

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
Чорноморський національний університет імені Петра Могили
Навчально-науковий інститут післядипломної освіти
Кафедра психології



РОБОЧА ПРОГРАМА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

ПСИХОЛОГІЯ ЕМОЦІЙ

Спеціальність 053 «Психологія»

Освітньо-професійна програма «Сімейна психологія з основами психотерапії»

Рівень вищої освіти – другий (магістерський)

Розробник

Кучманюк І. М.

Завідувача кафедри
психології

Лисенкова І. П.

Гарант освітньої програми

Астремська І.В.

Т.в.о.директора ІНІ ППО

Зуб К.М.

Начальник навчально-методичного відділу

Шкірчак С.І.

Миколаїв – 2023 рік

1. Опис навчальної дисципліни

| Найменування показника | Характеристика дисципліни | |
|---|--|------------------------------|
| Найменування дисципліни | Психологія емоцій | |
| Галузь знань | 05 Соціальні та поведінкові науки | |
| Спеціальність | 053 Психологія | |
| Освітня програма | Сімейна психологія з основами психотерапії | |
| Рівень вищої освіти | Другий (магістерський) | |
| Статус дисципліни | Вибіркова (цикл професійної підготовки) | |
| Курс навчання | 1 | |
| Навчальний рік | 2023-2024 н. р. | |
| Номер(и) семестрів (триместрів): | Денна форма | Заочна форма |
| | - | 14 |
| Загальна кількість кредитів ЄКТС/годин | 4.5 кредитів / 135 годин | |
| Структура курсу: – лекції – практичні заняття (семінарські, лабораторні, півгрупові) – години самостійної роботи студентів | Денна форма | Заочна форма |
| | | 8 год. 8 год. 119 год. |
| Відсоток аудиторного навантаження | 12 % | |
| Мова викладання | Українська | |
| Форма проміжного контролю (якщо є) | - | |
| Форма підсумкового контролю | Залік: 14-й | |

Мета, завдання та результати вивчення дисципліни

Мета навчальної дисципліни «Психологія емоцій»: формування у студентів цілісного уявлення про світ емоцій, фактори їхнього розгортання та форми вираження, ознайомлення з основними методами і прийомами роботи психолога з різними емоційними станами клієнта.

Завдання:

- ознайомити студентів зі специфікою емоційних процесів особистості;
- схарактеризувати особливості перебігу базових емоційно-чуттєвих переживань особистості;
- розкрити специфіку експресивного реагування, статеві й вікові закономірності прояву емоцій та почуттів
- сформувати уявлення щодо чинників виникнення та специфіки емоційних розладів особистості;
- сформувати навички роботи психолога із емоційними процесами особистості.

У результаті вивчення дисципліни студент

має знати:

- теорії емоцій, властивості емоцій і почуттів;
- різновиди емоцій та їх характеристика;
- динаміку емоційних явищ;
- особливості різновидів емоційних станів;
- методи вивчення емоційних станів та емоційності особистості;
- паталогічні емоційні стани та емоційні розлади;
- техніки управління емоціями.

має вміти:

- ідентифікувати та називати свої емоції та емоції інших;
- здійснювати аналіз емоційного стану інших людей, самоаналіз та рефлексію;
- контролювати свої емоції;
- керувати своїми емоційними станами в різних ситуаціях;
- будувати стосунки з оточуючими людьми на основі розуміння емоцій та вміння ними керувати;
- застосовувати набуті знання для діагностичної роботи та надання психологічної допомоги.

Програмні компетенції

Загальні компетентності (ЗК):

ЗК1. Здатність застосовувати знання в практичних ситуаціях.

- ЗК4. Уміння виявляти, ставити та вирішувати проблеми.
 ЗК5. Цінування та повага різноманітності та мультикультурності.
 ЗК6. Здатність діяти на основі етичних міркувань (мотивів).
 ЗК7. Здатність діяти соціально відповідно та свідомо.

Фахові компетентності спеціальності (ФК):

- СК1. Здатність здійснювати теоретичний, методологічний та емпіричний аналіз актуальних проблем психологічної науки та / або практики.
 СК4. Здатність здійснювати практичну діяльність (тренінгові, психотерапевтичну, консультаційну, психодіагностичну та іншу залежно від спеціалізації) з використанням науково верифікованих методів та технік.
 СК5. Здатність організовувати та реалізовувати просвітницьку та освітню діяльність для різних категорій населення у сфері психології.
 СК7. Здатність приймати фахові рішення у складних і непередбачуваних умовах, адаптуватися до нових ситуацій професійної діяльності.
 СК8. Здатність оцінювати межі власної фахової компетентності та підвищувати професійну кваліфікацію.
 СК9. Здатність дотримуватись у фаховій діяльності норм професійної етики та керуватися загальнолюдськими цінностями.

Програмні результати навчання:

- ПР1. Здійснювати пошук, опрацювання та аналіз професійно важливих знань із використанням сучасних інформаційно-комунікаційних технологій.
 ПР4. Робити психологічний прогноз щодо розвитку особистості, груп, організацій.
 ПР5. Розробляти програми психологічних інтервенцій (тренінг, психотерапія, консультування тощо), проводити їх в індивідуальній та груповій роботі, оцінювати якість.
 ПР6. Розробляти просвітницькі матеріали та просвітницькі програми, впроваджувати їх, отримувати зворотній зв'язок, оцінювати якість.
 ПР8. Оцінювати ступінь складності завдань діяльності та приймати рішення про завершення за допомогою або підвищення кваліфікації.
 ПР9. Вирішувати етичні дилеми з опорою на норми закону, етичні принципи та загальнолюдські цінності.
 ПР13 Здійснювати адаптацію та модифікацію існуючих наукових підходів і методів до конкретних ситуацій професійної діяльності.

2. Програма навчальної дисципліни

| № п. п. | Теми | Лекції /год. | Групові / год. | Самостійна робота |
|---------|---|--------------|----------------|-------------------|
| 1 | Емоційно-чуттєва сфера особистості: поняття, специфіка, класифікація | 2 | | 8 |
| 2 | Психоемоційні стани | | 2 | 8 |
| 3 | Психологія закоханості, кохання, любові | | | 8 |
| 4 | Психологічні характеристики почуття образи | 2 | | 8 |
| 5 | Почуття сорому та провини. Специфіка роботи психолога з даними почуттями | 2 | | 8 |
| 6 | Психологія ревнощів | 2 | | 8 |

| | | | | |
|-------------------------|---|----------|----------|------------|
| 7 | Психологія заздрості | | 2 | 8 |
| 8 | Характеристики емоційного реагування: емоційність, емоційна сила, експресивність, емоційна стабільність | | | 10 |
| 9 | Емоції суму, печалі, відрази, здивування, інтересу | | 2 | 10 |
| 10 | Феноменологія почуття самотності | | | 10 |
| 11 | Безсилля та апатія | | | 9 |
| 12 | Емоції та культура | | | 8 |
| 13 | Паталогічні емоційні стани та емоційні розлади | | | 8 |
| 14 | Техніки управління емоціями | | 2 | 8 |
| Всього за курсом | | 8 | 8 | 119 |

3.1. Плани лекційних занять

Тема 1

«Емоційно-чуттєва сфера особистості: поняття, специфіка, класифікація»

1. Поняття емоцій та почуттів у психології.
2. Важливість емоційної сфери в житті особистості.
3. Диференціація феноменів емоцій та почуттів.
4. Характеристика емоційних процесів.
5. Функції емоцій.
6. Феномен почуттів у психології.
7. Класифікація почуттів.

Тема 2

«Психологічні характеристики почуття образи»

1. Семантика почуття образи.
2. Кровна образа: сутність феномену, специфіка роботи психолога.
3. Особливості роботи психолога з почуттями образи у подружній підсистемі.

Тема 3

«Почуття сорому та провини. Специфіка роботи психолога з даними почуттями»

1. Сором як соціальне почуття.
2. Види сорому.
3. Феномен почуття провини.
4. Особливості роботи психолога з соромом та провинною.

Тема 4

«Психологія ревнощів»

1. Ревнощі: феноменологія, види.
2. Ревнощі: думки, почуття та поведінка особистості.
3. Передумови виникнення ревнощів.
4. Специфіка роботи психологами з особами, що ревнують та тими, кого ревнують.

3.2. Плани групових занять

Тема 1

«Психоемоційні стани»

1. Психоемоційні стани: визначення, класифікація, особливості.
2. Настрій як психоемоційний стан.
3. Психологія стресу. Види стресу.
4. Фрустрація, її особливості та перебіг.

Тема 2

«Психологія заздрості»

1. Феномен заздрості в психології.
2. Види заздрості.
3. Особливості роботи психолога із заздрістю.

Тема 3

«Окремі види емоцій та почуттів»

1. Феноменологія почуття самотності.
2. Емоції суму, печалі, відрази, здивування, інтересу.
3. Розчарування як феномен емоційно-чуттєвої сфери особистості.
4. Безсилля та апатія.

Тема 4

«Техніки управління емоціями»

1. Поняття та специфіка управління емоціями.
2. Феномен емоційного відреагування.
3. Тілесні практики в процесі саморегуляції.
4. Когнітивно-поведінкові техніки саморегуляції.
5. Медитації, аутогенні тренування у процесі управління емоціями.

Завдання для самостійної роботи

Самостійна робота з дисципліни виконується студентами у вільні від аудиторних занять години. Вона включає опрацювання спеціальної літератури, підготовку до групових занять, додаткові завдання.

Для якісного засвоєння змісту курсу «Психологія емоцій» рекомендується ознайомитись із сучасними теоретико-емпіричними розвідками та підготувати доповідь на одну з запропонованих тем.

1. Психосоматичні ефекти емоцій.
2. Настрій та фактори, що його викликають.
3. Порівняльна характеристика фізіологічного та психологічного афектів.
4. Методи вивчення афектів.
5. Психологічна характеристика фрустрації.
6. Біологічна концепція стресу Г. Сельє.
7. Психологічна характеристика стресу.
8. Сучасні теорії стресу.
9. Професійний стрес.
10. Особливості емоційної пам'яті.
11. Феномен «емоційної стійкості» особистості.
12. Емоції та уява.
13. Роль емоцій в інтелектуальній діяльності.
14. Феномени емпатії та розвиток переживання співчуття в онтогенезі особистості.
15. Особливості розвитку емоцій та почуттів у дітей.

Завдання для контрольної роботи

Контрольна робота з дисципліни передбачає виконання практикоорієнтованого завдання. Структура контрольної роботи має містити наступні елементи:

1. Аналіз ситуації. На цьому етапі студент має визначити й описати власні гіптези щодо можливих причини виникнення та особливостей перебігу ситуації.
2. Психодіагностика. Відповідно по попереднього пункту, студент має визначити 2-4 психодіагностичні методики для уточнення власних припущень.
3. Психологічна допомога. На цьому етапі важливо схарактеризувати основні напрями, техніки, прийоми психологічної/психотерапевтичної допомоги для розв'язання поданої ситуації.

Контрольна робота має бути оформлена відповідним чином: до 10 сторінок друкованого тексту (формат А4, шрифт – Times New Roman, кегль 14, міжрядковий інтервал – 1).

4. Забезпечення освітнього процесу

Для якісного викладання лекційного матеріалу та зручного проведення півгрупових занять аудиторії мають бути забезпечені:

- проєкційним мультимедійним обладнанням (проєктор, екран, ноутбук/комп'ютер); OS: Windows,
- доступом до мережі Internet, точка доступу Wi-Fi; Browsers: Chrome / Opera / Mozilla Firefox / MS Edge; Android, iOS;
- програмне забезпечення: Word, Excel, PowerPoint; Skype, Zoom, Google Meet;
- системою електронного навчання Moodle 3.9;
- тренінгова аудиторія (дошка, фліпчарт, комплект канцелярського приладдя для творчості: маркери, олівці, кольорові стікери, ватман, блокнот для фліпчарту тощо).

5. Підсумковий контроль: залік

Підсумковий контроль з дисципліни проводиться відповідно до освітнього плану у вигляді заліку, в терміни, встановлені графіком освітнього процесу та в обсязі навчального матеріалу. Форма проведення: усна.

Перелік питань до заліку

1. Природа емоцій
 2. Емоції та їх основні складові
 3. Які теорії пояснюють виникнення та природу емоцій?
 4. Як емоції взаємодіють з когнітивними процесами?
 5. Роль емоцій в життєдіяльності людини
 6. Роль емоцій в сімейній психології
 7. Функції емоцій
 8. Характеристика емоцій особистості. Роль і функції емоцій у керуванні поведінкою та діяльністю.
 9. Розуміння емоцій іншої людини та управління власними емоціями. Розуміння емоцій інших людей та емоційна здатність.
 10. Вплив особистісних особливостей на розуміння емоцій іншої людини.
- Керування емоціями
11. Характеристика емоційних станів, які виникають у процесі діяльності.
 12. Психологічні характеристики емоцій
 13. Класифікація методів, що використовуються в психології емоцій
 14. Трьохмірна теорія емоцій В. Вундта
 15. Теорії емоцій
 16. Емоційно зумовлена поведінка та емоційні типи.
 17. Види емоцій
 18. Емоційні властивості людини

19. Базові емоції: інтерес, радість, здивування, печаль, гнів, огидливість, презирство, страх, соромливість
20. Фізіологічні механізми емоційних реакцій
21. Властивості емоцій: пристрасність, інтегральність, пластичність
22. Властивості емоцій: комунікативність, адаптивність, сумація, амбівалентність
23. Емоційне реагування як психофізіологічний стан
24. Емоційність як тип темпераменту (характеру)
25. Домінуючі та актуальні настрої
26. Види і компоненти емоційного реагування
27. Емоційна збудливість
28. Глибина переживання емоцій
29. Емоційна ригідність – лабільність
30. Емоційна усталеність
31. Фрустраційні емоції: образа, розчарування, досада, гнів, несамовитість, сум, туга та ностальгія, горе
32. Афективно-когнітивні структури: взаємодія між почуттями та думками
33. Емоційний інтелект і його діагностика
34. Емоції та розвиток особистості
35. Значення управління емоціями
36. Контроль вираження емоцій
37. Способи управління емоціями
38. Що таке емоційний інтелект і чому він важливий?
39. Розвиток емоційної сфери як ефективний спосіб управління емоціями
40. Практичні основи психотерапії та психокорекції емоцій
41. Психологічні характеристики та види афектів
42. Настрій: види, динаміка, особливості
43. Почуття особистості: визначення та класифікація
44. Психологічна характеристика стресу.
45. Види та стадії стресу
46. Роль стресу в житті людини
47. Як виникає емоційна реакція на стресові ситуації?
48. Як відбувається емоційна регуляція та як вона пов'язана із стресом
49. Які механізми адаптації до стресових ситуацій пов'язані з емоціями
50. Роль емоцій у прийнятті рішень та вирішенні проблем.
51. Які фактори впливають на індивідуальні відмінності в емоційних реакціях?
52. Дістрес та еустрес
53. Професійний стрес: визначення, моделі, характеристика
54. Саморегуляція особистості під час різних емоційних станів
55. Вікові особливості перебігу емоційних процесів
56. Генерні особливості проживання емоцій та почуттів
57. Види та характеристики емоційних розладів
58. Емоція страху: поняття, види, функції
59. Особливості роботи психолога зі страхами

60. Різновиди страху існують, і як вони впливають на поведінку людини
 61. Почуття провини: феноменологія, особливості роботи психолога
 62. Семантика почуття образи: характеристика, функції
 63. Особливості роботи психолога з почуттям образи
 64. Робота сімейного психолога з феноменом образи в подружній підсистемі
 65. Прощення: характеристика та особливості перебігу процесу
 66. Семантика почуття сорому
 67. Методи, прийоми, техніки роботи психолога з почуттям сорому
 68. Почуття заздрості: визначення, характеристика, функції
 69. Взаємозв'язок потреб особистості з переживанням почуття заздрості
 70. Специфіка роботи психолога з почуттям заздрості
 71. Ревнощі як феномен емоційної сфери
 72. Види ревнощів та їх характеристика
 73. Особливості роботи психолога з особою, яка ревнує
 74. Специфіка роботи психолога з людиною, яку ревнує партнер
 75. Ревнощі та заздрість у сиблінговій підсистемі
 76. Характеристика емоційних станів, які виникають у процесі діяльності.
- Феномен «емоційного вигорання»
77. Почуття любові: психологічна характеристика почуття
 78. Любов та закоханість
 79. Теорії любові
 80. Поняття невротичного кохання
 81. Феномен емоційного вигорання
 82. Особливості перебігу емоційного вигорання
 83. Які психологічні механізми лежать в основі емоційної втоми
 84. Тривога та тривожність особистості
 85. Особливості роботи психолога з тривогою особистості
 86. Які психологічні механізми лежать в основі емоційного втомлення?
 87. Які емоції є універсальними, а які культурно залежними?
 88. Як емоції впливають на формування пам'яті?
 89. Взаємодія емоцій з мовленнєвими процесами
 90. Роль емоцій у формуванні ідентичності та самосвідомості

Типовий заліковий білет

Чорноморський національний університет імені Петра Могили

(повне найменування вищого навчального закладу)

Рівень вищої освіти **другий (магістерський)**

Спеціальність **053 Психологія**

Триместр: 5

Навчальна дисципліна **«Психологія емоцій»**

ЗАЛІКОВИЙ БІЛЕТ № 0

- 1.
- 2.
- 3.

Затверджено на засіданні
Протокол № __ від «___» _____ 2022 року

Завідувач кафедри психології _____

І. П. Лисенкова

(підпис)

Екзаменатор _____

І. М. Кучманіч

(підпис)

Проведення підсумкового контролю знань. Результатом вивчення дисципліни виступає залік. Умовою допуску до підсумкового контролю знань є позитивні оцінки з поточного контролю знань. Контроль знань студентів здійснюється за 100-бальною шкалою. Максимальна кількість балів, яку може отримати студент протягом семестру, становить 70 балів. На заліку максимальна кількість – 30 балів.

За відповідь на питання під час заліку студент може отримати максимально 10 балів:

| <i>Кількість балів</i> | <i>Вимоги щодо засвоєння навчального матеріалу</i> |
|---------------------------|---|
| <i>Макс. 10 балів</i> | |
| 1 бал | Студент відтворює тільки деякі елементи вивченого матеріалу |
| 2 бал | Студент фрагментарно відтворює незначну частину матеріалу, здатний до елементарного викладу питання |
| 3 бал | Студент відтворює менше половини навчального матеріалу |
| 4 бал | Студент знає приблизно половину навчального матеріалу |
| 5 бал | Студент розуміє основний навчальний матеріал, з неточностями надає визначення основних понять |
| 6 бал | Студент окреслює основні теоретичні положення, проте відчуваються труднощі в їх узагальненні та формулюванні висновків |
| 7 бал | Студент правильно і логічно відтворює навчальний матеріал, вміє наводити власні приклади на підтвердження думок, застосовує вивчений матеріал у стандартних ситуаціях |
| 8 бал | Студент вільно володіє вивченим матеріалом, застосовує їх в нестандартних ситуаціях, критично оцінює явища, факти, ідеї |
| 9 бал | Студент володіє узагальненими знаннями, аргументовано використовує їх, глибоко і змістовно аналізує, виявляє особистісну позицію щодо засвоєного матеріалу |
| 10 бал | Студент має системні знання, володіє термінологією, готовий до застосування знань на практиці |

6. Критерії оцінювання та засоби діагностики результатів навчання

| № | Вид діяльності (завдання) | Максимальна кількість балів |
|---|---|----------------------------------|
| 1 | Відповіді на практичних заняттях / максимально: 40 балів | 10 балів*4 заняття = 40 балів |
| 2 | Виконання контрольної роботи | 30 балів |
| 3 | Залік | 30 балів |
| | Всього | 100 балів |

Об'єктом оцінювання навчальних досягнень студентів є знання, уміння та навички, досвід творчої діяльності, емоційно-ціннісного ставлення до професійних завдань.

Поточний контроль знань студентів включає оцінку за роботу на практичних заняттях та самостійну роботу.

Поточний контроль знань студентів здійснюється через проведення письмових контрольних робіт завантажених в Moodle.
<http://moodle3.chmnu.edu.ua/>

Критерії поточної оцінки знань студентів

| Усний виступ та виконання письмового завдання | Критерії оцінки |
|---|--|
| 1-2 | Володіє матеріалом на початковому рівні, значну частину матеріалу відтворює на репродуктивному рівні |
| 3-4 | Може відтворити значну частину теоретичного матеріалу, виявляє знання і розуміння основних положень з допомогою викладача, може аналізувати навчальний матеріал, порівнювати та робити висновки, виправляти допущені помилки |
| 5-6 | Здатний застосовувати вивчений матеріал на рівні стандартних ситуацій, частково контролювати власні навчальні дії, наводити окремі власні приклади на підтвердження певних тверджень |
| 7-8 | Вміє порівнювати, узагальнювати, систематизувати інформацію під керівництвом викладача, в цілому самостійно застосовувати її на практиці, контролювати власну діяльність |
| 9-10 | Вільно (самостійно) володіє вивченим обсягом матеріалу, в тому числі і застосовує його на практиці |

Критерії оцінки контрольної роботи

| Виконання письмового завдання | Критерії оцінки |
|-------------------------------|---|
| 28-30 балів | При виконанні завдання студент застосовує системні знання навчального матеріалу, передбачені робочою програмою, проявляє творчий підхід до виконання завдання. Автор демонструє аналітичні здібності, здатність до самостійного, системного, логічного і послідовного мислення. |
| 23-27 балів | При виконанні завдання студент застосовує узагальнені знання навчального |

| | |
|-------------|--|
| | матеріалу, передбачені робочою програмою. Робота змістовна, аргументована, має логічний і послідовний характер, однак у тексті наявні певні неточності. |
| 16-22 балів | Завдання виконано в цілому правильно, але мають місце окремі неточності. Аналіз наукових джерел потребує незначного доопрацювання. Окремих частинам викладу бракує аналітичного характеру. |
| 8-15 балів | Студент припускається помилок через недостатнє розуміння програмного матеріалу, проявляється фрагментарність у висвітленні основних положень роботи, роботі суттєво бракує систематичного аналізу й логічного та послідовного викладу. |
| 1-7 балів | При виконанні завдання студент припускається значних помилок / завдання викликає великі труднощі у студента. |

Методи навчання та матеріально-технічне забезпечення освітнього процесу

| ПРН | Методи навчання | Матеріально-технічне забезпечення |
|-------|---|---|
| ПРН 1 | Пояснювально-ілюстративний метод, інформаційно-рецептивний, репродуктивний метод, метод проблемного викладу, частково-пошуковий метод, навчальний тренінг | Проекційне мультимедійне обладнання (проектор, екран, ноутбук/комп'ютер); доступ до мережі Internet, точка доступу Wi-Fi; програмне забезпечення: Word, Excel, PowerPoint; Zoom; система електронного навчання Moodle 3.9 |
| ПРН 4 | Пояснювально-ілюстративний метод, інформаційно-рецептивний, репродуктивний метод, метод проблемного викладу, частково-пошуковий метод, навчальний тренінг | |
| ПРН 5 | Пояснювально-ілюстративний метод, інформаційно-рецептивний, репродуктивний метод, метод проблемного викладу, частково-пошуковий метод, навчальний тренінг | |
| ПРН 6 | Пояснювально-ілюстративний метод, інформаційно-рецептивний, репродуктивний метод, метод проблемного викладу, частково-пошуковий метод, навчальний тренінг | |
| ПРН 8 | Пояснювально-ілюстративний метод, інформаційно-рецептивний, репродуктивний метод, метод проблемного викладу, частково-пошуковий метод, навчальний тренінг | |
| ПРН 9 | Пояснювально-ілюстративний метод, інформаційно-рецептивний, репродуктивний метод, метод проблемного викладу, частково-пошуковий метод, навчальний тренінг | |
| ПРН13 | Пояснювально-ілюстративний метод, інформаційно-рецептивний, репродуктивний метод, метод проблемного викладу, частково-пошуковий метод, навчальний тренінг | |

7. Рекомендовані джерела інформації

Основна література

1. Кучманіч І., Демирполат Г., Кромаленко О. Семантика почуттів: заздрість, ревності й любов: методичні рекомендації / за ред. І. Кучманіч. Миколаїв: СПД Рум'янцева, 2022. 68 с.

2. Кучманич І., Демирполат Г., Кромаленко О. Семантика почуттів: образа, провина та сором: методичні рекомендації / за ред. І. Кучманич. Миколаїв: СПД Рум'янцева, 2022. 65 с.
3. Лазуренко О. О. Психологія емоцій. К. : Книга Нова, 2018. 264 с.
4. Малхазов О. Р. Розвиток емоційної стійкості осіб, що переживають наслідки травматичних подій : монографія. Кропивницький : Імекс-ЛТД, 2022. 215 с.

Допоміжна література

1. Кириленко, Т. Емоційна сфера особистості: вектори вивчення Вісник Київського національного університету ім. Тараса Шевченка, 1(8), 2018, С.26–29.
2. Лазуренко О.О. Психологія емоцій. Київ: Книга плюс, 2018. 262с.
3. Приходько Ю. О., Юрченко В. І. Психологічний словник-довідник: Навч. посіб., 4-те вид., випр. і доп. К.: Каравела, 2020. 418 с.
4. Психодіагностика та психорегуляція емоційних станів людини: практикум. Навчальний посібник для студентів спеціальності «Психологія» /Юрченко В.М. – Рівне, МЕНУ, 2020. – 156 стор. (друге доповнене та виправлене видання).

Інформаційні ресурси

<http://books.google.com>
<http://pidruchniki.ws>
<http://studentam.net.ua/>
<https://scibook.net/>
<https://psihologia.info>
<https://psyfactor.org>
<https://briolight.com/>
<http://www.nbuiv.gov.ua>