitive and physiological manifestations. Therefore, it is important to study the main components of EC as an integral property of the individual.

ES acts as an important intrapsychic guarantor and plays an important role in maintaining the psychological health of the individual as a whole system and the ability of the psyche to maintain high functional activity in conditions of episodic or systematic exposure to negative factors. It is noted that in psychology, researchers consider the emotional stability of an individual along with moral, volitional and neuropsychological stability. A theoretical analysis of the main scientific approaches to the EC structure of the individual and its main components was carried out. An approach that is based on the fact that ES is considered as a complex mental formation, which is the result of the integration of certain mental processes and phenomena, is important. Scientists proceed from the principle of interaction of emotions, will, intellect and physiological organization in their relation to activity.

Most researchers understand EC as an integrative multi-component quality of personality, characterized by a certain interaction of emotional, volitional, intellectual and motivational components of an individual's mental

activity, which ensure the most optimal successful achievement of the goal of activity in a complex emotional environment. The peculiarities of the emotional, volitional, motivational and intellectual components and their constituent elements in the EC structure are considered. Each of them is related to the properties of the nervous system, and is manifested in ways of emotional response to the environment and behavioral characteristics.

It is emphasized that the emotional, motivational, intellectual and volitional components of EC are interrelated and collectively form a whole structure. The subsystem of the structure, which includes the emotional component, is the most essential for the development of EC, since emotions affect all its elements, permeate all the components of the structure.

Key words: emotional stability, motivation, emotions, willpower, intelligence, professional activity.

Постановка проблеми. В умовах воєнної дійсності в Україні поняття «емоційна стійкість» набуває вирішального значення в індивідуальній і суспільній свідомості населення нашої країни. Поняття емоційної стійкості (далі ЕС) є однією з надзвичайно важливих характеристик особистості, особливо її ефективності. ЕС дозволяє зменшити негативні емоційні впливи, напругу, стрес, дозволяє швидко впоратися з ними або взагалі уникнути їх. ЕС дозволяє людині успішно виконувати професійну діяльність у складних та екстремальних умовах та опосередковується цілісним процесом саморегуляції в умовах єдності когнітивних і фізіологічних проявів. Тому вивчення структури ЕС та її компонентів набуває особливого значення.

Стан дослідження. ЕС людини має давні традиції вивчення у вітчизняній та зарубіжній психології, завдяки чому сучасні підходи до розуміння ЕС розглядають її і як властивість особистості, і як особливий психічний стан, що гарантує відповідну поведінку [3; 5; 11; 13].

Складність вивчення ЕС та її основних складових пов'язана з численними підходами до її визначення та парадигмами застосування: у психології поряд із ЕС розглядають морально-вольову та нервово-психічну стійкість особистості. Одним із пріоритетних завдань загальної та практичної психології є системний підхід до вивчення ЕС і, зокрема, пошук її місця в цілісній структурі особистості. ЕС вважається внутрішньою готовністю до бажаних змін і опором небажаним, потужним резервом психологічного, емоційного та фізичного розвитку. ЕС виступає важливим інтрапсихічним гарантом збереження психологічного здоров'я особистості в цілому [5].

Зокрема, В. Франкл розглядав ЕС як певний рівень напруги, який створюється між людиною та об'єктивним змістом, що знаходиться в зовнішньому світі. Описуючи особистість у парадигмі психологічного здоров'я, К. Роджерс запропонував концепцію «нової людини», яку охарактеризував як інтегровану та здорову особистість, у структурі якої разом із прагненням до цілісного життя та самовдосконалення реалізується ЕС [10].

ЕС виступає важливим інтрапсихічним гарантом і відіграє важливу роль у збереженні психологічного здоров'я особистості в цілому та здатності психіки зберігати високу функціональну активність в умовах епізодичного чи систематичного впливу негативних факторів [12].

Дж. Гілфорд і П. Фресс розглядають ЕС через призму емоційної нестійкості, під якою вони розуміють легку збудливість, песимізм, занепокоєння, постійну зміну настрою та індивідуальну чутливість до емоційних ситуацій [10]. У дослідженнях Т. Кириленко, В. Семиченко та ін. ЕС трактується як властивість особистості, яка забезпечує гармонію між усіма компонентами діяльності в емоційній ситуації та, отже, сприяє успішному виконанню цієї діяльності або досягненню мети [9; 13].

Дослідник К. Пилипенко вважає, що володіння ЕС у процесі професійної діяльності означає швидкий пошук рішень у складних ситуаціях і збереження витримки та самовладання в умовах діяльності, що постійно змінюються [12].

Л. Бучек визначає ЕС як властивість особистості, що характеризується саморегуляційними характеристиками. Проявами ЕС, на думку автора, є ступінь сформованості саморегуляції особистості в трьох напрямках: саморе-

гуляція поведінки, саморегуляція психічного здоров'я, саморегуляція діяльності [4].

С. Бочарова під ЕС розуміє важливу індивідуальну властивість, що визначає здатність протистояти стресовим і фруструючим факторам [2]. За її словами, вміння керувати емоціями дозволяє зберігати високу професійну ефективність і адекватну поведінку, незважаючи на емоційний вплив.

Важливим для нашого дослідження є підхід, що розглядає ЕС як складне психічне утворення, яке є результатом інтеграції певних психічних процесів і явищ (І. Аршава, К. Пилипенко та ін.). Учені виходять із принципу взаємодії емоцій, волі, інтелекту та фізіологічної організації в їх взаємозв'язку з діяльністю [1; 12].

Більшість дослідників розглядає ЕС як багатокомпонентну інтегративну якість особистості [1; 9; 11]. Зокрема, І. Аршава звертає увагу на те, що для ЕС характерна певна взаємодія емоційного, вольового, інтелектуального та мотиваційного компонентів психічної діяльності, що забезпечує успішне досягнення мети в складних емоційних ситуаціях [1].

Тобто ЕС є невід'ємною властивістю особистості, у якій однаково представлені емоції, мотивація, воля та інтелект. Розуміння ЕС як комплексної та полісистемної якості дозволяє аналізувати її складові з точки зору системного підходу, що має теоретичне та прикладне значення.

Метою статті є здійснення теоретичного аналізу основних наукових підходів до структури ЕС особистості та її основних компонентів.

Виклад основних положень. Поняття «емоційна стійкість» уперше введено в науковий обіг Г. Айзенком. ЕС учений визначав як стійкість особистості до зовнішніх подразників і збереження спокою [10]. Психолог вважав, що ЕС залежить від типу темпераменту, а тому особливості індивідуального перебігу психічних процесів не залежить від особливостей діяльності особистості [10].

Р. Кеттел для визначення ЕС послуговувався терміном «афективна стійкість», який він визначає як відсутність у людини невротичних симптомів та іпохондричних проявів, а також відчуття спокою та стійкості інтересів [11].

У наведених вище характеристиках ЕС наголошується на здатності контролювати емоційні реакції, що проявляється в терпінні, витримці, наполегливості, самовладанні, які забезпечують стабільність ефективності діяльності.

Вітчизняні дослідники визначають ЕС як результат емоційної саморегуляції діяльності та системну якість особистості, що набувається нею протягом життя та характеризується єдністю емоційних, інтелектуальних і вольових відносин, які вона переживає протягом своєї діяльності [1; 9; 12]. Емоційна стійкість загалом виступає регулятором вибору індивідом способів, форм і стратегій діяльності в цілому.

Визначаючи ЕС як багатокомпонентну властивість особистості, дослідники виділяють у її структурі ряд компонентів, які визначають ступінь її сформованості в особистості: когнітивний; мотиваційний; емоційно-особистісний; практично-діяльнісний [1; 3; 11].

Г. Дзвоник пропонує виділяти ресурси підструктур емоційної стійкості як психофізіологічні (врівноваженість і рухливість нервових процесів), емоційно-вольові (непідпорядкованість перешкодам у встановленні емоційних контактів, несформованість симптомів емоційного виснаження), когнітивно-рефлексивні (низький рівень тривожності, фрустрації, агресивності та ригідності), адаптаційні (нервово-психічна стійкість, розвиток адаптаційного потенціалу особистості) та соціоперцептивні (психологічна проникливість, соціальна інтуїція, гнучкість здатності коригувати образ іншого в процесі спілкування) [3].

Аналіз наукових розвідок дозволяє констатувати, що більшість дослідників вважає основними складовими структури ЕС емоційний, вольовий, мотиваційний та інтелектуальний компоненти. Кожен із них пов'язаний із властивостями нервової системи та проявляється у формах емоційного реагування на навколишнє середовище та особливостях поведінки. Розглянемо детальніше особливості психологічних компонентів та їх можливі складові елементи в структурі ЕС.

Основним компонентом, що входить у систему досліджуваного нами психічного

явища, є емоційний. Відповідно до теорії диференціальних емоцій К. Ізарда [7] емоційні елементи складають систему, оскільки вони взаємопов'язані динамічно та стабільно. Однією з характеристик емоцій як організованої системи є амбівалентність, що виступає первинним структурним елементом у базовій системі емоцій. Тому при вивченні емоційної складової ЕС важливо звертатися до основного класу базових емоцій.

Емоції є досить інформаційними, завдяки їм людина може ефективно організувати свою діяльність. Тому в структурі ЕС варто наголосити на емоційній зрілості особистості, що виражається через її емоційний інтелект, який є складовою соціального інтелекту [8].

Виходячи з різних наукових підходів, представлених у науковій літературі, ми схилиємось до розуміння емоційного інтелекту (EQ) Дж. Мейєра, Д. Ді Паоло та П. Саловея, які розглядають його як певний тип обробки емоційної інформації, що включає точне розпізнавання власних і чужих емоцій, відповідне вираження емоцій та адаптивну регуляцію емоцій для ведення ефективного способу життя [14, с. 773]; а також Д. Гоулмана – «...відчувати, мотивувати, регулювати настрої, контролювати імпульсивні прояви, утримуватися від фрустрації і таким чином досягати успіху в щоденному житті; як ще один спосіб проявити свій інтелект» [6, с. 164].

Основною характеристикою емоційної сфери є рефлексія, яка існує у формі суб'єктивного ставлення до того, що відображається. Емоційне сприйняття визначається настроєм, характером і звичками людини. У сукупності вони визначають ставлення суб'єкта до навколишнього середовища, його інтереси та схильності [9]. У хорошому настрої людина частіше бачить позитив. Пригнічений емоційний стан породжує негативні емоції, приділяючи більше уваги негативу, людина часто перебільшує його значення.

Тому емоційні стани завжди, прямо чи опосередковано, є відображенням середовища. Вони виявляються індикаторами, які вказують на ступінь важливості доквілля для організму людини або її ставлень [10].

Наступним компонентом системи, що належить до змістової структури ЕС, є вольовий. Воля – це «...свідоме регулювання суб'єктом власної поведінки, а також навмисні дії, що супроводжуються зовнішніми та внутрішніми труднощами» [11, с. 74]. Воля людини характеризується відповідними якостями, а саме: рішучістю, силою волі, витримкою та самовладанням у ситуації несподіваних труднощів у досягненні мети [13]. Тривалість вольового процесу визначається якостями особистості (зокрема, її емоційною стійкістю) та об'єктивними умовами реалізації прийнятого рішення. Крім того, для реалізації імпульсу необхідно зробити остаточний вибір (проявити рішучість) [12].

Боротьба мотивів і прийняття рішення є досить складними етапами вольової дії. Під час виконання рішення оновлюється вольове зусилля, що виявляється в рішучості, тобто у впевненості в прийнятому рішенні, і у внутрішньому ставленні до цього виконання, неприйнятті будь-яких труднощів.

Силу волі можна розпізнати за здатністю людини долати перешкоди, вольовими діями, які вона здійснює, а також за отриманим результатом [2]. Демонстрація самовладання, наполегливості, витримки й терпіння людиною в складних для неї ситуаціях свідчить про наявність сильної волі та, навпаки, безвольність. Вольові риси характеру та емоційні переживання людини виступають, як єдине ціле. Слабкі люди часто стають заручниками спонтанних почуттів і настроїв [2, с. 41]. При цьому особливого значення набуває якість самоконтролю. Як основні елементи системи вольових компонентів ми виділяємо силу волі, нормативність і здатність до самоконтролю та рішучості.

Наступним у структурі емоційної стійкості є мотиваційний компонент. Багато дослідників наголошують на емоційно-мотиваційному зв'язку [2; 6; 8], вважаючи емоції людини основною мотиваційною системою. При цьому вчені вважають, що сама ця система залежить від емоцій. Крім того, дослідник Є. Карпенко зазначає, що емоції мають не лише причинну, але й цільову детермінацію [8, с. 67].

Співвідношення емоцій і мотивації проявляється активною участю суб'єктивних переживань у регуляції діяльності. Емоції прийнято вважати суб'єктивною формою існування мотивації [9].

Учені поєднують емоційні переживання з різними полюсами мотивації: досягнення успіху та уникнення невдачі. Тому прийнято вважати, що мотивовані на успіх люди завжди налаштовані позитивно, а досягнення поставленої мети вважається успіхом. Мета тих, хто мотивований уникнути невдач, не полягає в досягненні успіху. Для них головне – уникнути провалу. Люди, мотивовані успіхом, чекають на успіх, навіть їхня когнітивна сфера налаштована на це. У результаті їх ресурси мобілізуються для досягнення мети [11, с. 73].

Мотивація досягнення забезпечує соціалізацію людини в розумінні її цивілізованості, саморегуляцію поведінки. Її змістом є духовний потенціал особистості, який визначає, якими можуть бути основні напрямки соціальної та професійної орієнтації, за допомогою яких стратегій людина намагається оновити свої цінності. Ми вважаємо, що характеристики мотивації визначаються з-поміж іншого й ЕС індивіда, позаяк саме від неї залежать якості мотивації до успіху, мотивації досягнення та ставлення, які вочевидь сприяють успішній діяльності людини.

Інтелектуальна складова структури ЕС представлена тими властивостями інтелектуальної сфери особистості, які відображаються в характеристиках прояву ЕС і водночас можуть визначатися ступенем її розвитку. Ж. Піаже виділив адаптивну функцію інтелекту щодо фізичної задоволеності та соціального комфорту. А головне його пристосування – структурування взаємодії людини й довкілля [13, с. 142].

Емоції є найважливішим фактором регуляції інтелектуальних процесів. Емоційні процеси входять у структуру всіх психічних процесів, відображаючи єдність афективної та когнітивної сторін інтелекту. Різноманітні важливі прояви та впливи емоцій на розвиток різних оцінок, схем і когнітивних атрибутів є найбільш дослідженою областю сучасної психології емоцій.

Вивчаючи особливості співвідношення інтелектуальних і емоційних функцій, дослідники стверджують, що основною причиною негативного впливу на діяльність є процес вивільнення нижчої форми емоційного реагування, який спостерігається в складних ситуаціях, коли розум людини не може негайно запропонувати правильне рішення. Водночас поведінка особистості детермінована раціональністю інтелектуального реагування [13, с. 59].

Вважаємо, що інтелектуальна складова в структурі ЕС переважно пов'язана з особливостями інтелектуальних стратегій у вирішенні професійних завдань, особливостями мислення (абстрагування-конкретизація) та рівнем раціональності людини.

Висновки. Отже, розглянуті нами емоційний, мотиваційний, інтелектуальний, волевий компоненти ЕС взаємопов'язані, сукупно утворюють цілісну структуру. Підсистема структури, що включає емоційний компонент, є, на нашу думку, найсуттєвішою для розвитку ЕС, оскільки емоції впливають на всі її елементи, пронизують усі складові структури.

Подальші наукові дослідження полягають у емпіричному вивченні особливостей структурних компонентів ЕС особистості та з'ясуванні їх ролі в процесі професійної діяльності фахівців ризиконебезпечних професій.

Список використаних джерел:

1. Аршава І.Ф. Аспекти імпліцитної діагностики емоційної стійкості людини : моногр. / І.Ф. Аршава, Е.Л. Носенко. Дніпро : Вид-во ДНУ, 2008. 468 с.
2. Бочарова С.П., Бандурка А.М., Землянская Е.В. Психологія управління : монографія. Харків, 1998. 464 с.
3. Дзвоник Г.П. Роль емоційної стійкості в професійному самоздійсненні фахівця. Актуальні проблеми психології. 2016. Том 5. Вип. 16. С. 24–29.

4. Бучек Л.І. Про дослідження емоційної зрілості студентів вузу. Шляхи вдосконалення професійно-педагогічної підготовки вчителя в умовах перебудови вищої і середньої школи. Ніжин, 1990. Ч. 1. С. 87–88.
5. Данчева Т.Д. Теоретичні засади створення концептуальної моделі життєстійкості особистості як основного показника психологічного здоров'я. Актуальні проблеми психології: Психологія особистості. Психологічна допомога особистості. Київ, 2011. Т. 11. Вип. 4. Ч. 1. С. 225–230.
6. Гоулман Д. Емоційний інтелект / пер. з англ. С.Л. Гумецької. Харків : Віват, 2018. 512 с.
7. Изард К.Е. Психологія емоцій. Харків : Керролл, 1999. 81 с.
8. Карпенко Є. Сучасні вектори дослідження емоційного інтелекту особистості. *Психологія і особистість*. 2019. № 1(15). С. 60–72.
9. Кириленко Т.С. Аналіз емоційного світу особистості: теоретичні положення, прояви та методичні прийоми. *Психологія. Вісник Київського національного університету імені Тараса Шевченка*. Соціологія. Психологія. Педагогіка. 2007. № 27–28. С. 30–32.
10. Носенко Е.Л., Коврига Н.В. Емоційний інтелект: концептуалізація феномену, основні функції : монографія. Київ : Вища школа, 2003. 126 с.
11. Оніпко З.С. Дослідження сформованості рівня емоційної стійкості в студентів технічного ВНЗ. *Габітус*. 2021. Випуск 24. Т. 2. С. 73–77.
12. Пилипенко К.В. Емоційна стійкість як професійно важлива якість майбутнього психолога-практика. *Практична психологія в системі вищої освіти: теорія, результати досліджень, технології : колективна монографія / ред. проф. Н.І. Пов'якель*. Київ : НПУ імені М.П. Драгоманова, 2009. С. 137–147.
13. Семиченко В.А. Психологія емоцій. Київ : Вища школа, 2001. 335 с.
14. Mayer J., Di Paolo M., Salovey P. Perceiving affective content in ambiguous visual stimuli: a component of emotional intelligence. *Journal of Personality Assessment*. 1990. Vol. 54. № 3, 4. P. 772–781.

References:

1. Arshava, I.F. (2008). *Aspekty implitsynoi diahnostryky emotsiinoi stiikosti liudyny: monohr [Aspects of implicit diagnostics of human emotional stability: monogr]* I. F. Arshava, E. L. Nosenko. Dnipro: Vyd-vo DNU, 468 s. [in Ukrainian].
2. Bocharova, S.P., Bandurka, A.M., & Zemlianskaia, E.V. (1998). *Psykhohohyia upravlinnia: monohrafiia [Management psychology: monograph]* Kharkiv, 464 s. [in Ukrainian].
3. Dzvonyk, H.P. (2016). Rol emotsiinoi stiikosti v profesiinomu samozdiisnenni fakhivtsia [The role of emotional stability in the professional self-fulfillment of a specialist]. *Aktualni problemy psykhohohii*, 5(16), 24–29 [in Ukrainian].
4. Buchek, L.I. (1990). *Pro doslidzhennia emotsiinoi zrilosti studentiv vuzu. [About the study of emotional maturity of university students]. Shliakhy vdoskonalennia profesiino-pedahohichnoi pidhotovky vchytelia v umovakh perebudovy vyshchoi i serednoi shkoly*. Ch. 1. Nizhyn, 87–88 [in Ukrainian].
5. Danchieva, T.D. (2011). Teoretychni zasady stvorennia kontseptualnoi modeli zhyttiistiikosti osobystosti yak osnovnogo pokaznyka psykhohohichnoho zdorovia [Theoretical foundations of the creation of a conceptual model of the vitality of the individual as the main indicator of psychological health]. *Aktualni problemy psykhohohii: Psykhohohiia osobystosti. Psykhohohichna dopomoha osobystosti*. Kyiv, 11(4), I, 225–230 [in Ukrainian].
6. Goulman, D. (2018). *Emotsiinyi intelekt [Emotional intelligence]*. Per. z anhl. S.-L. Humetskoi. Kharkiv: Vivat, 512 s. [in Ukrainian].
7. Izard, K.E. (1999). *Psykhohohiia emotsii [Psychology of emotions]*. Kharkiv: Kerroll, 81 s. [in Ukrainian].
8. Karpenko, Ye. (2019). Suchasni vektory doslidzhennia emotsiinoho intelektu osobystosti [Modern research vectors of the emotional intelligence of the individual]. *Psykhohohiia i osobystist*, 1(15), 60–72 [in Ukrainian].
9. Kyrylenko, T.S. (2007). Analiz emotsiinoho svitu osobystosti: teoretychni polozhennia, proiavy ta metodychni pryioomy [Analysis of the emotional world of the individual: theoretical positions, manifestations and methodical techniques]. *Psykhohohiia. Visnyk Kyivskoho natsionalnoho universytetu imeni Tarasa Shevchenka. Sotsiologhiia. Psykhohohiia. Pedahohika*, 27–28, 30–32 [in Ukrainian].
10. Nosenko, E.L. & Kovryha, N.V. (2003). *Emotsiinyi intelekt: kontseptualizatsiia fenomenu, osnovni funksii: monohrafiia [Emotional intelligence: conceptualization of the phenomenon, main functions: monograph]*. Kyiv: Vyshcha shkola, 126 s. [in Ukrainian].

11. Onipko, Z.S. (2021). Doslidzhennia sformovanosti rivnia emotsiinoi stiikosti v studentiv tekhnichnoho VNZ [Research on the formation of the level of emotional stability in students of a technical university]. *Habitus*, 24(2), 73–77 [in Ukrainian].

12. Pylypenko, K.V. (2009). Emotsiina stiikist yak profesiino vazhlyva yakist maibutnoho psykhologo-haktyka [Emotional stability as a professionally important quality of the future practicing psychologist]. *Praktychna psykhologhiia v systemi vyshchoi osvity: teoriia, rezultaty doslidzhen, tekhnolohii: kolektyvna monohrafiia* / red. prof. N.I. Pov'iakel. Kyiv: NPU imeni M.P. Drahomanova, 137–147 [in Ukrainian].

13. Semychenko, V.A. (2001). *Psykhologhiia emotsii [Psychology of emotions]*. Kyiv: Vyshcha shkola, 335 s. [in Ukrainian].

14. Mayer, J., D. Di Paolo, M., & Salovey, P. (1990). Perceiving affective content in ambiguous visual stimuli: a component of emotional intelligence [Perceiving affective content in ambiguous visual stimuli: a component of emotional intelligence]. *Journal of Personality Assessment*, 54(3, 4), 772–781.