

РОЗДІЛ 2 ПСИХОЛОГІЯ

УДК 159.9

DOI <https://doi.org/10.51547/ppp.dp.ua/2020.1.5>

Аршава І. Ф.,

доктор психологічних наук, професор,
завідувач кафедри загальної психології та патопсихології
Дніпровського національного університету імені Олеся Гончара

Кутовий К. П.,

кандидат психологічних наук,
доцент кафедри загальної психології та патопсихології
Дніпровського національного університету імені Олеся Гончара

Аршава І. О.,

кандидат наук з державного управління, приватний нотаріус,
доцент кафедри соціальної психології і психології управління
Дніпровського національного університету імені Олеся Гончара

ІМПЛІЦИТНА ОЦІНКА ЕМОЦІЙНОЇ СТІЙКОСТІ ЛЮДИНИ ЗА ПОКАЗНИКОМ ПЕРЕВАГ У ВИБОРІ ТИПУ СТРАТЕГІЙ ПОДОЛАННЯ СТРЕСУ

IMPLICIT ASSESSMENT OF EMOTIONAL RESILIENCE OF A PERSON ACCORDING TO BENEFITS WHEN CHOOSING A TYPE OF STRATEGIES FOR STRESS COPING

Зроблено висновок про доцільність емпіричної перевірки інформативності доступних зовнішньому спостереженню даних щодо надання людиною переваг тим чи іншим типам стратегій стресоподолання під час виникнення певних ускладнень у її діяльності. Акцентовано увагу на дослідженні різноманітних змін, що відбуваються в мовленні під впливом стану емоційної напруженості людини (alter ego емоційної вразливості суб'єкта). Обґрунтовано науковий підхід щодо формалізації проблеми диференційованого вивчення причин вибору спортсменами в екстремальних умовах змагальної спортивної діяльності: або неусвідомлюваних механізмів психологічного захисту від стресу, або усвідомлених стратегій психологічного подолання. За допомогою методології сучасної науки (опитувальник «Копінг-поведінка у стресових ситуаціях») досліджено добір досліджуваними стратегій психологічного подолання стресу в різноманітних ситуаціях їх життєдіяльності.

Здійснено аналіз порівняльної характеристики частотності вибору стратегії емоційного реагування в групах з різними рівнями емоційної стійкості, й на цій основі встановлено, що емоційно вразливі спортсмени у складних ситуаціях спортивної діяльності, скоріш за все, досить часто використовують таку непродуктивну для відповідальних змагань стратегію психологічного подолання, як уникнення проблем, яка притаманна їм і в інших складних ситуаціях життєдіяльності. Обґрунтовано положення, що емоційну стійкість опосередковують диспозиційні характеристики особистості, але, крім них, велику роль відіграють стратегії психологічного подолання стресу, яким надають перевагу спортсмени. Доведено, що урахування розбіжностей у доборі стратегій психологічного подолання стресу різними суб'єктами, відкриває перспективи розробки різноманітних поведінкових методик імпліцитної діагностики емоційної стійкості. Розглянуто можливість розпізнавання особливостей поведінки, притаманної індивідуумам, стійким до стресу, на відміну від стресовразливих. Представлено сучасні порівняльні дослідження якісно різних засобів реагування на стрес-захисних механізмів і стратегій психологічного подолання стресу. Наведено результати емпіричної перевірки валідності підходу до імпліцитної (відображеної) оцінки емоційної стійкості спортсменів вищих досягнень за показником переважання у виборі типу стратегії подолання стресу.

***Ключові слова:** імпліцитна діагностика, саморегуляція ефективності, емоційна стійкість/вразливість до стресу, копінг-стратегії.*

The conclusion is made about the expediency of empirical verification of the informativeness of the data available to external observation on the provision of human preferences for certain types of stress management strategies in the event of certain complications in its activities. Emphasis is placed on the study of various changes that occur in speech under the influence of the state of emotional tension (alter ego emotional vulnerability of the subject). The scientific approach to the formalization of the problem of differentiated study of the reasons for the choice of athletes in extreme conditions of competitive sports: substantiated unconscious mechanisms of psychological protection against stress, or conscious strategies for psychological overcoming. Using the methodology of modern science (questionnaire "Coping behavior in stressful situations"), the selection of the studied strategies of psychological coping with stress in various situations of their lives was studied.

An analysis of the comparative characteristics of the frequency of choice of emotional response strategy in groups with different levels of emotional stability, and on this basis it was found that emotionally vulnerable athletes in difficult situations of sports are likely to often use such unproductive strategy for psychological competition. avoidance of problems, which is inherent in them and in other difficult situations of life. The position is substantiated that emotional stability is mediated by dispositional characteristics of the personality, but, in addition to them, strategies of psychological overcoming of stress, which are preferred by athletes, play an important role. It is proved that taking into account the differences in the selection of strategies for psychological coping with stress by different actors, opens up prospects for the development of various behavioral techniques for implicit diagnosis of emotional stability. The possibility of recognizing the characteristics of behavior of the individuals resistant to stress in contrast to the stress-vulnerable ones has been studied. The latest comparative studies of qualitatively different means of response to stress-defense mechanisms and strategies for psychological coping with stress are presented. The results present the empirical validity verification of the approach of the implicit (reflected) assessment of the emotional stability of the athletes` with higher achievements in terms of dominance in choosing the type of coping with stress strategy.

Key words: *implicit assessment, self-regulation efficacy, emotional stability vs. susceptibility to stress, coping-strategy.*

Перспективним напрямом діагностики емоційної стійкості людини є різноманітні форми так званої «відображеної» (тобто відбитої у показниках якихось інших властивостей суб'єктів, доступних спостереженню, чи в ознаках їх поведінки) оцінки цієї динамічної особистісної властивості [1]. Їх перевагою перед традиційною, так би мовити, формою діагностики емоційної стійкості за показниками діяльності та поведінки людини у реальних стресогенних умовах є те, що вони дозволяють прогнозувати емоційну стійкість чи емоційну вразливість людини ще до того, як людина опиняється у реальних стресогенних умовах, тобто поза межами реальної професійної діяльності. Це дуже важливо, адже емоційно вразлива людина, що обирає стресогенні умови професійної діяльності, може не тільки виявитись неефективною за цих умов, але й передчасно втратити здоров'я через постійне перенапруження своїх психофізіологічних ресурсів.

Запропонований авторами спосіб комп'ютерної діагностики емоційної стійкості є класичним зразком імпліцитної оцінки цієї інтегральної особистісної властивості. Справа в тому, що він базується на дослідженні змін у перебігу когнітивних процесів, які виникають під впливом психічного стану людини у змодельованих умовах реальної загрози виникнення стресу неуспіху в емоційно вразливих суб'єктів. Останній моделюється шляхом створення таких умов, за яких перевищується інформаційне навантаження на короточасну пам'ять людини, що не відповідає її природним властивостям [6; 7].

Отже, *неуспіх* переживають усі досліджувані, які виконують змодельовану інформаційно-перероблювальну діяльність, проте *стрес неуспіху* виникає не в усіх, а лише в тих осіб, яких можна вважати емоційно вразливими. Це, як було продемонстровано на результатах емпіричних досліджень [3; 8; 9; 10], чітко виявляється в неусвідомлених змінах стратегії переробки інформації у постстресових умовах.

Цей засіб діагностики має великі переваги перед будь-якими методиками, що базуються на самооцінюванні людиною своїх переживань, станів, ставлень до тих чи інших явищ, які завжди мають високу вірогідність бути суб'єктивними. Поведінкові методики значною мірою долають цей недолік [8; 9]. Комп'ютеризований підхід до діагностики емоційної стійкості забезпечує можливість використання додаткового каналу інформації для діагностики стану людини – спостереження за змінами у паралінгвістичних характеристиках мовлення при переживанні емоційного стресу, які зумовлені психофізіологічними особливостями перебігу психічних процесів у стані емоційного напруження [4; 7].

У цьому світлі поряд зі спеціально розробленими процедурами діагностики емоційної стійкості, цінними, на наш погляд, можуть виявитись також різноманітні форми спостережень за спонтанною поведінкою людини, які дають інформацію про притаманність їй ознак емоційної стійкості чи емоційної вразливості, зокрема, спостереження за особливостями реалізації не тільки мовлення, а й *інших вищих психічних функцій* [11–14]. Можливість такої

відображеної оцінки емоційної стійкості, наскільки нам відомо, практично ще майже не вивчалась, за винятком одного з її перспективних напрямів – дослідження особливостей усного мовлення людини і паралінгвістичної поведінки, що супроводжує мовлення (міміка, кінесика, проксемика, спектральні характеристики вокалізації, паузація) [3; 4; 7]. Зокрема, розглянуто різноманітні зміни, що відбуваються у мовленні під впливом стану *емоційної напруженості* людини, який ми розглядаємо як alter ego *емоційної вразливості* суб'єкта.

Метою цього дослідження є обґрунтування й емпірична перевірка можливості використання показників деяких вищих психічних функцій як діагностичних ознак емоційної стійкості чи емоційної вразливості людини, а також інтегральних динамічних властивостей особистості.

Емпірична перевірка інформативності доступних зовнішньому спостереженню даних щодо надання людиною переваг тим чи іншим типам стратегій стресоподолання під час виникнення певних ускладнень у її діяльності здійснювалась на вибірці спортсменів одного з індивідуальних ігрових видів спорту – настільного тенісу. З урахуванням суб'єктивних та об'єктивних труднощів цього виду спорту була визначена специфічна ситуація, що виникає у гравців у теніс наприкінці гри – ситуація появи рівного рахунку. За таких умов нерідко трапляється, що спортсмени об'єктивно більш високого технічного рівня можуть зазнати поразки від суперників, які є слабшими за них у технічному плані, лише завдяки впливу суб'єктивних факторів: невміння долати негативні емоційні стани, що можна вважати проявом їх емоційної вразливості. Доведено, що вплив негативних емоційних станів на перебіг подій під час відповідальних змагань може призводити до втрати впевненості спортсмена у власних силах, зниження гостроти тактичного мислення, виникнення надмірного збудження або, навпаки, гальмування активності, появи апатії, тобто типових ознак стану емоційної напруженості. Центрація на стані, на власних переживаннях призводить до вибору стратегії емоційного реагування або уникнення боротьби. Вибір конструктивної стратегії подолання стресу – концентрації на проблемі – забезпечує перемогу [2; 5].

Оскільки проблема диференційованого вивчення причин вибору спортсменами в екстремальних умовах змагальної спортивної діяльності або неусвідомлюваних механізмів психологічного захисту від стресу, або усвідомлених стратегій психологічного подолання мало вивчалась у такій постановці, як вона представлена у цьому дослі-

дженні, емпіричних даних відносно можливості імпліцитної оцінки емоційної стійкості спортсмена за показниками превалювання тих чи інших стратегій психологічного подолання в його індивідуальному ресурсі засобів впорання зі стресом поки що не існує.

Як операційний критерій для диференціації спортсменів, що брали участь у змаганнях з настільного тенісу, на емоційно стійких та емоційно вразливих, було обрано показники їх рахунку наприкінці сету, з яким вони закінчували зустріч, після того, як був зафіксований рівний рахунок 10:10. До аналізу відбирались тільки результати, продемонстровані спортсменами у ситуації підвищеної значущості змагань, коли «ціна» кожної помилки виявлялась дуже високою. Для того щоб отримати більш надійні дані, до аналізу залучалися результати тільки тих гравців, що зіграли більш ніж 20 сетів з рахунком 10:10. За звичайних умов сет триває до 11 очок, отже, за рахунку 10:10 один із суперників мусить виграти два очки поспіль. За таких умов кожний розіграш очка стає вирішальним, тому психологічне навантаження та ціна кожної помилки суттєво зростають. Обираючи такий підхід до диференціації спортсменів за критерієм емоційної стійкості, ми виходили з припущення, що спроможність спортсмена досягти рівного рахунку (10:10), скоріш за все, свідчить про однаковий рівень їх майстерності, а зміна рахунку наприкінці гри забезпечується більш високою психологічною підготовкою переможця порівняно з його партнером. Отже, спортсмени, які у стресовій ситуації розглянутого типу стабільно досягають переможного результату, можуть характеризуватися як гіпотетично емоційно стійкі, а спортсменів, які частіше програють за таких умов, можна вважати гіпотетично емоційно вразливими. Така гіпотеза, з нашої точки зору, могла б вважатись доведеною, якби вдалося виявити закономірний зв'язок перемоги, яку досягає один із спортсменів, з вибором їм адекватної стратегії подолаючої поведінки після досягнення рівного рахунку в грі.

Для участі в експерименті була залучена група досліджуваних у кількості 64 осіб жіночої статі віком від 14 до 23 років, які брали участь у змаганнях з настільного тенісу. Із метою виключення можливого впливу випадкових факторів на результат (хвороба, сімейні проблеми), до аналізу були відібрані результати двох турів змагань, які проходили з інтервалом в один місяць.

За допомогою опитувальника «Копінг-поведінка у стресових ситуаціях» вивчався добір досліджуваними стратегій психологічного подолання стресу

в різноманітних ситуаціях їхньої життєдіяльності. Досліджуваним пропонувалось обрати варіант, який найбільш відповідає вираженості їхньої реакції або поведінки у зазначених ситуаціях.

Для дослідження був обраний квазіекспериментальний план для двох нееквівалентних груп. Як зазначалось, розподіл досліджуваних – спортсменів-тенісистів по групах здійснювався за показником результативності спортивної діяльності після досягнення у сеті рівного рахунку 10:10. В одну з груп (група 1) були включені спортсмени-переможці (за результатами 20 ігор); в іншу (група 2) – ті, що після досягнення рівного рахунку зазнали поразки (теж принаймні у 20 іграх).

У наведеній табл. 1 представлено порівняльну характеристику частотності вибору проблемно-орієнтованої стратегії психологічного подолання в групах з різними рівнями емоційної стійкості.

Як видно з табл. 1, 84,2% гіпотетично емоційно стійких досліджуваних обирають проблемно-орієнтовану стратегію, у той час як у групі емоційно вразливих відповідний показник становить тільки

15%. Ці дані підтверджують гіпотезу про те, що емоційно стійкі спортсмени у складних ситуаціях спортивної діяльності у статистично значущій більшості випадків використовують проблемно-орієнтовану стратегію подолання стресу.

Аналіз порівняльної характеристики частотності вибору стратегії емоційного реагування у групах з різними рівнями емоційної стійкості (див рис. 1) дозволяє стверджувати, що хоча розбіжності між двома групами з високим та низьким показниками емоційної стійкості не досягають критичного значення, яке відповідає рівню 0,05 ($p \leq 1,64$), вони свідчать про наявність достатньо чітко вираженої тенденції до зростання у групі з *низьким* рівнем емоційної стійкості відсоткової частки досліджуваних, які надають перевагу стратегії емоційного реагування. Цей результат є зрозумілим у світлі високого рівня емоційної напруженості спортсменів у ситуації, яка була обрана для вивчення розглянутих вище співвідношень.

Що стосується частотності використання стратегії «уникнення проблем», то тут розбіжності

Таблиця 1

Порівняльна характеристика частотності вибору проблемно-орієнтованої стратегії в групах з різними рівнями емоційної стійкості

Групи досліджуваних	Частка досліджуваних з вищими показниками частоти вибору проблемно-орієнтованої стратегії, %	Частка досліджуваних з нижчими показниками частоти вибору проблемно-орієнтованої стратегії, %	Кількість досліджуваних
Група 1 ,	84,2	15,8	32
Група 2	18,8	81,2	32
Рівень значущості розбіжностей за критерієм ϕ^* – кутове перетворення Фішера	$\phi^*_{\text{смп}} = 4,27$ Розбіжності значущі при $p < 0,000$		

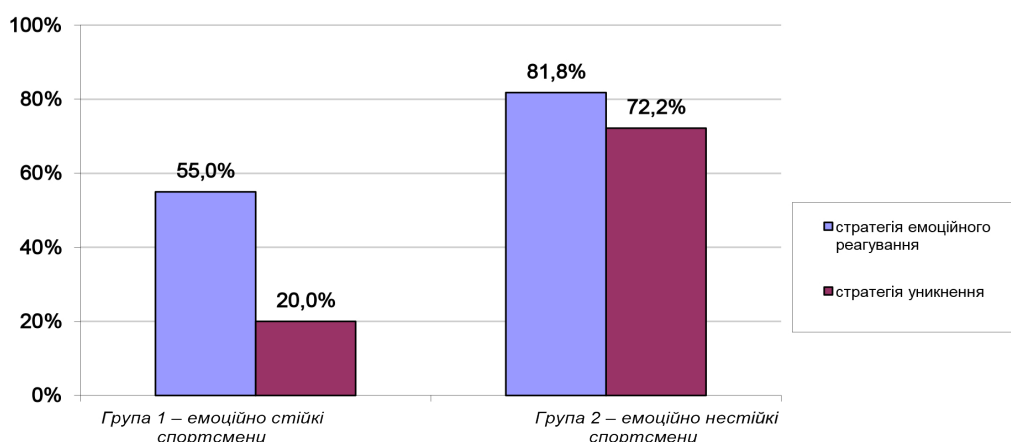


Рис. 1. Показники частотності вибору різних стратегій психологічного подолання стресу в групах спортсменів із різними рівнями емоційної стійкості (операціолізованими у термінах кількості перемог після рахунку 10:10)

між групами виявились значущими при $p < 0,01$ (ϕ^* – критерій Фішера дорівнює 3,38), тобто на найвищому рівні значущості гіпотетично емоційно вразливі спортсмени частіше обирають стратегію уникнення (72,2%), ніж спортсмени з гіпотетично високим рівнем емоційної стійкості (20%). Ці дані підтверджують гіпотезу про те, що емоційно вразливі спортсмени у складних ситуаціях спортивної діяльності, скоріш за все, досить часто використовують таку непродуктивну для відповідальних змагань стратегію психологічного подолання, як уникнення проблем, яка притаманна їм і в інших складних ситуаціях життєдіяльності.

На наступному етапі дослідження перевірялись також гіпотези існування зв'язку між емоційною стійкістю та так званими «Великими рисами особистості» (модель «Велика п'ятірка»). Статистична обробка результатів здійснювалась для нееквівалентних груп досліджуваних з різними рівнями вираженості гіпотетичної емоційної стійкості, операціоналізованими у термінах частоти досягнення успіху чи поразки спортсменами-тенісистами після сету з рівним рахунком.

Результати аналізу відібраних для участі в експерименті досліджуваних за показниками «Таксономічної п'ятифакторної моделі» підтвердили існування надійного зв'язку між високим рівнем вираженості емоційної стійкості і двома компонентами 5-факторної моделі: *сумлінністю та відкритістю новому досвіду*, а також між низьким рівнем емоційної стійкості та *нейротизмом* (див. табл. 2). Отже, кількість досліджуваних з різними ознаками за основними рисами особистості розподілена по групах з різними показниками емоційної стійкості згідно з гіпотезою.

Які очікувалось, значущих розбіжностей між рівнями емоційної стійкості й показниками інтроверсії ($\phi^*_{емп} = 0,006$) та доброзичливості ($\phi^*_{емп} = 0,436$) не виявлено. Відсутність розбіжностей між зазначеними рисами особистості (інтроверсією й добро-

зичливістю) між представниками першої і другої груп спортсменів ще виразніше підкреслює високу надійність і достовірність гіпотези, що перевірялась і може вважатись доведеною.

Результати аналізу відібраних для участі в експерименті досліджуваних з різними рівнями емоційної стійкості за показником *суб'єктивного локусу контролю*, підтвердили гіпотезу про те, що емоційно стійкі спортсмени демонструють високі показники інтернальності суб'єктивного локусу контролю. Дані аналізу результатів дослідження показують, що 81,3% досліджуваних з відносно більш високим рівнем емоційної стійкості та лише 30% досліджуваних з відносно більш низьким рівнем емоційної стійкості мають високі показники за шкалою інтернальності локусу контролю. Це свідчить про те, що під час змагань емоційно стійкі спортсмени розраховують переважно на власні сили, а емоційно нестійкі спортсмени вважають, що результати їх діяльності є результатом збігу обставин. За критерієм ϕ^* – кутове перетворення Фішера розбіжності значущі при $p < 0,01$ ($\phi = 2,247$)

Аналіз груп досліджуваних за показниками вираженості потреби у досягненні показує, що 75% гіпотетично емоційно стійких досліджуваних демонструють високі показники потреби у досягненні, в той час як у групі з низьким рівнем емоційної стійкості – тільки 12,5% досліджуваних. Для груп, що розрізнялись за високими та низькими показниками емоційної стійкості, розбіжності у відсоткових долях осіб, які відзначаються високими показниками потреби у досягненні успіху, виявились значущими при $p < 0,01$ ($\phi^*_{емп}$ – критерій Фішера дорівнює 3,877). Ці дані підтверджують гіпотезу про те, що емоційно стійкі спортсмени у складних ситуаціях спортивної діяльності демонструють високий рівень вираженості потреби в досягненні успіху в зазначеній діяльності.

Таблиця 2

Розподіл відсоткових часток досліджуваних за показниками «сумлінність», «нейротизм», «відкритість новому досвіду» в нееквівалентних (за рівнями виявлення емоційної стійкості) групах досліджуваних-спортсменів

Групи досліджуваних	Відсоткові частки досліджуваних з вищими та нижчими показниками за трьома факторами особистості (згідно з моделлю «Велика п'ятірка»), %					
	Сумлінність		Нейротизм		Відкритість новому досвіду	
	вищі	нижчі	вищі	нижчі	Вищі	нижчі
Група 1	73,7	26,3	15	85	68,8	31,2
Група 2	28,6	71,4	73,3	26,7	36,4	63,6
Рівні значущості розбіжностей за критерієм ϕ^* кутове перетворення Фішера	Розбіжності значущі при $p < 0,01$ ($\phi^*_{емп} = 2,66$)		Розбіжності значущі при $p < 0,000$ ($\phi^*_{емп} = 3,69$)		Розбіжності значущі при $p < 0,05$ ($\phi^*_{емп} = 1,68$)	

Розглянуті результати емпіричного дослідження дають змогу по-новому уявити перспективи діагностики емоційної стійкості. Емоційну стійкість опосередковують диспозиційні характеристики особистості, але, крім них, велику роль відіграють стратегії психологічного подолання стресу, яким надають перевагу спортсмени. Ураховання розбіжностей у доборі стратегій психологічного подолання стресу різними суб'єктами відкриває перспективи розробки різноманітних поведінкових методик імпліцитної діагностики емоційної стійкості. Емпіричне дослідження дозволило довести існування надійного зв'язку між вибором спортсменами стратегій подолаючої поведінки у спортивних ситуаціях підвищеної значущості не тільки з їх особистісними рисами, а й з мотивацією спортивної діяльності.

Що стосується емоційної регуляції поведінки, то було доведено, що навіть гіпотетично емоційно стійкі спортсмени під час змагань демонструють дуже бурхливі реакції на помилку. Ці реакції виражаються у словесному самозвинуваченні, мімічних проявах, проте на відміну від емоційно нестійких спортсменів вони за лічені секунди, які надаються для підготовки до наступного розіграшу очка, опа-

нують себе і досягають перемоги над суперником. Можна припустити, що специфікою негативних емоційних реакцій успішних спортсменів є те, що ці реакції допомагають їм виплеснути емоції назовні і у такий спосіб заспокоїтись. Той факт, що для емоційно стійких спортсменів характерною є проблемно-орієнтована стратегія подолання стресу, зумовлює не тільки спрямованість їх зусиль на спортивну боротьбу, а й планування ними своїх виступів на змаганнях, розробку тактики та стратегії матчу, збирання інформації про суперників, адекватне оцінювання своїх переваг та недоліків. Отже, надання суб'єктом переваги саме цій стратегії може стати надійною підставою для прогнозування емоційної стійкості людини, адже готовність до використання цієї стратегії можна відстежити й у повсякденній поведінці людини, у якій вона теж виступає як домінуюча. Отримані дані розглянутого дослідження дозволили також підтвердити припущення, згідно з яким використання стратегії уникнення є найменш продуктивним в ситуації відповідальних спортивних змагань. Згідно з чинними правилами, спортсмен, який під час зустрічі поводить пасивно або відмовляється від боротьби, може навіть бути дискваліфікованим.

СПИСОК ЛІТЕРАТУРИ:

1. Аршава І.Ф. Аспекти імпліцитної діагностики емоційної стійкості людини. Дніпро : Вид-во ДНУ, 2008. 468 с.
2. Бочавер К.А., Довжик Л.М. Совладающее поведение в профессиональном спорте: феноменология и диагностика. *Клиническая и специальная психология*. 2016. Т. 5. № 1. С. 1–18. doi: 10.17759/psyclin.2016050101.
3. Носенко Е.Л., Аршава І.Ф., Кутовий К.П. Форми відображеної оцінки емоційної стійкості та емоційної розумності людини : монографія. Дніпро, 2011. 172 с.
4. Носенко Э.Л. Эмоциональное состояние и речь. Київ : Вища школа, 1981. 194 с.
5. Палайма Ю.Ю. Преодоление отрицательных состояний в спорте. *Спортивная психология*. Санкт-Петербург : Питер, 2002. С. 98–107.
6. Пат. 91842 UA, МПК (2009) А61В 5/16 Спосіб прогнозування емоційної стійкості людини / Аршава І.Ф., Носенко Е.Л., Хижа О.Л. № 200709199; заявл. 13.08.2007; опубл. 10.09.2010. Бюл. № 17.
7. Пат. 144294 UA, МПК (2020) Спосіб прогнозування емоційної стійкості людини / Носенко Е.Л., Аршава І.Ф., Кутовий К.П. ; опубл. 25.09.2020. Бюл. № 18.
8. Arshava I. F. A reflected behavioral manifestation of the human emotional stability. *Abstracts of 29th International congress of Psychology*. Berlin, Germany. 2008. P. 622–623.
9. Arshava I.F., Nosenko D.V., Nosenko G.V., The role of athletic activity over youth in developing internal resources for perceived self – control / I.F. Arshava, D.V. Nosenko, G.V. Nosenko. *14th European Congress of Sport Psychology*, 14-19 July 2015, Bern, Switzerland.
10. Arshava I.F. Role of active stress coping strategies in human being emotional stability prognosis. Abstract 4th International interdisciplinary congress «Neuroscience for Medicine and Psychology». Sudak, Crimea, Ukraine. 2008. P. 49–50.
11. Carver C. S. Stress, coping, and self-regulatory processes. *Handbook of Personality Theory and Research* / L. A. Pervin & J. P. Oliver (Eds). New York : Guilford, 1999. P. 553–575.
12. Asendorpf J.B. Double dissociation between implicit and explicit personality self-concept: The case of shy behavior. *Journal of Personality and Social Psychology*. 2001. № 83. P. 380–393.
13. Schmukle S. C. Does the Implicit Association Test for assessing anxiety measure trait and state variance? *European Journal of Personality*. 2004. № 18. P. 483–494.
14. Schnabel K. Employing automatic approach and avoidance tendencies for the assessment of Implicit Personality Self-concept. The Implicit Association procedure. *Experimental Psychology*. 2006. № 53(1). P. 69–76.