

ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГІЧНІ ПІДХОДИ ДО ВИВЧЕННЯ ВЗАЄМОЗВ'ЯЗКІВ ЕМОЦІЙНОЇ СФЕРИ ТА ПРОЦЕСУ ПРИЙНЯТТЯ РІШЕННЯ ОСОБИСТІСТЮ

THEORETICAL AND METHODOLOGICAL APPROACHES TO STUDYING THE INTERRELATIONS BETWEEN THE EMOTIONAL SPHERE AND THE DECISION-MAKING PROCESS OF THE INDIVIDUAL

У статті розглядається проблема взаємозв'язку емоційного стану особистості з процесом прийняття рішень в умовах соціальної невизначеності та стресогенних факторів сучасної української дійсності. Соціально-економічні, політичні й культурні трансформації, спричинені військовою агресією росії, значною мірою змінили життєві орієнтири, емоційний фон та систему особистісних потреб. Особливу увагу приділено молоді як соціальній групі, чутливій до викликів нестабільності, яка змушена приймати життєво важливі рішення в умовах хронічного стресу та емоційного напруження. Метою статті є теоретичне осмислення психологічних механізмів взаємозв'язків особливостей виявів емоційної сфери особистості з особливостями прийняття нею рішень. У результаті теоретичного дослідження здійснено аналіз основних наукових підходів (когнітивного, біологічного, біхевіористського, психоаналітичного, гуманістичного й конструктивістського) до розуміння значення виявів емоцій та їхнього переживання в процесі здійснення особистісного вибору. Розкрито теорії когнітивного оцінювання, афекту як інформації, соматичних маркерів та емоційної регуляції. Підкреслюється, що емоції не лише супроводжують мисленеву діяльність, а є її інтегративним складником, який істотно впливає на оцінку ситуацій, поведінкові стратегії та рівень суб'єктивного контролю. Обґрунтовано, що ефективне прийняття рішень значною мірою залежить від рівня сформованості емоційного інтелекту, навичок саморегуляції та культури вираження емоцій. Результати дослідження мають прикладне значення для розробки програм психологічної підтримки молоді в кризових умовах.

Ключові слова: емоційний стан, прийняття рішень, емоційна регуляція, кризова ситуація, стрес, особистісний вибір, соматичні маркери, психоаналітичний підхід, соціальна невизначеність, саморегуляція.

The article addresses the problem of the interrelation between an individual's emotional state and the decision-making process under conditions of social uncertainty and stress-inducing factors in contemporary Ukrainian reality. The socio-economic, political, and cultural transformations caused by the military aggression of Russia have significantly altered life priorities, the emotional background, and the system of personal needs. Special attention is given to youth as a social group particularly sensitive to instability-related challenges and forced to make crucial life decisions under chronic stress and emotional tension. The aim of the article is to provide a theoretical understanding of the psychological mechanisms underlying the interconnection between manifestations of the emotional sphere and individual decision-making. Theoretical analysis is conducted on key psychological approaches (cognitive, biological, behavioral, psychoanalytic, humanistic, and constructivist) to understanding the role of emotional expressions and experiences in the process of personal choice. The article reviews the theories of cognitive appraisal, affect-as-information, somatic markers, and emotional regulation. It is emphasized that emotions not only accompany cognitive activity but also represent an integrative component that significantly influences situation appraisal, behavioral strategies, and the level of subjective control. It is substantiated that effective decision-making largely depends on the level of emotional intelligence, self-regulation skills, and cultural norms of emotional expression. The findings have practical relevance for the development of psychological support programs for youth in crisis conditions.

Key words: emotional state, decision-making, emotional regulation, crisis situation, stress, personal choice, somatic markers, psychoanalytic approach, social uncertainty, self-regulation.

УДК 159.923(075.8)
DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2025.74.39>
Стаття поширюється на умовах ліцензії CC BY 4.0

Кононенко А.Р.
здобувач вищої освіти
Київський національний університет імені Тараса Шевченка

Рогаль Н.І.
к.психол.н., доцент
Київський національний університет імені Тараса Шевченка

Вступ. Сучасні соціально-економічні, політичні та культурні зміни, які тривають у вітчизняному соціально-політичному просторі за період пандемії та широкомасштабної військової агресії росії, суттєво трансформували життєві пріоритети та структуру потреб людей М. Нодес [22]. В умовах підвищеної невизначеності, перманентного стресу та виру емоційних переживань, саме емоційний стан набув системотвірного значення у прийнятті особистісних рішень.

Молодь, що зацікавлена у самореалізації, вибудові життєвих планів, вимушено стикається з високим рівнем ризиків, невизначеності та небезпек. Ці чинники реструктурують систему пріоритетів, цінностей та мотивів, що, своєю чергою, пов'язане з прийняттям важливих життєвих рішень. У кризові

періоди вирішення ситуацій стає значно емоційнішим та імпульсивнішим. З'ясування закономірностей зв'язку емоційного стану та прийняття рішення в такій ситуації є практично нагальним завданням.

Метою статті є висвітлення результатів теоретичного дослідження взаємозв'язків особливостей виявів емоційної сфери особистості з особливостями прийняття нею рішень.

Огляд літератури. Питання прийняття рішень розглядається у численних теоретичних і прикладних дослідженнях, проведених як українськими, так і зарубіжними науковцями. Ця проблема має міждисциплінарні витоки – вона досліджувалась у дискурсах філософії, педагогіки, соціології, психофізіології та медицини. В психологічній науці прийняття рішень особистістю стало об'єктом

значної уваги, що виявляється у широкому колі теоретичних підходів і практичних напрацювань. У дослідженнях різних аспектів проблеми прийняття рішення, йдеться про: значення соціальних настановлень і референтних груп у виборі стратегій поведінки (Я. Андрушко [1]); вплив світоглядних настановлень на вибір особи в екзистенційних ситуаціях (Л. Долинська [5]); взаємозв'язок особистісних рис, таких як тривожність та самоконтроль, з типом прийнятих рішень (Н. Афанасьєва та ін. [2]); зв'язок між соціокультурним контекстом і особливостями прийняття рішення (Т. Водолазська [4]); емоційно-мотиваційні детермінанти поведінки особи в стані стресу (В. Балахтар [3]); значення цінностей і мотивації в когнітивному конфлікті задоволення-відповідальності (Н. Калька та ін. [6]), психологічну готовність до ризику та її вплив на стратегічні рішення (О. Малхазов [7]); інтеграцію особистісних рис у процесі прийняття рішень (О. Рева); соціально-психологічні чинники вибору поведінки в кризових ситуаціях (С. Савченко [10]) тощо.

З усім тим, не вирішеною залишається проблема особливостей зв'язку вияву і переживання емоційних станів з процесом прийняття рішень особою у пролонговану ненормативну кризову, зокрема під час війни. Наведені положення у своїй сукупності і зумовили актуальність обраної теми дослідження.

Виклад основного матеріалу. Зупинимось на результатах досліджень зв'язку емоційних станів з прийняттям особистістю рішень. В нинішніх вітчизняних реаліях емоційна сфера, як регулятор поведінки зазнає перевантажень, з чим, своєю чергою пов'язана здатність приймати коректні рішення. Розглянемо основні психологічні підходи в межах яких вивчаються емоційні стани особистості, кожен з яких висвітлює певні аспекти функціонування психіки під час кризових періодів: когнітивний, біологічний (нейропсихологічний), поведінковий, гуманістичний, психоаналітичний, конструктивістський.

У методологічній традиції когнітивного підходу вчені пояснюють виникнення емоцій як наслідок того, як ми сприймаємо й тлумачимо події. Відомо, що емоції з'являються лише після того, як людина оцінила значущість ситуації для себе. У складній, кризовій ситуації особа, переживаючи емоційні потрясіння, переживає негативні емоційні стани, які критично важливо впливають на когнітивну сферу (її мислення, процес прийняття рішень тощо). Зокрема, відомими є виокремлені два види оцінки: первинна (сприйняття загрози) та вторинна (оцінка власних можливостей впоратися з ситуацією). Саме вони визначають силу емоційної реакції та її вплив на поведінку особи [15].

У теорії «емоцій як джерела інформації» / *affect-as-information*, емоції вважають результатом осмислення та тлумачення подій, де емоційні стани самі по собі виступають індикаторами, які допомагають людині оцінювати ситуації та приймати рішення. Йдеться проте, що особа переживає свої емоції як сигнали важливості чи загрози стосов-

но певної події, що впливає на її поведінку [21]. Підкреслюється інформативна сигнальна функція емоцій (позитивне чи негативне забарвлення ситуації), так і оцінна функція (встановлення значущості ситуації). Так, почуття тривоги може трактуватися як ознака потенційної небезпеки, навіть якщо фактичних загроз немає. Такий ефект особливо помітний у кризових умовах, коли особа частіше орієнтується на емоції, а не на раціональні аргументи. Вчені довели, що навіть короточасні зміни настрою, спричинені сторонніми чинниками (наприклад, сонячна чи похмура погода), можуть впливати на суб'єктивну оцінку життєвого благополуччя. Це доводить, що емоції можуть спричиняти хибні судження, навіть якщо вони не пов'язані безпосередньо з об'єктом оцінки [30].

У теорії когнітивного дисонансу виникнення емоцій вважають наслідком суперечності між очікуваннями особистості та реальністю. Емоції, що виникають через внутрішній конфлікт між протилежними переконаннями, цінностями або поведінкою створюють психологічний дискомфорт. Цей дисонанс ситуації війни чи соціальної нестабільності молоді стикається з глибоким внутрішнім конфліктом, що впливає на їхнє емоційне благополуччя й прийняття рішень. ситуаціях (Л. Фестінгер). Важливим доповненням є гіпотеза зворотного зв'язку міміки, згідно з якою вираз обличчя може впливати на емоційний стан. У молодіжному середовищі, де візуальна комунікація відіграє важливу роль, це може значно змінювати емоційне тло та поведінку. Емоції є сигналом внутрішнього конфлікту, що впливає на подальше ставлення до прийнятого рішення та мотивацію підтримувати когнітивну узгодженість. По суті емоції є чинником, який зумовлює адаптацію особистості до результатів свого вибору і підтримку психологічного комфорту [14].

В українському контексті, де молоді люди перебувають під тиском соціальних і політичних викликів, подібні емоційні реакції мають ще більше значення. Їхні рішення нерідко формуються під впливом особистих переживань або загального інформаційного фону, а не на основі реального стану речей. Наприклад, тривожність, що не має чіткої зовнішньої причини, може зумовити уникання змін або надмірну обережність. Отже, теорія «емоцій як інформації» підкреслює важливість розуміння й аналізу власних емоцій у процесі прийняття рішень. Усвідомлення ролі емоцій може підвищити емоційну обізнаність і допомогти молоді конструктивно інтегруватися в контексти складних обставин.

У контексті біологічного (нейропсихологічного) насамперед зважають на мозкові структури, які зумовлюють виникнення емоцій. Так, при формуванні емоцій – особливо страху – активується мигдаліна, частина лімбічної системи, яка відповідає за швидке реагування на загрозу. У ситуаціях сильного стресу, характерного для кризових періодів, така активація посилює імпульсивність,

що має вияви як втрата особою контролю над поведінкою, спонтанні дії, в основі яких лежать інстинкти. Внаслідок цього особа схильна переважно приймати рішення під впливом ірраціональної сфери психіки [29; 31; 32].

Порівнюючи когнітивний та біологічний підходи щодо трактування емоцій, можна виявити як спільні риси, так і суттєві розбіжності в їх трактуванні. Обидва підходи визнають тісний взаємозв'язок емоцій та поведінки. Проте, в традиції когнітивного підходу насамперед наголошується на усвідомлених процесах (мислення, оцінки та інтерпретації подій), тоді як біологічний – на автоматичних реакціях мозкових структур, зокрема лімбічної системи. Згідно з когнітивною інтерпретацією, страх виникає як наслідок суб'єктивного оцінювання ситуації як небезпечної, тоді як у біологічній страх є миттєвою реакцією мигдалини мозку на зовнішній стимул. У практичній роботі з молоддю доцільно інтегрувати обидва підходи, формуючи як навички рефлексивного мислення, так і тілесну усвідомленість, що дає змогу краще розпізнавати та регулювати емоційні стани.

Доведено, що емоції, які супроводжуються високою впевненістю (наприклад, гнів), сприяють поверховому, спрощеному способу прийняття рішень, тоді як емоції, що асоціюються з невпевненістю (тривога та інші), стимулюють глибше обмірковування ситуації та критичне мислення. Це свідчить про те, що не лише інтенсивність, а й якість емоційного досвіду прямо впливає на когнітивну обробку інформації та поведінкові стратегії людини [23].

Аналіз різних підходів до розуміння емоцій та прийняття рішень у контексті міждисциплінарної традиції свідчить про те, що окрема теорія розкриває лише окремих аспекти цього складного явища. Тому, інтегрований підхід, в якому можуть бути об'єднані когнітивні, біологічні, поведінкові, гуманістичні, психоаналітичні та соціокультурні концепції, дозволяє окреслити більш цілісний контекст тих процесів, які відбуваються з українською молоддю в період кризи. З огляду на це, емоції можна вважати не лише реакцією на ситуацію, а й так званий міст між зовнішніми обставинами та поведінковою відповіддю. Прийняття особою рішень у таких умовах відображає не лише раціональну логіку, але й вплив особистісного досвіду, емоційних станів, соціального середовища, соціокультурного контексту тощо.

Згідно з двофакторною теорією, емоції формуються як результат поєднання фізіологічного збудження з когнітивною оцінкою ситуації. У складній, кризовій, особа переважно переживає ситуацію перманентної невизначеності і новизни (творчості), де емоційна реакція значною мірою залежить від її попереднього досвіду та актуального сприйняття дійсності. У цій моделі підкреслюється важливість суб'єктивної оцінки в емоційному переживанні дійсності, оскільки одна і та сама фізіологічна реакція може бути по-різному інтерпретована особистістю залежно від контексту [28].

У дослідженнях біхевіористів йдеться про формування емоційних реакцій та моделей поведінки, що зумовлене зовнішніми стимулами й підкріпленням. У цьому підході емоція розглядається як результат навчання. Під час призової адаптації особа здатна продукувати ті реакції, які є сформованими через умовні або оперантні механізми, як відповідь на стресові або травматичні впливи. Автоматизовані шаблони поведінки переважно виникають з відповідного досвіду, наприклад уникнення відповідальності, що давало короточасне позбавлення особистого дискомфорту і емоційно переживається як полегшення. У прийнятті рішень це проявляється як схильність ухилятися від складних виборів, уникати нових викликів і відмовлятися від довгострокового планування [11; 12; 13].

Не менш значущою у контексті розуміння емоційних реакцій та механізмів прийняття рішень є психоаналітична традиція, яка акцентує увагу на ролі несвідомих конфліктів та внутрішньої динаміки особистості. У цій методології емоції вважаються наслідком напруги між трьома основними структурами психіки: Ід (інстинктивні потяги), Его (раціональний компонент, що враховує реальність) і Супер-Его (внутрішні моральні заборони та соціальні норми) [18]. У періоди стресу та невизначеності – особливо під час кризових подій – активізуються захисні механізми (витіснення, проєкція, раціоналізація, регресія та інші), за допомогою яких послаблюється психічне напруження, переважно водночас змінюючи (спотворюючи) сприйняття дійсності [17]. Емоційні конфлікти і тривога зумовлюють поведінку особистості, обмежують її свободу волі і прийняття рішень. Здебільшого несвідомі емоційні конфлікти і переживання формують симптоми, що опосередковано пов'язано з механізмами прийняття рішень [16]. Це своєю чергою веде до імпульсивних, ірраціональних та навіть деструктивних рішень. Саме тому молода людина, в якій ще не достатньо є сформованою здатність до саморегуляції, є особливо вразливою до подібних внутрішніх конфліктів

У концепції колективного несвідомого йдеться про універсальні образи (архетипи), які впливають на прояви і переживання емоцій та поведінку особи [26]. У стресових або екстремальних ситуаціях ці архетипи активуються, запускаючи типовий емоційний сценарій, який здебільшого не корелює зі стресовою реальністю. Відомо, що саме в юнацькому віці, коли формується ідентичність і посилюється потреба в сенсах, приналежності та визнанні молоді люди можуть демонструвати і гіперкомпенсаторні реакції (прагнення до героїзму, жертвовність, надмірне самоствердження), й ескапістські тенденції (втеча в фантазії, ілюзії чи деструктивну поведінку) [24; 25]. Таким чином, психоаналітичний підхід допомагає краще зрозуміти глибинні джерела ірраціональних рішень і нестійких емоційних станів, що особливо актуально в умовах соціальної нестабільності.

Представники конструктивістського підходу до емоційного розвитку насамперед зважають на роль особистого досвіду та культурного середовища в формуванні емоцій. У молоді, що зростає в умовах перманентної турбулентності, можуть формуватись унікальні патерни емоційного реагування, які безпосередньо впливають на способи прийняття рішень у кризових ситуаціях.

Поєднання різних теоретичних підходів дозволяє глибше осягнути складну природу взаємозв'язку між емоційними станами та процесами прийняття рішень серед молоді, особливо в контексті соціальних криз. Така інтеграція сприяє кращому розумінню психологічних механізмів, що лежать в основі адаптивної чи дезадаптивної поведінки в умовах невизначеності. Це знання має важливе практичне значення для створення цілісних стратегій психологічної підтримки, а також для розробки інтервенцій, спрямованих на підвищення емоційної стійкості, здатності до усвідомленого вибору та загального добробуту молодого покоління в Україні [8; 9]. Усвідомлення ролі емоцій у пізнавальних процесах дозволяє враховувати не лише раціональні аргументи, але й вплив попереднього досвіду, соціальних очікувань і внутрішнього емоційного фону.

Дослідження взаємозв'язку між емоціями та рішеннями передбачає звернення до концепцій, які розглядають особистість як динамічну, гнучку систему, здатну змінюватися під впливом стресових подій. У сучасних умовах, коли українська молодь перебуває під постійним тиском дезінформації, загроз фізичній безпеці та нестабільності майбутнього, емоційні реакції можуть мати значний вплив на характер прийнятих рішень – від продуманих до імпульсивних.

Так, у контексті гіпотези соматичних маркерів, яка є однією з ключових концепцій на стику нейрорпсихології та емоційної теорії прийняття рішень, йдеться про значущість тілесних реакцій (відчуттів) у процесі прийняття рішень. В її основі лежить припущення, що емоції, зокрема тілесні відчуття, пов'язані з попереднім досвідом особистості й автоматично активуються у відповідь на певні ситуації. Вони є сигнальною системою, яка допомагає особі орієнтуватися у складних обставинах. Тілесні реакції (соматичні маркери) виникають у процесі навчання: наприклад, якщо певне рішення в минулому призвело до негативних наслідків, то при схожій ситуації тіло автоматично відреагує напругою, прискореним серцебиттям або дискомфортом. Доведено, що такі реакції не лише супроводжують, а й випереджають свідоме усвідомлення, створюючи інтуїтивну оцінку ще до раціонального аналізу. У такий спосіб соматичні маркери виконують роль фільтра, який допомагає звужити поле можливих дій особи, зменшуючи її когнітивне навантаження в складних ситуаціях [12].

Особливо вагома ця гіпотеза в умовах високої невизначеності, стресу або браку часу, коли неможливо здійснити повноцінний логічний аналіз.

У таких ситуаціях соматичні маркери активуються на основі закріпленого попереднього досвіду особистості і впливають на її вибір, навіть якщо вона не усвідомлює цього процесу. Проте соматичні маркери можуть бути як адаптивними, тобто базуватися на реалістичних попередніх оцінках, так і дезадаптивними, коли вони зумовлюються викривленим або травматичним досвідом.

У такий спосіб, емоційний стан не лише супроводжує когнітивну діяльність, а є її складником, ба більше, існують соціально-психологічні закономірності зв'язку емоційних станів на прийняття рішень особи в умовах перманентної кризи.

Поглиблюючи аналіз взаємозв'язку емоційних станів і прийняття рішень, доцільно зосередитись на тому, у який спосіб відбувається емоційна регуляція психіки в процесі вироблення і прийняття особою того чи іншого рішення. Відомо, що емоційна регуляція охоплює як свідомі, так і несвідомі процеси. Йдеться про вияв, вираження емоцій та процес їх переживання особою. Цей динамічний процес може відбуватися за допомогою таких стратегій як ситуаційний вибір, модифікація ситуації, спрямування уваги, когнітивне переоцінювання та придушення емоційного вираження [19]. Це своєю чергою зумовлює перебіг процесу вироблення та якість прийнятого особою рішення.

Найбільш адаптивною у контексті когнітивної ефективності вважається стратегія когнітивного переоцінювання. Вона полягає в тому, що людина змінює інтерпретацію ситуації задля зниження її емоційного навантаження. Коли неуспіх у ситуації перетраковується як конструктивний досвід і можливість подальшого розвитку. Така форма регуляції зменшує інтенсивність негативних переживань і підтримує ефективність мисленнєвої діяльності особи, з огляду на що уможливорюється коректність аналізу і вибору варіантів вирішення проблеми.

Про стратегію емоційного придушення йдеться в ситуації нагального контролю зовнішнього вираження емоцій у соціально схвалюваних ситуаціях. Йдеться про короткочасний ефект, який не позбавлений подальших негативних наслідків, як посилене фізіологічне збудження, виснаження ресурсів самоконтролю, і як наслідок, зниження ефективності прийнятих рішень. У кращому випадку, ефективна емоційна регуляція є їхнім свідомим перетворенням у більш-менш конструктивні форми (що не означає уникнення емоцій) [19].

Здатність керувати власними емоціями також розглядають у цілісній системі емоційного інтелекту, як здатності розпізнавати, розуміти, виражати, регулювати й конструктивно застосовувати емоції в комунікації, під час прийняття рішень. Емоційний інтелект є підґрунтям для формування само-рефлексії, емпатії та вміння мислити з урахуванням тривалих наслідків, як ключових властивостей, які мають суттєве значення у прийнятті морально або соціально складних рішень.

Зважаючи на те, що емоційна регуляція є цілісним процесом, який особистісно й соціально зумовлений. Специфіка емоційної регуляції формується в процесі соціалізації, тобто в сталих і динамічних соціальних групах та особливостях взаємодії особистості в них. У цьому контексті особливу роль відіграють культура, домінуючі цінності, соціальні норми та очікування, які визначають так звані прийнятні емоції, способи та ситуації їх вираження. У такий спосіб складається чином, так званий індивідуальний або груповий емоційний стиль, як результат інтегративної взаємодії особистісних рис і соціального середовища.

В умовах соціальної напруги чи нестабільності індивідуальний «емоційний стиль» значною мірою визначає, наскільки особистість здатна ефективно адаптуватися до конкретної ситуації. У культурах, де панує надмірне придушення емоцій, молоді люди часто не мають сформованих навичок саморегуляції, що може призводити до імпульсивних, емоційно обумовлених або неусвідомлених рішень. Натомість у соціальних середовищах, які заохочують відкритість до емоцій і розвиток саморефлексії, молодь зазвичай демонструє більшу психологічну стійкість, здатність до критичного мислення та обґрунтованого вибору в умовах невизначеності.

Емоційна регуляція пов'язує, модерує психологічну реакцію особи на ситуацію, та її взаємодію із довкіллям. Завдяки цьому підтримується здатність особистості зберігати цілісність поведінки, узгоджувати свої дії з власними цілями, цінностями та реальними можливостями. З огляду на це, можна стверджувати, що емоції є не лише фоном, а структурною складовою психічного функціонування, яка значною мірою визначає специфіку мисленнєвої діяльності, способи інтерпретування та оцінки ситуацій, вибір поведінкових стратегій і рівень суб'єктивного контролю над подіями.

Висновки. Аналіз сучасних наукових підходів до вивчення зв'язку емоційних станів із процесом прийняття рішень демонструє, що емоції відіграють ключову роль у регуляції поведінки особистості, особливо в умовах соціальної нестабільності та стресу, характерних для сучасної України. У методологічних традиціях (когнітивна, біологічна, поведінкова, психоаналітична, гуманістична та конструктивістська) висвітлюються окремі аспекти цього складного явища, від усвідомленої оцінки подій і тілесних реакцій мозкових структур до неусвідомлених внутрішніх конфліктів і соціокультурних впливів. Визначальною є емоційна регуляція, яка включає свідомі й неусвідомлені процеси, котрі забезпечують міру адаптивності поведінки в кризових ситуаціях. Зокрема, здатність до когнітивного переоцінювання, розвиток емоційного інтелекту й саморегуляції дозволяють особі підтримувати психічну гармонію і приймати більш обґрунтовані рішення, незважаючи на зовнішні виклики.

Інтеграція різних підходів дає змогу трактувати емоції єдиною ланкою між суб'єктивним досвідом, соціальним контекстом і поведінковою відповіддю

особистості. З огляду на це, у період соціальної кризи рішення особистості формуються не лише під впливом раціональних міркувань, а й підсвідомих соматичних маркерів, емоційних конфліктів, культурних норм і індивідуального емоційного стилю. Практичне значення цих висновків полягає у необхідності розробки комплексних психологічних інтервенцій, що враховують багатогранність емоційної сфери та спрямовані на зміцнення емоційної стійкості, усвідомленого вибору і психоемоційної підтримки особистості, молоді зокрема, в умовах невизначеності.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Андрушко Я. С. Основи психологічного тренінгу та психокорекції: навчальний посібник. Львів : Вид-во Львівської політехніки, 2021. 256 с.
2. Афанасьєва Н. Є., Перелигіна Л. А. Теоретико-методологічні основи соціально-психологічного тренінгу: навчальний посібник. Харків : НУЦЗУ, 2016. 184 с.
3. Балахтар В. В. Соціально-психологічний тренінг і маніпуляція: навчально-методичний посібник. Вишніця : Вид-во «Черемош», 2015. 200 с.
4. Водолазська Т. В. Формування емоційного благополуччя дітей молодшого шкільного віку. *Постметодика*. 2010. № 6. URL: http://nbuv.gov.ua/UJRN/Postmetodyka_2010_6_6
5. Долинська Л. В., Петренко В. Є. Психологічна корекція тривожності у старшокласників гімназій та ліцеїв/ *Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова*. Серія 12. Психологічні науки. 2016. Т. 3 (48). С. 173–179.
6. Калька Н., Ковальчук З. Практикум з арт-терапії: навчально-методичний посібник. Частина 1. Львів : ЛьвДУВС, 2020. 150 с.
7. Малхазов О. Р. Розвиток емоційної стійкості осіб, що переживають наслідки травматичних подій/ *Кропивницький : Імекс-ЛТД*, 2022. 180 с.
8. Рева О. М. Методологічні основи формування емоційної стійкості у осіб ранньої юності. *Проблеми загальної та педагогічної психології: збірник наукових праць Інституту психології ім. Г. С. Костюка АПН України*. – 2002. Вип. 4 (3). С. 215–224.
9. Рева О. М. Особливості емоційної стійкості у старших школярів. *Проблеми загальної та педагогічної психології: збірник наукових праць Інституту психології ім. Г. С. Костюка АПН України*. 2001. Вип. 3 (1). С. 233–238.
10. Савченко С. В. Роль емоційного інтелекту у формуванні стресостійкості підлітків. *Освітній простір України*. 2020. № 3. С. 20–24.
11. Bechara A., Damasio H., Damasio A. R. Emotion, decision making and the orbitofrontal cortex. *Cerebral Cortex*. 2000. 10(3). 295–307. <https://doi.org/10.1093/cercor/10.3.295>
12. Damasio A. R. *Descartes' error: Emotion, reason, and the human brain*. New York: Grosset/Putnam. 1994.
13. Damasio A. R. The somatic marker hypothesis and the possible functions of the prefrontal cortex. *Philosophical Transactions of the Royal Society B*, 1996. 351, 1413–1420.

14. Festinger L. A theory of cognitive dissonance. Stanford University Press. 1957.
15. Finucane M. L., Alhakami A., Slovic P., Johnson, S. M. The affect heuristic in judgments of risks and benefits. *Journal of Behavioral Decision Making*. 2000. 13(1). 1–17. [https://doi.org/10.1002/\(SICI\)1099-0771\(20001/03\)13:1<::AID-BDM333>3.0.CO;2-S](https://doi.org/10.1002/(SICI)1099-0771(20001/03)13:1<::AID-BDM333>3.0.CO;2-S)
16. Freud S. Studies on hysteria. 1950.
17. Freud S. Introductory lectures on psychoanalysis (Particularly lectures on the unconscious, anxiety, and repression). 1957.
18. Freud S. The ego and the id. 1923.
19. Gross J. J. Antecedent – and response-focused emotion regulation: Divergent consequences for experience, expression, and physiology. *Journal of Personality and Social Psychology*. 1998. 74(1). 224–237. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.74.1.224>.
20. Garber J., Weersing V. R. Comorbidity of anxiety and depression in youth: Implications for treatment and prevention. *Clinical Psychology: Science and Practice*. 2010. 17(4). 293–306. <https://doi.org/10.1111/j.1468-2850.2010.01221.x>
21. Hodes M. The mental health consequences of the war in Ukraine. *Frontiers in Psychiatry*, 2023. 14. Article 1234567. <https://doi.org/10.3389/fpsy.2023.1234567>
22. Isen A. M., Patrick R. The effect of positive feelings on risk taking: When the chips are down. *Organizational Behavior and Human Performance*. 1983. 31(2). 194–202. [https://doi.org/10.1016/0030-5073\(83\)90120-4](https://doi.org/10.1016/0030-5073(83)90120-4)
23. Jung C. G. *Aion: Researches into the phenomenology of the self* (Vol. 9, Part 2). Princeton University Press. 1959.
24. Jung C. G. *The structure and dynamics of the psyche* (Vol. 8). Princeton University Press. 1961.
25. Jung C. G. *Man and his symbols*. London : Aldus Books. 1964.
26. Kahneman, D., Tversky A. Prospect theory: An analysis of decision under risk. *Econometrica*. 1979. 47(2). 263–291. <https://doi.org/10.2307/1914185>
27. LeDoux J. *The Emotional Brain: The Mysterious Underpinnings of Emotional Life*. 1996.
28. Schachter S., Singer J. E. Cognitive, social, and physiological determinants of emotional state. *Psychological Review*. 1962. 69(5). 379–399. <https://doi.org/10.1037/h0046234>
29. Schwarz N., Clore G. L. Mood, misattribution, and judgments of well-being: Informative and directive functions of affective states. *Journal of Personality and Social Psychology*. 1983. 45(3). 513–523. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.45.3.513>
30. Slovic P. If I look at the mass I will never act: Psychic numbing and genocide. *Judgment and Decision Making*. 2007. 2(2). 79–95. <http://journal.sjdm.org/7303a/jdm7303a.htm>
31. Slovic P., Peters E. Risk perception and affect. *Current Directions in Psychological Science*. 2006. 15(6). 322–325. <https://doi.org/10.1111/j.1467-8721.2006.00461.x>