

Гаврилькевич В., Фірстова О. Емоційні стани особистості: теоретичне дослідження феномену // Психологічні травелоги: науковий журнал. 2023. № 2. С. 41-50. DOI: <https://doi.org/10.31891/PT-2023-2-15>. URL: <https://pt.khmnu.edu.ua/index.php/pt/article/view/84>

УДК 159.942.5

**В'ячеслав ГАВРИЛЬКЕВИЧ**

Хмельницький національний університет

ORCID ID: [0000-0001-9473-7844](https://orcid.org/0000-0001-9473-7844)

E-mail: [gavrilkevich@gmail.com](mailto:gavrilkevich@gmail.com)

**Олена ФІРСТОВА**

Хмельницький національний університет

ORCID ID: [0000-0002-8712-7551](https://orcid.org/0000-0002-8712-7551)

E-mail: [leka201550@gmail.com](mailto:leka201550@gmail.com)

## **ЕМОЦІЙНІ СТАНИ ОСОБИСТОСТІ: ТЕОРЕТИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ФЕНОМЕНУ**

*Стаття присвячена проблемі психологічного пізнання емоційних станів особистості. Представлено визначення поняття «емоційний стан особистості», розмежовано зміст понять «емоція» і «емоційний стан». Розглянуто різновиди емоційних станів за модальністю провідної емоції, за їхнім впливом на активність особистості, а також інші різновиди емоційних станів. Виокремлено два аспекти проявів емоційних станів, такі як: зовнішній і внутрішній. Окреслено механізми виникнення емоційних станів.*

**Ключові слова:** стан, емоційний стан, емоції, види емоційних станів, прояви емоційних станів, механізми виникнення емоційних станів.

**Viacheslav HAVRYLKEVYCH, Olena FIRSTOVA**

Khmelnytskyi National University

**EMOTIONAL STATES OF THE PERSONALITY:  
THEORETICAL STUDY OF THE PHENOMENON**

*The article is devoted to the problem of psychological cognition of emotional states of the personality. The purpose of the article is a theoretical study of the phenomenon of emotional states of the personality and clarification of the mechanisms of their occurrence, varieties and manifestations. A review of published psychological works was carried out and such methods of theoretical research as analysis, synthesis, comparison, and generalization were used. The definition of the concept of "emotional state of the individual" is presented, the meaning of the concepts "emotion" and "emotional state" are distinguished. Varieties of emotional states are considered according to the modality of the leading emotion, according to their influence on personality activity, as well as separate types of emotional states, such as: mood, affect, passion, frustration, emotional stress. Two aspects of the manifestations of emotional states are distinguished, such as: external (external manifestations that both the individual himself and other people can evaluate in accordance with certain requirements) and internal (internal manifestations that only the individual himself perceives with his consciousness through his feelings and describes his emotional condition, like your mood). External manifestations of emotional states include behavioral and somatic reactions. It is noted that all emotional states are closely related to the needs of the personality. The emotional state of a person depends on the nature and intensity of the actual need, as well as on the assessment of the possibility of its satisfaction. The emergence of emotional states is a complex psychophysiological*

*process that includes both psychical components (need-motivational, intellectual and sensual) and physiological (such as: neural, endocrine, sensory and motor).*

*Key words: state, emotional state, emotions, types of emotional states, manifestations of emotional states, mechanisms of emergence of emotional states.*

### **Постановка проблеми у загальному вигляді**

#### **та її зв'язок із важливими науковими чи практичними завданнями**

Протягом останніх місяців дуже багато людей в Україні і світі зазнають сильних емоційних потрясінь, зумовлених війною в Україні, збройними конфліктами і стихійними лихами в інших країнах. Різні люди по-різному реагують на зазначені зовнішні події і перебувають у різних емоційних станах під час і після цих подій. За певних емоційних станів люди потребують сторонньої психологічної допомоги. Щоб ефективно надавати психологічну допомогу треба вміти розпізнавати різні емоційні стани за їхніми проявами, добре розуміти механізми їхнього виникнення. Зокрема, це питання нас цікавить у контексті нашого дослідження «Особливості емоційних станів жінок-переселенок за кордоном».

### **Аналіз досліджень та публікацій**

Емоціям і емоційним станам присвячено багато психологічних праць [див., наприклад: 3; 5; 8; 15; 16 та ін.]. Особливості емоційних станів особистості є предметом досліджень багатьох науковців і за останні 14 років. Зокрема, А. Ференець (2009) здійснила психологічний аналіз динаміки емоційних станів жінок в стресових ситуаціях [17]; К. Гавриловська і І. Роїк (2015) зробили порівняльний аналіз емоційних станів молодих матерів із різним соціальним статусом [6]; О. Петрунько і К. Верлан (2017) дослідили емоційні стани жінок під час вагітності як чинник впливу на здоров'я майбутньої дитини [13]; а

Ю. Александров (2019) розглянув теоретичні аспекти особливостей емоційних станів жінок юнацького віку [1]; Б. Онісковець (2021) дослідила психологічні особливості емоційних станів жінок літнього віку, хворих на ішемічну хворобу серця [12]; О. Літвінова емпірично дослідила особливості емоційного стану жінки під час вагітності [10]; також С. Белякова і І. Злотнікова (2022) дослідили особливості емоційних переживань жінок середнього дорослого віку [2].

Ознайомившись із науковими публікаціями, ми знайшли досить різноманітні погляди на феномен емоційних станів. Щоб сформуванати своє уявлення про цей феномен, ми вирішили здійснити власне теоретичне дослідження.

### **Формулювання цілей статті**

**Мета статті** – теоретичне дослідження феномену емоційних станів особистості та з'ясування їхніх різновидів, проявів і механізмів виникнення.

Для досягнення обраної мети ми здійснили огляд опублікованих психологічних праць і використали такі методи теоретичного дослідження, як аналіз, синтез, порівняння, узагальнення.

### **Виклад основного матеріалу**

Слово «стан» у сучасній українській мові має дуже багато значень. Ось лиш деякі з них: 1) обставини, умови, в яких хто-небудь, що-небудь перебуває, існує; ситуація, зумовлена певними обставинами, умовами; сукупність ознак, рис, що характеризують предмет, явище в даний момент відповідно до певних вимог щодо якості, ступеня готовності і т. ін.; місце, роль у суспільстві, в соціальному чи професійному середовищі; становище (соціальний стан); фізичне самопочуття або настрої; 2) сукупність величин, що характеризують фізичні ознаки тіла; характер розташування, взаємодія і рух часток речовини; 3) сукупність суспільно-

політичних відносин, аспектів суспільного життя; 4) режим, розпорядок державного, суспільного життя, що його встановлює влада [4, с. 1383]. До контексту поняття «емоційний стан особистості» найбільше пасують значення слова «стан» із першого пункту. Прикметник «емоційний» у цьому понятті вказує на те, що стан стосується емоцій особистості. Тобто, *емоційний стан особистості* – це внутрішня емоційна ситуація, зумовлена певними обставинами, умовами; сукупність емоційних ознак, рис, що характеризують особистість у даний момент відповідно до певних вимог щодо якості, ступеня готовності і т. ін.; емоційне самопочуття або настрої особистості. Це визначення відображає формальну характеристику емоційного стану, а саме те, що кожен емоційний стан проявляється у двох аспектах, таких як: зовнішній (зовнішні прояви, які і сама особистість і інші люди можуть оцінити відповідно до певних вимог) і внутрішній (внутрішні прояви, які сприймає лише сама особистість своєю свідомістю через свої почуття і описує свій емоційний стан, як свій настрої).

Щоб з'ясувати сутнісну характеристику емоційного стану, ми звернулись до етимології слова «стан». Це слово походить від праслав'янського *stanъ*, що пов'язане з дієсловом *stati* «стати» [7, с. 394-395]. За своєю суттю слово «стан» означає стояння, зупинку. Відповідно поняття «емоційний стан особистості» означає сукупність емоційних проявів, які є сталими і не зазнають видимих змін під час спостереження за ними. Саме на цю суть психічних станів вказують С. Д. Максименко і співавтори: «Станом називають певну внутрішню характеристику психіки людини, яка являє собою відносно незмінну в часі складову психічного процесу» [11, с. 234]. Водночас далі автори зауважують, що дане розуміння є доволі беззмістовним і, в усякому разі, показує, що часовий параметр мало що дає в розумінні психології стану.

На нашу думку, поняття «стан» у контексті дослідження психічних, і зокрема емоційних, явищ є досить умовним розумовим конструктом, оскільки всі

психічні явища, як і інші природні процеси, перебувають у постійному русі і змінюються з плином часу. Як у фізичному тілі живих організмів відбувається постійних рух енергії і речовин, так само і в душі живої людини постійно відбувається рух різноманітних психічних явищ – думок, емоцій, відчуттів, почуттів тощо. Цю важливу, на наш погляд, обставину зауважує С. Д. Максименко: «Ми визначили особистість як форму існування психіки людини. Виникає необхідність звернути увагу на те, що це існування протікає в різних станах, які постійно змінюються, перетікають один в одного і, в цілому, визначають і змістовні особливості життя людини» [11, с. 233]. Зважаючи на таку плинність різноманітних психічних явищ, і станів зокрема, ми вважаємо, що поняття «стан» може бути використане лише для умовного позначення ситуативного сприйняття нами того, що є на момент нашого спостереження у внутрішньому світі і зовнішніх проявах об'єкту нашого спостереження. Тобто виникнення і існування в душі людини певної емоції можна називати емоційним станом за назвою емоції, що виникла. Якщо ця емоція згасає або замінюється іншою, то відповідно відбувається і зміна емоційного стану.

Емоційні стани за своєю природою належать до більш широкої групи психічних станів. Як зазначають С. Д. Максименко і співавтори, серйозне, предметне і систематичне дослідження психічних станів особистості розпочалося після виходу у світ в 1964 році праці М. Д. Левітова «Про психічні стани людини». Саме з того часу в психології закріпилось уявлення про те, що психічні явища існують не у двох модифікаціях (процеси і властивості), а у трьох (процеси, стани і властивості) [11, с. 234]. За визначенням М. Д. Левітова, психічні стани – «...це цілісна характеристика психічної діяльності за певний період часу, яка показує своєрідність протікання психічних процесів в залежності від предметів і явищ дійсності, що відображаються, попереднього стану і психічних властивостей особистості» [цит. за: 11, с. 234]. Тож, якщо ми розглядаємо емоційні стани

особистості, то маємо взяти до уваги, що це цілісна характеристика емоційної діяльності за певний період часу, яка показує своєрідність протікання психічних процесів у залежності від предметів і явищ дійсності, що відображаються, попереднього стану і психічних властивостей особистості. Але, оскільки емоції тісно пов'язані з іншими психічними і соматичними процесами, то емоційні стани так чи інакше впливають на всю психічну і соматичну сфери, надаючи самопочуттю і діяльності людини того чи іншого емоційного забарвлення. В емоційних станах провідним є емоційний параметр. Із праці С. Д. Максименка і співавторів ми дізналися, що саме на цю особливість вказує Л. В. Куліков, поділяючи психічні стани на емоційні, активаційні, тонічні та інші, у відповідності до того, який саме параметр є провідним. Подальший поділ емоційних станів Л. В. Куліков здійснює за модальністю відповідної емоції [11, с. 235].

Якщо в основу поділу емоційних станів на різновиди покласти модальність емоцій, то відповідно скільки є емоцій, стільки є і емоційних станів. Поява тієї чи іншої емоції та виникнення відповідного їй емоційного стану повністю збігаються в часі. Виникає видимість, що емоція і емоційний стан – це одне й те саме. У нашому розумінні, поняття «емоція» і «емоційний стан» не є тотожними. Емоція існує в межах емоційної сфери і сприймається особистістю через внутрішні відчуття як певний душевний рух, який сигналізує про вірогідність задоволення актуальної потреби. Емоційний стан особистості охоплює не тільки емоцію, а й усі інші прояви, що під впливом тієї чи іншої емоції виникають у інших сферах особистості (пізнавальній, поведінковій, соматичній). Іншими словами, емоція – це психічне явище, яке існує в межах емоційної сфери особистості, а емоційний стан особистості – це психосоматичне явище, яке охоплює всю особистість як цілісну систему.

Одним із найбільш відомих емоційних станів є настрій. Крім настрою як різновиди емоційних станів у психологічній літературі згадуються афекти, пристрасті, фрустрація і емоційний стрес.

Проаналізувавши подані у психологічних словниках [14; 18] визначення понять «емоція» і «почуття», з якими тісно пов'язане поняття «емоційний стан особистості», а також визначення понять «настрій», «афект», «пристрасть», «фрустрація» і «емоційний стрес», ми побачили, що всі ці явища тісно пов'язані з потребами особистості.

З одного боку, емоційний стан особистості залежить від характеру та інтенсивності актуальної потреби, а з іншого – від оцінки можливості її задоволення. Чим сильнішою і важливішою для особистості є потреба, тим більш вираженим і яскравим є емоційний стан за своїми проявами. Якщо потреба задовольняється, або збільшується вірогідність її задоволення, то виникають позитивні емоційні стани, а у протилежному випадку – негативні.

За будь-яких емоцій крім суб'єктивних душевних відчуттів і почуттів виникають зміни в діяльності вегетативної нервової системи та мозкових систем, де переробляється різноманітна інформація із внутрішнього і зовнішнього середовища, змінюється функціональний стан усіх інших систем організму: ендокринної, дихальної, серцево-судинної тощо.

Емоційний стан може супроводжуватись посиленням або зниженням інтенсивності функцій організму. Відповідно є стани емоційного збудження і емоційного пригнічення. До станів емоційного збудження належать: емоційне піднесення, захоплення, неспокій, хвилювання, пожвавлення, стани тривоги, страху, гніву, люті. Ці емоційні стани викликають підвищення частоти пульсу і дихання, напруження м'язів, підвищення кров'яного тиску і вмісту цукру в крові і таке інше. Такі емоційні стани мобілізують енергетичні резерви організму. До станів емоційного пригнічення належать: нудьга, туга, сум, безпорадність, апатія,

горе, саможаління тощо. Ці стани призводять до пригнічення настрою і зниження загального рівня активності, тому їх ще називають депресивними.

Крім станів емоційного збудження і пригнічення є ще емоційні стани, які мають гармонізуючий вплив на організм людини. До них належать стани вдячності, любові. Вони врівноважують активність симпатичної і парасимпатичної ланок вегетативної нервової системи та оптимізують енергетичний обмін організму, що було експериментально доведено в дослідженнях, проведених у HeartMath Institute (Boulder Creek, California, USA) [19].

Розглянувши різні психологічні теорії емоцій, викладені, зокрема у книзі П. Клеймана [9] ми дійшли висновку, що виникнення емоційних станів є складним психофізіологічним процесом, який включає і психічні ланки (такі як: потребово-мотиваційні, інтелектуальні і чуттєві), і фізіологічні (зокрема, такі як: нервові, ендокринні, сенсорні і моторні).

## **Висновки з даного дослідження**

### **і перспективи подальших розвідок у даному напрямі**

1. За формальною характеристикою, *емоційний стан особистості* – це внутрішня емоційна ситуація, зумовлена певними обставинами, умовами; сукупність емоційних ознак, рис, що характеризують особистість у даний момент відповідно до певних вимог щодо якості, ступеня готовності і т. ін.; емоційне самопочуття або настрої особистості. За сутнісною характеристикою поняття «емоційний стан особистості» означає сукупність емоційних проявів, які є сталими і не зазнають видимих змін під час спостереження за ними. Зважаючи на те, що всі психічні явища, як і інші природні процеси, перебувають у постійному русі і змінюються з плином часу, поняття «стан» може бути використане лише для умовного позначення ситуативного сприйняття нами того, що є на момент нашого спостереження у внутрішньому світі і зовнішніх проявах об'єкту нашого

спостереження. Тобто виникнення і існування в душі людини певної емоції можна називати емоційним станом за назвою емоції, що виникла. Якщо ця емоція згасає або замінюється іншою, то відповідно змінюється і емоційний стан. Поняття «емоція» і «емоційний стан» не є тотожними. Емоція – це психічне явище, яке існує в межах емоційної сфери особистості, хоч і впливає на інші сфери (пізнавальну, поведінкову і соматичну), а емоційний стан особистості – це психосоматичне явище, яке охоплює всю особистість як цілісну систему.

2. Емоційні стани поділяються на різні види за модальністю емоцій, які їх спричиняють. За своїм впливом на організм і активність особистості емоційні стани поділяються на стани емоційного збудження і стани емоційного пригнічення, а також стани, що мають врівноважуючий і гармонізуючий вплив. Окремими різновидами емоційних станів також є: настрій, афект, пристрасть, фрустрація, емоційний стрес.

3. Кожен емоційний стан проявляється у двох аспектах, таких як: зовнішній (зовнішні прояви, які і сама особистість, і інші люди можуть оцінити відповідно до певних вимог) і внутрішній (внутрішні прояви, які сприймає лише сама особистість своєю свідомістю через свої почуття і описує свій емоційний стан, як свій настрій). До зовнішніх проявів емоційних станів належать поведінкові і соматичні реакції.

4. Всі емоційні стани тісно пов'язані з потребами особистості. Емоційний стан особистості залежить від характеру та інтенсивності актуальної потреби, а також від оцінки можливості її задоволення. Чим сильнішою і важливішою для особистості є потреба, тим більш вираженим і яскравим є емоційний стан за своїми проявами. Задоволення потреби або збільшення вірогідності її задоволення зумовлює виникнення позитивних емоційних станів, а зменшення цієї вірогідності зумовлює виникнення негативних емоційних станів. Виникнення емоційних станів є складним психофізіологічним процесом, який включає і психічні ланки (такі як:

потребово-мотиваційні, інтелектуальні і чуттєві), і фізіологічні (такі як: нервові, ендокринні, сенсорні і моторні).

Перспективи подальших досліджень ми бачимо в тому, щоб дослідити які саме емоційні стани найчастіше виникають у жінок-переселенок за кордоном.

## Література

1 Александров Ю. В. Теоретичні аспекти дослідження гендерних особливостей емоційних станів в юнацькому віці. *Актуальні питання теорії та практики психолого-педагогічної підготовки фахівців в умовах сучасного освітнього простору*: матер. V наук.-практ. інтернет-конф. (Харків, 26 квіт. 2019). Харків: ХДАФК, 2019. С. 5-9. URL: <http://dspace.univd.edu.ua/xmlui/handle/123456789/6331> (дата звернення: 07.11.2022).

2 Белякова С. М., Злотнікова І. Г. Особливості емоційних переживань жінок середнього дорослого віку. *Перспективи та інновації науки. (Серія «Педагогіка», Серія «Психологія», Серія «Медицина»)*. 2022. № 9 (14). С. 504-516. DOI: [https://doi.org/10.52058/2786-4952-2022-9\(14\)-504-516](https://doi.org/10.52058/2786-4952-2022-9(14)-504-516). URL: <http://perspectives.pp.ua/index.php/pis/article/view/2311/2312> (дата звернення: 07.12.2022).

3 Бреслав Г. М. Психология эмоций. М.: Смысл; Академия, 2004. 544 с.

4 Великий тлумачний словник сучасної української мови (з дод. і допов.) / уклад. і голов. ред. В. Т. Бусел. Київ; Ірпінь: ВТФ «Перун», 2005. 1728 с.

5 Вилюнас В. Психология эмоций: хрестоматия. СПб.: Питер, 2006. 496 с.

6 Гавриловська К. П., Роїк І. Порівняльний аналіз емоційних станів молодих матерів із різним соціальним статусом. *Прикладні аспекти психології особистісного зростання*. 2015. Вип. 1. С. 83-86. URL: <http://eprints.zu.edu.ua/19936> (дата звернення: 07.12.2022).

7 Етимологічний словник української мови: у 7 т. Т. 5: Р–Т / уклад.: Р. В. Болдирєв та ін.; редкол. О. С. Мельничук (голов. ред.) та ін. Київ: Наук. думка, 2006. 704 с.

8 Кириленко Т. С. Психологія: емоційна сфера особистості: навч. посіб. Київ: Либідь, 2007. 256 с.

9 Клейман П. Психологія. Харків, 2022. 240 с.

10 Літвінова О. В. Емпіричні показники особливостей емоційного стану жінки під час вагітності. *Теоретичні і прикладні проблеми психології*. 2018. № 3 (2). С. 67-75. URL: [http://nbuv.gov.ua/UJRN/Tippp\\_2018\\_3\(2\)\\_\\_12](http://nbuv.gov.ua/UJRN/Tippp_2018_3(2)__12) (дата звернення: 07.12.2022).

11 Максименко С. Д. Максименко К. С., Папуча М. В. Психологія особистості / за ред. С. Д. Максименка. Київ: ТОВ «КММ», 2007. 296 с.

12 Онісковець Б. І. Психологічні особливості емоційних станів жінок літнього віку, хворих на ішемічну хворобу серця: дис. ... докт. філос.: 053 Психологія. Київ, 2021. 280 с. URL: [http://psychology-naes-ua.institute/files/pdf/dis\\_on\\_1640261388.pdf](http://psychology-naes-ua.institute/files/pdf/dis_on_1640261388.pdf) (дата звернення: 07.12.2022).

13 Петрунько О., Верлан К. Емоційні стани жінок під час вагітності як чинник впливу на здоров'я майбутньої дитини. *Науковий вісник МНУ імені В. О. Сухомлинського. Психологічні науки*. 2017. № 1 (17). С. 134-137. URL: [http://irbis-nbuv.gov.ua/cgi-bin/irbis\\_nbuv/cgiirbis\\_64.exe?C21COM=2&I21DBN=UJRN&P21DBN=UJRN&IMAGE\\_FILE\\_DOWNLOAD=1&Image\\_file\\_name=PDF/Nvmdups\\_2017\\_1\\_25.pdf](http://irbis-nbuv.gov.ua/cgi-bin/irbis_nbuv/cgiirbis_64.exe?C21COM=2&I21DBN=UJRN&P21DBN=UJRN&IMAGE_FILE_DOWNLOAD=1&Image_file_name=PDF/Nvmdups_2017_1_25.pdf) (дата звернення: 07.12.2022).

14 Психология: словарь / состав. Л. А. Карпенко; под общ. ред. А. В. Петровского, М. Г. Ярошевского. М.: Политиздат, 1990. 494 с.

15 Психологія емоцій: тексти / за ред. В. К. Вілюнаса, Ю. Б. Гіппенрейтер. М.: Моск. університет, 1984. 288 с.

16 Семиченко В. А. Психологія емоцій. Київ: Магістр-S, 1998. 128 с.

17 Ференець А. В. Психологічний аналіз динаміки емоційних станів жінок в стресових ситуаціях: курсова робота / наук. керівник З. П. Косарева; Житомирський держ. ун-т ім. Івана Франка. Житомир, 2009. 121 с. URL: [http://eprints.zu.edu.ua/3990/1/%D0%A4%D0%B5%D1%80%D0%B5%D0%BD%D0%B5%D1%86%D1%8C\\_%D0%90.%D0%92.1.pdf](http://eprints.zu.edu.ua/3990/1/%D0%A4%D0%B5%D1%80%D0%B5%D0%BD%D0%B5%D1%86%D1%8C_%D0%90.%D0%92.1.pdf) (дата звернення: 07.12.2022).

18 Шапар В. Б. Сучасний тлумачний психологічний словник. Харків: Прапор, 2005. 640 с.

19 McCraty R. M. Emotional Stress, Positive Emotions and Psychophysiological Coherence // *Stress in Health and Disease* / Bengt D. Arnetz, Rolf Ekman, editors. Wiley-VCH, Weinheim, 2006. P. 342-365.

## References

1. Aleksandrov Yu. V. Teoretychni aspekty doslidzhennia hendernykh osoblyvostei emotsiinykh staniv v yunatskomu vitsi. Aktualni pytannia teorii ta praktyky psykholoho-pedahohichnoi pidhotovky fakhivtsiv v umovakh suchasnoho osvithnoho prostoru: mater. V nauk.-prakt. internet-konf. (Kharkiv, 26 kvit. 2019). Kharkiv : KhDAFK, 2019. S. 5-9. URL: <http://dspace.univd.edu.ua/xmlui/handle/123456789/6331> (data zvernennia: 07.11.2022).
2. Bieliakova S. M., Zlotnikova I. H. Osoblyvosti emotsiinykh perezhyvann' zhinok serednoho dorosloho viku. Perspektyvy ta innovatsii nauky. (Seriiia «Pedahohika», Seriiia «Psykholohiia», Seriiia «Medytsyna»). 2022. No 9 (14). S. 504-516. DOI: [https://doi.org/10.52058/2786-4952-2022-9\(14\)-504-516](https://doi.org/10.52058/2786-4952-2022-9(14)-504-516). URL: <http://perspectives.pp.ua/index.php/pis/article/view/2311/2312> (data zvernennia: 07.12.2022).
3. Breslav H. M. Psykholohyia emotsyi. M. : Смысл; Akademyia, 2004. 544 s.
4. Velykyi tlumachnyi slovnyk suchasnoi ukrainskoi movy (z dod. i dopov.) / uklad. i holov. red. V. T. Busel. Kyiv; Irpin : VTF «Perun», 2005. 1728 s.
5. Vyliunas V. Psykholohyia emotsyi: khrestomatyia. SPb. : Pyter, 2006. 496 s.
6. Havrylovska K. P., Roik I. Porivnialnyi analiz emotsiinykh staniv molodykh materiv iz riznym sotsialnym statusom. Prykladni aspekty psykholohii osobystisnoho zrostannia. 2015. Vyp. 1. S. 83-86. URL: <http://eprints.zu.edu.ua/19936> (data zvernennia: 07.12.2022).
7. Etymolohichnyi slovnyk ukrainskoi movy : u 7 t. T. 5: R-T / uklad. : R. V. Boldyriev ta in.; redkol. O. S. Melnychuk (holov. red.) ta in. Kyiv : Nauk. dumka, 2006. 704 s.
8. Kyrylenko T. S. Psykholohiia : emotsiina sfera osobystosti : navch. posib. Kyiv : Lybid, 2007. 256 s.
9. Kleiman P. Psykholohiia. Kharkiv, 2022. 240 s.
10. Litvinova O. V. Empirychni pokaznyky osoblyvostei emotsiinoho stanu zhinkypid chas vahitnosti. Teoretychni i prykladni problemy psykholohii. 2018. No 3 (2). S. 67-75. URL: [http://nbuv.gov.ua/UJRN/Tipp\\_2018\\_3\(2\)\\_\\_12](http://nbuv.gov.ua/UJRN/Tipp_2018_3(2)__12) (data zvernennia: 07.12.2022).
11. Maksymenko S. D. Maksymenko K. S., Papucha M. V. Psykholohiia osobystosti / za red. S. D. Maksymenka. Kyiv : TOV «KMM», 2007. 296 s.
12. Oniskovets B. I. Psykholohichni osoblyvosti emotsiinykh staniv zhinok litnoho viku, khvorykh na ishemichnu khvorobu sertsia: dys. ... dokt. filos.: 053 Psykholohiia. Kyiv, 2021. 280 s.

URL: [http://psychology-naes-ua.institute/files/pdf/dis\\_on\\_1640261388.pdf](http://psychology-naes-ua.institute/files/pdf/dis_on_1640261388.pdf) (data zvernennia: 07.12.2022).

13. Petrunko O., Verlan K. Emotsiini stany zhinok pid chas vahitnosti yak chynnyk vplyvu na zdorovia maibutnoi dytyny. Naukovi visnyk MNU imeni V. O. Sukhomlynskoho. Psykholohichni nauky. 2017. No 1 (17). S. 134-137. URL: [http://irbis-nbuv.gov.ua/cgi-bin/irbis\\_nbuv/cgiirbis\\_64.exe?C21COM=2&I21DBN=UJRN&P21DBN=UJRN&IMAGE\\_FILE\\_DOWNLOAD=1&Image\\_file\\_name=PDF/Nvmdups\\_2017\\_1\\_25.pdf](http://irbis-nbuv.gov.ua/cgi-bin/irbis_nbuv/cgiirbis_64.exe?C21COM=2&I21DBN=UJRN&P21DBN=UJRN&IMAGE_FILE_DOWNLOAD=1&Image_file_name=PDF/Nvmdups_2017_1_25.pdf) (data zvernennia: 07.12.2022).

14. Psykholohyia: slovar / sostav. L. A. Karpenko; pod obshch. red. A. V. Petrovskoho, M. H. Yaroshevskoho. M. : Polytyzdat, 1990. 494 s.

15. Psykholohiia emotsii: teksty / za red. V. K. Viliunasa, Yu. B. Hippenreiter. M. : Mosk. universytet, 1984. 288 s.

16. Semychenko V. A. Psykholohiia emotsii. Kyiv : Mahistr-S, 1998. 128 s.

17. Ferenets A. V. Psykholohichni analiz dynamiky emotsiinykh staniv zhinok v stresovykh sytuatsiiakh: kursova robota / nauk. kerivnyk Z. P. Kosarieva; Zhytomyrskyi derzh. un-t im. Ivana Franka. Zhytomyr, 2009. 121 s. URL: [http://eprints.zu.edu.ua/3990/1/%D0%A4%D0%B5%D1%80%D0%B5%D0%BD%D0%B5%D1%86%D1%8C\\_%D0%90.%D0%92.1.pdf](http://eprints.zu.edu.ua/3990/1/%D0%A4%D0%B5%D1%80%D0%B5%D0%BD%D0%B5%D1%86%D1%8C_%D0%90.%D0%92.1.pdf) (data zvernennia: 07.12.2022).

18. Shapar V. B. Suchasnyi tлумachnyi psykholohichni slovnyk. Kharkiv : Prapor, 2005. 640 s.

19. McCraty R. M. Emotional Stress, Positive Emotions and Psychophysiological Coherence // Stress in Health and Disease / Bengt D. Arnetz, Rolf Ekman, editors. Wiley-VCH, Weinheim, 2006. P. 342-365.