

**Медвідь Інна Василівна**

здобувач третього (освітньо-наукового) рівня вищої освіти,

кафедра теоретичної та консультативної психології

Український державний університет

імені Михайла Драгоманова

м. Київ, Україна

## **ТЕОРЕТИЧНИЙ АНАЛІЗ ПРОЦЕСУ ПРИЙНЯТТЯ РІШЕНЬ ОСОБИСТІЮ ДОРΟΣЛОГО ВІКУ**

**Анотація.** У статті здійснено теоретичний аналіз процесу прийняття рішень особистістю дорослого віку в контексті професійної діяльності психолога. Розглянуто основні наукові підходи - від нормативних моделей раціонального вибору до теорії подвійного процесу та концепції екологічної раціональності. Обґрунтовано багатовимірний характер прийняття рішень як взаємодію когнітивних, емоційно-регуляторних і контекстуальних чинників. Запропоновано чотирьохрівневу модель аналізу процесу прийняття рішень у стресових умовах. Визначено значення метакогнітивної гнучкості для ефективності професійних рішень психолога.

**Ключові слова:** прийняття рішень, доросла особистість, професійна діяльність психолога, стрес, невизначеність, теорія подвійного процесу, метакогнітивна гнучкість.

Процес професійного прийняття рішень дорослою особистістю становить один із найскладніших феноменів сучасної психологічної науки, що перебуває на перетині когнітивної, організаційної, клінічної психології та нейронауки. Попри майже столітню історію досліджень – від засадничих досліджень Г. Саймона до сучасних нейрокогнітивних моделей – залишається

фундаментальне протиріччя між нормативними моделями раціонального вибору та реальною практикою професійних рішень в умовах невизначеності, часового тиску та емоційного навантаження. Це протиріччя набуває особливої гостроти у контексті професійної діяльності психологів, де технічна раціональність має поєднуватися з етичною рефлексивністю, евристична швидкість – з аналітичною глибиною, а особистий досвід – з науковою доказовістю.

Аналіз релевантних першоджерел дозволив з'ясувати, що вивчення процесу прийняття рішень у науковій психології пройшло значну еволюцію – від нормативних моделей раціонального вибору до описативних парадигм, що відображають реальні особливості мислення та поведінки в умовах невизначеності. Узагальнення наявних емпіричних і теоретичних матеріалів свідчить про значну увагу вітчизняних і зарубіжних дослідників до вивчення феномену прийняття рішень у професійному контексті. Цей феномен розглядається у багатьох міждисциплінарних площинах – психологічній, філософській, соціологічній, нейронауковій, економічній. Загальнотеоретичні та когнітивно-поведінкові аспекти прийняття рішень аналізувалися у працях Д. Канемана, А. Тверські, О. Сібоні. Вітчизняні дослідники розвивали ці підходи у різних напрямках: організаційно-управлінський контекст (О. Кушлик-Дивульська і Б. Кушлик, О. Горбань, І. Петровська), психологія особистісних рішень (Л. Помиткіна), професійна діяльність (В. Чернобровкін і В. Чернобровкіна; І. Булах, В. Волошина, Л. Лохвицька, В. Волошина; Н. Шевченко, Т. Ямчук, М. Долинай, Б. Барчі і колеги), когнітивні процеси (О. Скрипченко, Л. Долинська і колеги).

Представлений огляд теоретичних підходів і емпіричних досліджень прийняття рішень у професійному контексті дозволяє сформулювати важливий методологічний висновок: для проведення емпіричного дослідження необхідна чітка операціоналізація базових понять, оскільки різні дослідницькі традиції використовують ключову термінологію по-різному. Відсутність єдиного трактування поняття «прийняття рішень» пов'язана з його багатовимірністю та

залежністю від теоретичної рамки, що обирається дослідником. Ця термінологічна неоднозначність посилюється змішуванням у науковій літературі понять «прийняття рішень», «професійне судження» та «клінічне мислення». Хоча ці терміни справді пов'язані між собою у контексті професійної діяльності психолога, вони відображають якісно різні психологічні процеси, що вимагає їхнього чіткого розмежування.

**Таблиця 1.**

**Розмежування понять «прийняття рішень», «професійне судження» та «клінічне мислення» у діяльності психолога**

<i>Критерій</i>	<i>Прийняття рішень</i>	<i>Професійне судження</i>	<i>Клінічне мислення</i>
Визначення	Процес вибору між альтернативами	Оцінка ситуації на основі експертизи	Діагностичний процес розуміння клієнта
Часовий горизонт	Конкретний момент вибору	Тривалий процес оцінювання	Циклічний процес формулювання гіпотез
Результат	Конкретна дія/втручання	Професійна оцінка/інтерпретація	Концептуалізація випадку
Роль стресу	Безпосередньо порушує процес	Може спотворювати оцінки	Звужує діагностичний фокус

**Примітка.** Складено авторкою на основі міждисциплінарного синтезу концепцій прийняття рішень у когнітивній психології

У контексті диференціації вище і результатів аналізу джерел в рамках нашого дослідження «*прийняття професійного рішення психологом в умовах стресу*» постає як інтегративний феномен, що потребує одночасного врахування когнітивних, емоційно-регуляторних і соціально-ситуаційних чинників.

Теоретико-методологічний аналіз наукових підходів до вивчення феномену прийняття рішень доцільно розпочати з класичної раціоналістичної моделі, яка заклала підґрунтя для подальших досліджень, проте виявила низку концептуальних обмежень у поясненні реальної поведінки фахівця. У межах цієї моделі суб'єкт розглядається як повністю раціональний агент, здатний

ідентифікувати проблему, зібрати повну інформацію, згенерувати всі можливі альтернативи, оцінити їхні наслідки та обрати оптимальний варіант, керуючись критерієм максимізації очікуваної корисності. Попри формальну елегантність і логічну завершеність, ця модель виявила низку теоретико-методологічних обмежень, які роблять її недостатньо придатною для опису реального процесу прийняття рішень, особливо в контексті професійної діяльності психолога. Дослідження останніх десятиліть показують, що в реальних умовах ця модель стикається з серйозними викликами, зокрема такими як: *інформаційна неповнота*: фахівець у сфері психології рідко має змогу отримати повну та об'єктивну інформацію про ситуацію клієнта; *темпоральні обмеження*: необхідність приймати рішення в умовах обмеженого часу унеможливує послідовний аналіз усіх альтернатив; *емоційне навантаження*: висока емоційна залученість у роботу з клієнтами ускладнює збереження повної раціональності; *етична багатовимірність*: у ряді випадків відсутній єдиний «оптимальний» вибір, а натомість постають дилеми між суперечливими етичними принципами.

Спроба синтезу різних аспектів прийняття рішень призвела до формування теорії подвійного процесу (англ.: *dual-process theory*), яка постулює співіснування двох систем мислення:

- *Система 1* (інтуїтивна) – швидка, автоматична, асоціативна, емоційно насичена, енергетично ефективна. Вона оперує через розпізнавання патернів, активацію асоціативних мереж у довготривалій пам'яті, спирається на досвід і забезпечує швидкі рішення в типових ситуаціях.

- *Система 2* (аналітична) – повільна, контрольована, логічна, енергетично витратна, потребує зусиль. Вона включає свідому обробку інформації, робочу пам'ять, логічний аналіз та критичне мислення.

Ця дихотомія виявилася евристично продуктивною для розуміння когнітивних упереджень – систематичних відхилень від логічно оптимальних рішень, які виникають внаслідок домінування *Системи 1* в умовах, де необхідна активація *Системи 2*. Зокрема, феномени ефекту підтвердження, доступності,

якоря інтерпретуються як наслідки швидкого інтуїтивного судження без достатньої аналітичної перевірки.

У професійному контексті психолога ця модель пояснює, чому досвідчені фахівці здатні швидко розпізнавати типові клієнтські ситуації (*Система 1*), проте ризикують потрапити у пастку стереотипного мислення, коли ситуація має нестандартні ознаки. Критична професійна навичка полягає у метакогнітивній компетентності – здатності усвідомлювати, коли інтуїтивне судження потребує аналітичної перевірки.

Подальше розширення уявлень про природу прийняття рішень дорослою особистістю передбачає звернення до екологічного підходу, який висвітлює адаптивний характер раціональності у конкретних життєвих і професійних контекстах. Альтернативну перспективу запропонував Г. Гігеренцер, сформулювавши концепцію екологічної раціональності. На відміну від трактування евристик як джерела помилок, цей підхід підкреслює їхню адаптивну цінність: швидкі та ошадливі евристики можуть бути не менш, а часом навіть більш ефективними, ніж вичерпний аналіз, за умови відповідності між структурою евристики та структурою середовища. Ключовим стає не питання «чи використовувати евристики», а «які евристики застосовувати у яких контекстах». Для професійної підготовки психологів це означає необхідність тренування адаптивного вибору стратегій прийняття рішень залежно від ситуаційних характеристик: у рутинних випадках – швидке інтуїтивне рішення, у нестандартних або високоризикових – поглиблений аналіз, у кризових – швидке рішення з подальшою рефлексією.

Аналізуючи теоретико-методологічні засади, важливо окремо розглянути особливості прийняття рішень у дорослому віці, зокрема феноменальний парадокс між накопиченим досвідом і обмеженнями когнітивного ресурсу. Студівання джерел підтверджує, що у дорослому віці процес прийняття рішень набуває специфічних характеристик, що пов'язані з одночасною дією двох протилежних тенденцій. З одного боку, відбувається стабілізація когнітивних структур та професійних схем, накопичення досвіду, формування складних

ментальних моделей, що підсилює швидкість і впевненість рішень. Досвідчений професіонал здатний швидко розпізнавати типові патерни ситуацій, передбачати наслідки рішень, застосовувати перевірені стратегії.

З іншого боку, дослідження засвідчують, що накопичення досвіду не завжди еквівалентно підвищенню якості рішень. Когнітивні ресурси – робоча пам'ять, швидкість переробки інформації, гнучкість переключення між завданнями – можуть знижуватися з віком, що впливає на здатність дорослих осіб критично аналізувати альтернативи та адаптуватися до нестандартних ситуацій. Більше того, досвід може призводити до когнітивної ригідності – схильності інтерпретувати нові ситуації крізь призму усталених схем, ігноруючи унікальні характеристики. Ця дихотомія «досвід vs. когнітивний ресурс» стає особливо актуальною у професійній підготовці психологів-магістрів дорослого віку, які покликані балансувати між компетентністю, заснованою на життєвому досвіді, й адаптивністю, необхідною для засвоєння нових наукових знань і методів. Центральним викликом стає розвиток метакогнітивної гнучкості – здатності усвідомлювати обмеження власного мислення, критично оцінювати інтуїтивні судження та цілеспрямовано застосовувати компенсаторні стратегії (супервізія, колегіальне обговорення, використання протоколів і чек-листів).

Критичний огляд провідних теоретичних моделей прийняття рішень дозволив нам обґрунтувати багаторівневу методологічну рамку, яка інтегрує когнітивні, емоційно-регуляторні, нейробіологічні та контекстуальні виміри й забезпечує цілісне розуміння феномену професійного вибору дорослою особистістю в умовах стресу. Аналіз розглянутих підходів виявив їхню фрагментарність: кожна парадигма фокусується на окремих аспектах феномену, залишаючи поза увагою інші виміри. Класична модель аналізує логіку вибору, ігноруючи емоції та контекст. Теорія подвійного процесу пояснює когнітивні механізми, але недооцінює нейробіологічні основи та соціокультурні чинники. Екологічний підхід підкреслює адаптивність, проте мало уваги приділяє

індивідуальним відмінностям. Емоційно-соматична перспектива розкриває роль афекту, але не інтегрує когнітивний аналіз.

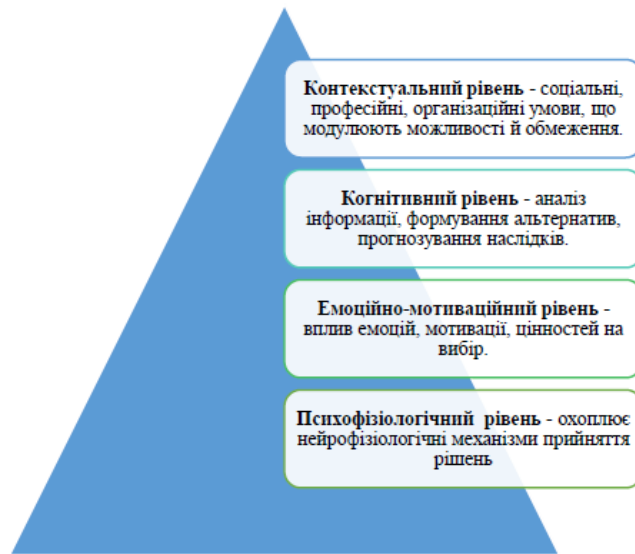
1. *Психофізіологічний рівень* – активація мозкових структур (префронтальна кора, амігдала, гіпокамп, інсула), нейромедіаторні системи та стресові гормони. Пояснює біологічні обмеження прийняття рішень, особливо при активації гіпоталамо-гіпофізарно-адреналової осі під час стресу.

2. *Емоційно-мотиваційний рівень* – інтеграція афективних станів і цінностей, що визначають значущість альтернатив. Включає емоційну регуляцію, афективне прогнозування, соматичні маркери та мотиваційні конфлікти. Пояснює варіативність рішень у схожих ситуаціях залежно від емоційного стану.

3. *Когнітивний рівень* – ментальні операції обробки інформації: сприйняття проблеми, пошук знань, генерування альтернатив, прогнозування наслідків, оцінка ризиків. Охоплює як автоматизовані евристики (*Система 1*), так і аналітичні процеси (*Система 2*) та метакогнітивний моніторинг.

4. *Контекстуальний рівень* – надсегментна роль, що інтегрує попередні рівні в конкретних умовах: організаційні норми, етичні регламенти, супервізія, характеристики клієнта та ситуації (*рутинна/кризова*). Контекст не просто впливає, а конституює специфіку процесу.

Представлена на Рисунку 1.1 візуалізація враховує результати міждисциплінарних досліджень, що інтегрують когнітивно-поведінкові моделі, теорії емоційної регуляції, нейробіологічні механізми впливу стресу, а також соціально-контекстуальні підходи.



**Рисунок 1. Методологічні рівні аналізу феномену прийняття професійних рішень у стресових ситуаціях**

**Примітка:** Сформовано авторкою дослідження на основі узагальненням сучасних теоретико-методологічних підходів, окреслених у працях як українських так і зарубіжних авторів.

Представлена чотирирівнева модель слугує концептуальним містком між абстрактними теоріями та прикладним аналізом поведінки психолога в стресових умовах. Вона надає можливість не лише глибше зрозуміти логіку наукових підходів до дослідження феномену прийняття рішень, а й послужить основою для подальшого конструювання інструментів дослідження, емпіричної перевірки та практичного втручання в освітньо-професійній підготовці фахівців.

Продовжуючи виклад, доцільно детальніше зупинитися на професійній специфіці прийняття рішень психологом, адже саме ця категорія фахівців функціонує в унікальному поєднанні етичної відповідальності, емоційної залученості та постійної взаємодії з високою невизначеністю, що висуває особливі вимоги до характеру їхніх рішень у стресових умовах.

Професійна діяльність психолога висуває специфічні вимоги до процесу прийняття рішень, які виходять за межі загальних моделей вибору. По-перше, це етична багатовимірність: психолог часто стикається з ситуаціями, де немає однозначно правильного рішення, а є конкуруючі етичні принципи (*конфіденційність vs. безпека клієнта, автономія vs. благо*). По-друге, це міжособистісна природа рішення: на відміну від індивідуального вибору, рішення психолога приймається у контексті терапевтичних відносин і має враховувати реакцію клієнта. По-третє, це невизначеність результату: наслідки психологічних втручань часто проявляються з великою затримкою і залежать від множини неконтрольованих чинників. По-четверте, це емоційна залученість: неможливість повної емоційної дистанції від проблем клієнта при необхідності зберігати об'єктивність судження.

Таким чином, проведений критичний аналіз теоретико-методологічних засад дослідження феномену прийняття рішень виявив необхідність відходу від нормативних моделей раціонального вибору на користь інтегративної багаторівневої рамки, яка враховує взаємодію нейробіологічних механізмів, когнітивних процесів (аналітичних та інтуїтивних), емоційно-регуляторних компетентностей і контекстуальних чинників. Особливої уваги заслуговує феномен невизначеності як конституюючої характеристики професійного середовища психолога, що трансформує рутинні ситуації у стресогенні та висуває специфічні вимоги до толерантності, метакогнітивної гнучкості та етичної рефлексивності. Аналіз стадіальної моделі професійного розвитку у поєднанні з емпіричними даними про виклики професійного становлення психологів дозволив концептуалізувати їхню позицію як перехідну між залежністю від зовнішніх алгоритмів і формуванням автономного професійного судження – стан, що характеризується підвищеною вразливістю до деструктивного впливу стресу на якість прийнятих рішень.

#### СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ:

1. Боковець О. І. Ресурси життєстійкості особистості в умовах війни. *Науковий журнал «Техне»*. 2024. № 1. С. 58–65. URL: <https://ela.kpi.ua/handle/123456789/71489>.
2. Булах І. С., Волошина В. В., Лохвицька Л. В. Сучасні освітні психотехнології професійної підготовки майбутніх психологів. *Психологія та психосоціальні інтервенції*. 2020. № 2. С. 20–29. DOI: <https://doi.org/10.18523/2617-2348.2019.2.20-29>.
3. Вишківська В., Прокоф'єв Є., Ступак О. Моделювання професійної діяльності фахівців: концептуальні засади. *Молодь і ринок*. 2023. № 8 (216). С. 87–92. DOI: <https://doi.org/10.24919/2308-4634.2023.289417>.
4. Волошин О. Ф., Машенко С. О. *Моделі та методи прийняття рішень : навч. посіб. для студентів вищих навчальних закладів*. 3-тє вид., перероб. Черкаси : Видавництво Людмила, 2018. URL: <http://elib.chdtu.edu.ua/e-books/4143>.
5. Волошина В. В. *Психологічні технології підготовки майбутнього психолога* : дис. ... д-ра психол. наук. Київ : Національний педагогічний університет імені М. П. Драгоманова, 2016. URL: <https://uacademic.info/download/file/0516U000327/dis.doc>.
6. Горенко М. В. Зміст та структура тренінгової програми «Розвиток психологічної готовності майбутніх психологів до здійснення професійної кар'єри». *ГАБІТУС: Психологія особистості*. 2022. № 37. С. 80–84. DOI: <https://doi.org/10.32843/2663-5208.2022.37.14>.
7. Горбань Г. О. Прийняття рішення як психологічна проблема. *Науковий вісник Ужгородського національного університету. Серія: Психологія*. 2021. № 1. С. 9–11. DOI: <https://doi.org/10.32782/psy-visnyk/2021.1.2>.
8. Гундєртайло Ю., Богдан А., Бодашевська Ю., Бурлачук О., Вавілова А., Вус В., Жидко М., Касілова А., Перепада О., Савченко Г., Сінкевич В., Спіцина Г., Шаповалова Л. *Етичний кодекс психолога*. Київ : Національна

психологічна асоціація, 2021. URL: <https://nра-ua.org/pub/files/66d3a42494d2acd8.pdf>.

9. Дмитрук Д. А. *Соціокультурні чинники прийняття політичних рішень (проблеми, структура, моделі)* : дис. ... канд. соціол. наук. Київ : Національний педагогічний університет імені М. П. Драгоманова, 2009. URL: <http://enpuir.udpu.edu.ua/bitstream/cdb97dcc-b8ca-4787-a845-e4a8da34d7fc/download>.
10. Кириченко Р. В., Колодяжна А. В. Психологічна готовність студентів до професійної діяльності. *ГАБІТУС: Психологія праці*. 2023. № 56. С. 217–223. DOI: <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2023.56.41>.
11. Ковальчук З. Я., Колісник Р. Я. Психологічні аспекти ухвалення управлінських рішень в умовах впливу загроз: роль емоційного інтелекту керівників. *Габітус*. 2025. № 71. С. 254–258. DOI: <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2025.71.44>.