

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАКУИ УКРАЇНИ ХАРКІВСЬКИЙ
НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ІМЕНІ В.Н. КАРАЗІНА
ФАКУЛЬТЕТ ПСИХОЛОГІЇ
КАФЕДРА ПРИКЛАДНОЇ ПСИХОЛОГІЇ

КВАЛІФІКАЦІЙНА РОБОТА

на тему:

«Взаємозв'язок емоційного інтелекту та прийняття рішень у військових»

Студентки 4-го курсу групи ПС-41
першого (бакалаврського) рівня вищої освіти
освітньо-професійної програми «Психологія»
за спеціальністю 053 — ПСИХОЛОГІЯ
Валерії ТУРАС

Науковий керівник: к.психол. н. доц. ЗВО
кафедри прикладної психології
Олена МИЛОСЛАВСЬКА

Чотирьохрівнева шкала оцінювання _____

Кількість балів: _____

Члени комісії: _____
(підпис) (прізвище та ініціали)

(підпис) (прізвище та ініціали)

(підпис) (прізвище та ініціали)

Харків 2025

Зміст

ВСТУП.....	3
РОЗДІЛ 1	6
Теоретичний аналіз проблеми емоційного інтелекту та прийняття рішень у військових.....	6
1.1. Теоретичний аналіз поняття емоційного інтелекту	6
1.2. Психологічні особливості процесу прийняття рішень	9
1.3. Психологічні особливості взаємозв'язку емоційного інтелекту та процесу прийняття рішень у військовослужбовців	15
Висновки до розділу 1.....	19
РОЗДІЛ 2	21
Емпіричне дослідження проблеми емоційного інтелекту та прийняття рішень у військових.....	21
2.1. Обґрунтування та організація емпіричного дослідження	21
2.2. Аналіз результатів дослідження взаємозв'язку емоційного інтелекту та прийняття рішень у військовослужбовців	23
2.3. Аналіз впливу віку на емоційний інтелект і стилі прийняття рішень	30
<i>Отримані показники аналізу впливу віку на емоційний інтелект і стилі прийняття рішень</i>	<i>30</i>
Висновки до розділу 2.....	31
ВИСНОВКИ.....	33
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ	35
АНОТАЦІЇ.....	38

ВСТУП

Актуальність дослідження. У наші часи надзвичайно важливою є тема психологічної підготовки військовослужбовців, а також їх реабілітації. Існує безліч чинників, що мають вплив на психологічну готовність військових, наприклад, індивідуальні особливості особистості, попередній життєвий досвід та соціальна взаємодія. Раніше часто просувалася думка, нібито емоції у військовій справі мають виключно негативні наслідки, такі як зниження ефективності та здатності приймати раціональні рішення. Однак аналіз багатьох сучасних досліджень показує, що емоційний інтелект має безпосередній вплив на ефективність рішень, резильєнтність та міжособистісні відносини, тож емоції, навпаки, можуть стати важливим ресурсом.

У військовій сфері кожне прийняте рішення може мати критичне значення для результату бойового завдання, а також для власної безпеки військових. В умовах екстремальних ситуацій, де на кону стоїть життя, військовослужбовці повинні діяти швидко та ефективно, що робить процес прийняття рішень надзвичайно важливим. У стресових ситуаціях емоції можуть як сприяти прийняттю правильних рішень, так і ставати перешкодою для об'єктивного та швидкого реагування.

Ще одним важливим фактором є врахування емоційного інтелекту в процесі реабілітації військовослужбовців. Він дає змогу краще зрозуміти, як емоційний стан впливає на здатність приймати рішення в повсякденному житті, адже військовослужбовці, що пережили травматичні події, можуть зіткнутися з труднощами в прийнятті рішень через емоційну перевантаженість, страх чи втрату впевненості. Розвиток емоційного інтелекту допомагає військовим краще адаптуватися до мирного життя, відновлювати соціальні зв'язки та знижувати рівень тривожних та депресивних станів.

Таким чином, дослідження взаємозв'язку емоційного інтелекту та прийняття рішень у військовослужбовців є дуже актуальним, оскільки воно дозволяє визначити, яким чином розвиток емоційного інтелекту має вплив на здатність приймати швидкі та обґрунтовані рішення, що є критично важливим для успішного виконання бойових

завдань та збереження психоемоційного благополуччя військових. А також дослідити те, як саме емоційний інтелект дозволяє перетворити емоції з перешкоди на інструмент, який допомагає краще розуміти ситуацію, підтримувати стійкість у стресових умовах і зміцнювати командну взаємодію.

Об'єктом дослідження є емоційний інтелект.

Предметом дослідження є взаємозв'язок емоційного інтелекту та прийняття рішень у військовослужбовців.

Метою роботи є дослідити, як рівень емоційного інтелекту впливає на особливості прийняття рішень у військовослужбовців.

Гіпотеза: військові з високим рівнем емоційного інтелекту демонструють кращу здатність до ефективного прийняття рішень, ніж військові з низьким рівнем емоційного інтелекту.

Для досягнення поставленої мети нами було виокремлено такі **завдання**:

1. Провести теоретичний аналіз проблеми емоційного інтелекту та прийняття рішень у психологічній науці.

2. Визначити особливості емоційного інтелекту та стилю прийняття рішень у військових різного віку.

3. Визначити взаємозв'язки між емоційним інтелектом та стилями прийняття рішень у військових.

Методи та методики дослідження:

- теоретичні: синтез, аналіз та узагальнення інформації;

- емпіричні: «Опитувальник емоційного інтелекту» К. Барчарда, Опитувальник «Риси емоційного інтелекту» К. Петрідес, «Мельбурнський опитувальник прийняття рішень», «Опитувальник вольових якостей людини» М.В. Чумакова.

- статистичні: кореляційний аналіз за методом Спірмена, порівняльний аналіз за непараметричним статистичним критерієм Манна-Уїтні.

Характеристика вибірки: вибірка складається з військовослужбовців, віком 20–42 років. У вибірці братимуть участь військові різного рангу та досвіду служби. Загальна кількість - 60 респондентів.

Практична значущість роботи: отримані результати можуть бути використані для вдосконалення бойової підготовки: розуміння взаємозв'язку емоційного інтелекту та прийняття рішень може дозволити створити тренінги, що допоможуть військовим краще справлятися зі стресом, ефективно діяти в екстремальних умовах і приймати зважені рішення. Також, розуміння цього зв'язку може допомогти в розробці ефективних підходів психологічної підтримки під час реабілітації військовослужбовців та їх інтеграції до мирного життя.

РОЗДІЛ 1

ТЕОРЕТИЧНИЙ АНАЛІЗ ПРОБЛЕМИ ЕМОЦІЙНОГО ІНТЕЛЕКТУ ТА ПРИЙНЯТТЯ РІШЕНЬ У ВІЙСЬКОВИХ

1.1. Теоретичний аналіз поняття емоційного інтелекту

Сучасні дослідження все більше зосереджуються на інтеграції когнітивних та емоційних аспектів людської психіки. Окрім інтелектуального розвитку, важливу роль у житті людини відіграє здатність усвідомлювати, управляти та використовувати свої емоції, а також розуміти емоційний стан інших. Цей аспект людської психіки отримав назву «емоційний інтелект» (EI). Звертаючись до витоків поняття «емоційний інтелект», ми можемо зазначити, що вперше згадка про нього з'явилася у 1983 році, коли Г. Гарднер опублікував свою монографію «Структура мислення». У межах своєї концепції множинного інтелекту він виокремив міжособистісний та внутрішньоособистісний інтелекти, які, по суті, стали передвісниками поняття емоційного інтелекту. Вони стосувалися здатності налагоджувати ефективні стосунки з іншими людьми, а також вміння розуміти й управляти власними емоційними станами.

Уточнюючи запропоновані поняття, Г. Гарднер додав пояснення до визначення міжособистісного емоційного інтелекту, а саме: це наявність у людини вміння правильно розпізнавати настрої, відмінності темпераменту, мотивів та прагнень інших людей, і реагувати на них певним чином [16].

У контексті внутрішньоособистісного інтелекту, Г. Гарнер розглядав його як таким, що включає в себе знання про себе та про інших. Один з виокремлених аспектів є дуже близький до того, що ми зараз визначаємо як «емоційний інтелект»: його основною властивістю є доступ до власних почуттів, вміння диференціювати їх та, у висновку, використовувати їх для більшого розуміння та керування власною поведінкою [16].

Отже, підсумовуючи, Г. Гарднер наблизився до розуміння того, що внутрішньоособистісний і міжособистісний інтелекти мають важливість для успішного функціонування особистості на рівні із загальним інтелектом (IQ).

У 1990 р. американські дослідники Дж. Майєр та П. Саловей запропонували визначення емоційного інтелекту як набір здібностей, що поділялися на 5 окремих категорій:

1. *Усвідомлення власних емоцій* — здатність розуміти складні емоції, відслідковувати переходи з однієї стадії на іншу. Усвідомленням емоцій також є навичка класифікувати емоції та вміння розпізнавати зв'язки між словами та емоціями., тобто вербальними та невербальними проявами.

2. *Управління емоціями*, яке ґрунтується на самосвідомості. Це вміння керувати власними почуттями, слідкувати за тим, щоб вони відповідали ситуації.

3. *Самотивація* також є важливою здібністю, адже керування емоціями сприяє підвищенню концентрації уваги, самоконтролю та самотивації. Вони, в свою чергу, допомагають нам у досягненні поставленої мети. Сюди також входить придушення імпульсивних дій та відкладання задоволення.

4. Емпатія — *вміння розпізнавати емоції інших людей* — є однією із найважливіших здібностей. Дж. Майєр та П. Саловей тлумачать поняття «емпатія» як здатність зрозуміти чужі почуття та випробувати їх на собі. Коли люди позитивно налаштовані один до одного, то вони значно більше відчують задоволеність життям та зниження стресу.

5. Уміння будувати та підтримувати стосунки полягає в умінні взаємодіяти з емоціями інших людей. Це так звана «*соціальна компетентність*», що також є однією із складових емоційного інтелекту.

Тож, згідно з висновками дослідників, люди, що розвинули навички, пов'язані з емоційним інтелектом, розуміють і виражають власні емоції, розпізнають емоції в інших, регулюють їх вплив на спілкування та на власні почуття та використовують настрої та емоції для керування поведінкою [18].

Поштовх до широкого наукового і популярного обговорення цієї теми дав Д. Гоулман, який запропонував структуру емоційного інтелекту, що включає в себе самосвідомість, саморегуляцію, мотивацію, емпатію та соціальні навички. На його думку, саме ці елементи відіграють визначальну роль у професійній успішності, особистісній реалізації та загальному благополуччі людини. Хоча погляди Гоулмана не були абсолютно новими, вони популяризували ідею, що не тільки IQ впливає на успішність особистості. Д. Гоулман окремо наголошує на тому, що лідери з розвиненим емоційним інтелектом демонструють кращу адаптивність у кризових ситуаціях, і це пояснюється тим, що вони більш усвідомлено підходять до управління стресом, що безпосередньо впливає на швидкість і якість ухвалених рішень.

Е. Носенко, говорячи про емоційний інтелект, визначає його як «надбудову» над первинними емоційними імпульсами, тобто як форму прояву рефлексивної свідомості. Дослідниця пропонує трактувати емоційний інтелект як *емоційну розумність*. Основою якої є система позитивних смисло-життєвих орієнтацій людини, свідомо обраних стратегій поведінки та самооцінки. Цей феномен тісно пов'язаний із відчуттям психологічного благополуччя, ставленням до власних емоцій і вибором копінг-стратегій, що використовуються в критичних ситуаціях [9].

Вітчизняна ж дослідниця В. Зарицька виділяє 4 основні компоненти емоційного інтелекту. Перший – розуміння власних емоцій. Він включає в себе розуміння та оцінку власних емоційних реакцій та станів, а також вміння визначати причину їх виникнення. Наступним виступає самоконтроль та саморегуляція – вміння проявляти емоцій у відповідності до ситуації та зберігати спокій і зосередженість у кризових ситуаціях. Третім базовим компонентом дослідниця визначає розуміння емоцій оточуючих. І останній — здатність використовувати емоції у спілкуванні та діяльності, виявляти гнучкість та емоційну стійкість [4].

Отже, поняття емоційного інтелекту є багатовимірним і включає в себе як когнітивні процеси, так і емоційні та особистісні особливості. Залежно від підходу, він може трактуватися як здатність, риса або комплексна система емоційної адаптивності. Також, емоційний інтелект, згідно з сучасними науковими підходами,

не лише допомагає людині ефективно діяти в складних життєвих обставинах, але й сприяє формуванню стійких соціальних зв'язків, гармонійному внутрішньому розвитку та професійній успішності.

1.2 Психологічні особливості процесу прийняття рішень

В попередньому підрозділі нашої роботи були розглянуті існуючі визначення конструкту «емоційний інтелект» та його значення в житті людини. А зараз ми пропонуємо зосередитись на понятті «рішення» та на процесі прийняття рішення.

В науковій літературі немає єдиного трактування терміну «рішення»: його можна розуміти і як процес, і як акт вибору з наявних варіантів, і як результат вже зробленого вибору [2]. Сучасний психологічний словник визначення поняття «рішення»: перше — вважається суто іменником і розуміється як формування певних розумових операцій, котрі мають на меті знизити рівень початкової невизначеності, яку спричинила проблемна ситуація. Але як ми зазначали вище цей термін має ще і друге трактування в контексті сприйняття рішення як дії; і в цьому випадку його визначають як акт, для якого докладаються вольові зусилля, спрямований на вибір та організацію послідовності дій, яка сприятиме досягненню бажаної мети, цей акт ґрунтується на процесі переробки початкової інформації. Процес прийняття рішень посідає центральне місце в структурі цілеспрямованої діяльності [13, с. 432].

Така розбіжність у визначеннях пояснюється тим, що в залежності від контексту досліджень, які проводились, в це поняття вкладався потрібний науковцям зміст. Наприклад, залежно від галузі дослідження рішення може бути управлінське, пізнавальне, творче; а якщо сфокусуватись на психологічних механізмах рішення, то тут можна виділити інтелектуальне, вольове, емоційне рішення та інші. Враховуючи весь можливий діапазон поняття «рішення», можемо сказати, що в широкому сенсі — це процес, який розгортається в часовій перспективі та описує всі етапи щодо підготовки, безпосереднього прийняття та реалізації рішення. У більш конкретній перспективі воно означає, що заключним результатом діяльності, яка проводилася

задля аналізу різних варіантів рішення і знаходження найкращого, є вибір однієї альтернативи [2].

При взаємодії із зовнішнім світом людина постійно стикається з процесом прийняття рішень, це дає їй змогу відчувати життя на повну та бути «творцем власної долі». Світ це не одне рівне шосе, а купа розгалужених доріжок-альтернатив, що є простішими або більш складними, поміж яких індивід робить власний вибір [8]. Як можна помітити поряд із терміном рішення завжди є умова, що воно може існувати лише при наявності альтернативного вибору, адже якщо немає варіативності, тоді і не може бути вибору, що унеможлиблює процес прийняття рішення. Але особистість, яка здійснює процес прийняття рішення не просто робить вибір із наявних варіантів. Цей процес більш складний ніж може здатися на перший погляд, він багато в чому залежить від психологічної організації особистості, адже в ньому беруть участь ті характеристики, які відображають особистість в її цілісності [7].

Серед основних факторів, які сприяють поведінці прийняття рішень можна виділити: наявність альтернатив, які суб'єктивно не рівноцінні; вимушеність вибору; вибір, який здійснюється, має велике значення для людини; обмежена варіативність можливих варіантів поведінки; існування ризику не отримати запланований результат; важкість у визначенні саме тих факторів, які призведуть до бажаного результату, а також тягар відповідальності, який визначається системою санкцій соціуму, за прийняті рішення та здійснені вчинки [1].

Тепер звернемо нашу увагу на етапи процесу прийняття рішень, і розглядатимемо ми їх в межах концепції Чіпа і Дена Хіза. Науковці виділили чотири етапи: перший — перед людиною постає проблемна ситуація, в якій вона вимушена обирати; другий — проблема спонукає індивіда до аналізу можливих варіантів вирішення, зазвичай їх є декілька, тож вибір здійснюється між наявними альтернативами; третій — фіксується сам факт вибору, тобто людина зупиняється на одній із існуючих альтернатив; четвертий — здійснюється прогностична оцінка, тобто людина аналізує наскільки змінюється її життя завдяки зробленому вибору. Останній етап, вважають науковці, є найголовнішим у всьому ланцюжку прийняття рішень,

адже усвідомлення людиною того, що обраний варіант рішення залишиться з нею на все життя, тобто вона не зможе відмотати час, щоб обрати іншу альтернативу і зіштовхнеться з наслідками, які часто не до кінця вдається передбачити, часто стає суттєвим фактором, який суттєво впливає на прийняття рішень [10].

Також науковці описали чотири пастки мислення, які можуть підстерігати людину на кожному описаному вище етапі, та в які вона може втратити завдяки своїм особистісним особливостям. І перша пастка полягає в звуженості кругозору, тобто людина навмисно обмежує доступну кількість альтернатив, і таке «обмеження» зазвичай не має об'єктивних причин, тобто є невиправданим. В другу пастку індивід може потрапити, якщо намагатиметься всіма силами підтримувати наявні в нього переконання, та ігноруватиме альтернативну інформацію, беручи до уваги лише ті відомості, які підтверджуватимуть його уявлення. Третя пастка чатує на імпульсивних та емоційних людей, адже приймаючи рішення «на емоціях», люди часто припускаються помилки, а також сильні емоційні переживання заважають раціонально мислити та аналізувати задля підбору найкращого варіанту. І остання помилка, якої можна припуститися — це непомірна впевненість у власних аналітичних здібностях, і віра в те, що майбутні наслідки прийнятого рішення будуть саме такими, якими їх запланували, не слід забувати, що життя несе в собі частку непередбачуваності, тож дуже самовпевнено вірити в те, що можна прорахувати абсолютно все до дрібниць [10].

На думку іншого науковця Г. Балла процес прийняття рішень має всього три етапи. Перший — безпосередня фіксація проблеми, що виникла, та створення її чіткого образу в свідомості людини. Другий етап полягає в процесі розробки рішень, обдумуванні наявних варіантів та обиранні найкращої альтернативи. І третій, заключний етап, відповідно настає тоді, коли людина зупиняє свій вибір лише на одному варіанті з купи можливих, який в подальшому втілюватиме в життя. Оцінюють прийняте рішення за факторами результативності, відповідності поставленій меті, а також з точки зору логічної та психологічної складності [7].

Ще одна психологічна теорія прийняття рішень була розроблена Д. Канеманом, вона ґрунтується на положенні про два типи перебігу когнітивних процесів людини: швидкого та повільного. Відповідно назви говорять самі за себе, процеси швидкого типу доволі стрімкі, відбуваються на несвідомому рівні, характеризуються автоматичністю та інтуїтивністю, їх основа — це асоціативні зв'язки. Процеси, які називають повільними, як можна здогадатись, є протилежністю першим: вони усвідомлені, підвладні контролю людини, характеризуються неспішністю та застосуванням аналітичного мислення, але разом з тим вони задіюють доволі багато розумових ресурсів людини [10].

Повільний тип перебігу когнітивних процесів контролює роботу швидкої системи: завдяки опорі на раціональну частину мислення відбувається відкидання занадто імпульсивних та ірраціональних рішень. Але через ресурсозатратність повільної системи люди не завжди використовують її для прийняття рішень, і задовольняються тими висновками, які пропонує швидкий тип, тож часто можна помітити, що деякі висновки робляться надто поспішно і майже всі рішення, які приймаються миттєво, є помилковими, адже швидкий перебіг когнітивних процесів часто ігнорує наявні протиріччя, або ж базується на евристиках, які можуть бути помилковими, а наслідки рішення бачаться людиною в оптимістичному світлі. Але такий спосіб обробки інформації дуже економить час та ресурси у повсякденні. А ось коли є гостра необхідність знайти найкращий варіант вирішення наявної проблеми і результати роботи швидкого типу не влаштовують людину, тоді до роботи береться система повільного типу [10].

Отже, всі розглянуті теорії прийняття рішень наголошують на когнітивній складності цього процесу, внаслідок якого відбувається вибір найсприятливішої альтернативи серед безлічі можливих задля усунення проблеми, яка постала перед людиною.

Пропонуємо розглянути дослідження, яке висвітлює особливості прийняття рішень в залежності від типу інтуїції. Досліджуваними були студенти різної вікової категорії, а емпіричні дані збирались завдяки психологічним опитувальникам.

Результати молодих студентів показали, що чим довше продовжувались їх роздуми щодо ризику, тим сильніше були їх емоції, що в свою чергу призводило до неуважності щодо вибору. Якщо ж вони вдавалися до стратегії уникання, то це зменшувало емоційну напругу, яка була пов'язана з прийняттям рішення. Старша ж група більше заглиблювалась в аналіз всіх можливих негативних наслідків, і чим довше вони їх обдумували тим більше схилилися до обрання стратегії уникання або ж прокрастинації, тобто відклали той момент, коли треба було зупинитись на одній альтернативі. Тобто у старших студентів є деякий страх перед самостійним прийняттям рішень і вони прагнуть або перекласти відповідальність за вибір на когось іншого або відкласти момент обрання однієї з альтернатив на потім через страх помилки [8]. Тож прийняття рішення це тією чи іншою мірою ризик адже неможливо досконало продумати всі можливі наслідки після його втілення. Не дивно що до ризику більше схильна молодша група, адже раціональні частки головного мозку які відповідають за детальний аналіз всіх аспектів проблемної ситуації ще не повністю сформувались, тож у молодих людей переважають рішення, які диктуються емоціями: наприклад, бажання швидше позбавитись психічної напруги через ситуацію невизначеності, на відміну від старших студентів, яких дещо лякає невизначеність ситуації, тож вони відкладають прийняття остаточного рішення.

Ми зосередилися на одноосібному процесі прийняття рішень, де вся відповідальність за наслідки покладається на одну людину, але прийняття рішення може здійснюватись і групою осіб і цей процес має свої особливості. Згідно з визначенням, яке надає тлумачний психологічний словник групове прийняття рішення — це процес, який відбувається, коли перед групою осіб поставлене спільне завдання, і в умовах взаємного інформаційного обміну група спільно здійснює вибір найбільш підходящого вирішення задачі із множини можливих варіантів [13, с.432].

Групове прийняття рішень має свої переваги, якщо порівнювати із індивідуальним вибором. Найочевиднішою вигодою є різний досвід, навички та ідеї кожного учасника, що підвищує загальний рівень креативності, а отже веде до збільшення кількості варіантів вирішення проблеми. Основою процесу

конструювання рішення є аналіз інформації про проблемну ситуацію і, відповідно, об'єм інформації, який може опрацювати група, значно більший за можливості однієї особи. Існує загальне статистичне правило, що об'єднання інформації від незалежних осіб веде до більш точних даних. Істинність цього твердження продемонстрував вчений Френсіс Гальтон. Він зібрав окремі відповіді учасників конкурсу «Вгадай вагу бика» і довів, що середнє значення цих відповідей було ближчим до істини, ніж відповідь переможця. Цей ефект був неодноразово підтверджений експериментами, які проводились як у великих, так і у малих групах [15]. Але як зазначав Курт Левін групове рішення не дорівнюватиме сумі індивідуальних рішень всіх членів групи, воно є специфічним результатом людської взаємодії у групі [13, с.433].

Найбільш частою стратегією прийняття групового рішення є думка більшості, тобто кожен член має змогу проголосувати за один із сукупності доступних варіантів і фінальним результатом стане той — який обрала більшість. Це правило більшості може сприйматися як найбільш справедливий спосіб прийняття рішення, якщо члени групи мають дуже різні уподобання. Однак результат цього процесу критично залежить від достовірності інформації, на якій базувалися учасники, висловлюючи індивідуальні думки. Тому часто доцільно використовувати правило «зваженої більшості», коли враховується індивідуальна надійність. Одним із маркерів надійності є статус, він може стосуватися різних аспектів: досвіду, освіченості, стажу роботи, тощо. Іншим маркером надійності є впевненість, з якою висловлюється думка. Члени групи можуть бути точно впевнені у власних судженнях, оскільки вони мають відповідний минулий досвід або вагомі докази. Одне з рішень проблеми зважування може полягати в тому, щоб оцінювати не лише кожен окрему думку, а й те настільки популярною є ця думка серед аудиторії. Людей просять оцінити, яка частка групи, з їх точки зору, поділяє їхню думку. Потім більшу увагу приділяють тим пропозиціям, які виявилися популярнішими, ніж очікувалося. Такий спосіб може мати навіть більшу ефективність, ніж звичне правило більшості або впевненість у власній думці. Також внутрішньо групова дискусія стимулює творчий потенціал учасників, а об'єднання когнітивних зусиль веде до розширення кола можливих рішень. Також

групова робота сприяє подоланню прихованих упереджень. Іноді люди не усвідомлюють наявності власних упереджень, але помічають чужі, що дає змогу колективно аналізувати й коригувати пропозиції [15].

Але процес групового прийняття рішення має свої недоліки. По-перше, це феномен групового мислення, за якого учасники іноді втрачають індивідуальність та незалежність думок і перетворюються на «гвинтик» у великому механізмі групи. Це може відбутися через подібність індивідуального досвіду у більшості учасників групи, а також через соціальну взаємодію, яка сприяє адаптації особистих уявлень до внутрішньо групових. Також грає свою роль феномен конформізму, який спонукає окремих учасників підкорюватися думці більшості, навіть попри внутрішній опір. Також у процесі прийняття групового рішення учасники схильні довіряти «авторитетам» і не надто критично ставляться до запропонованих такими людьми інформації та пропозицій [15].

Підсумовуючи, ми можемо охарактеризувати процес прийняття рішень як невід'ємну частину життя кожного індивіда. Різні науковці трохи розходяться в думках, щодо етапів самого процесу, але всі однозначно стверджують, що сам феномен вибору може існувати лише при наявності альтернативних варіантів рішення проблеми. Сам процес вибору однієї з альтернатив може відбуватись як індивідуально, так і в групі, і кожен з цих варіантів має як переваги так недоліки.

1.3 Психологічні особливості взаємозв'язку емоційного інтелекту та процесу прийняття рішень у військовослужбовців

У військовій сфері прийняття рішень є критично важливим процесом, оскільки він визначає ефективність виконання завдань, збереження життя особового складу та загальну боєздатність підрозділу. В екстремальних умовах, коли ситуація змінюється дуже швидко та непередбачувано, а рівень стресу надзвичайно високий, емоційний інтелект відіграє велику роль у здатності військовослужбовців адекватно оцінювати обставини, контролювати власні емоції та приймати обґрунтовані рішення.

Дослідження емоційного інтелекту у військових є не лише актуальними, а й критично необхідними. Військова служба передбачає стан постійного психологічного стресу, необхідність швидкої адаптації до змін і небезпечних умов, а також здатність приймати рішення, які можуть вплинути на життя багатьох людей. У таких ситуаціях людина часто діє на межі своїх фізичних і розумових здібностей, тому ключову роль відіграє саме здатність розпізнавати і регулювати свої емоції [12].

Емоційна стійкість визначається як дуже важлива складова професійної підготовки військовослужбовців. Сучасні дослідження вказують на те, що військові з розвиненим емоційним інтелектом демонструють вищий рівень самоконтролю, адаптивності та емоційної стійкості, що безпосередньо впливає на їхню здатність ухвалювати стратегічні рішення. Емоційний інтелект допомагає зменшити ризик імпульсивних або необдуманих рішень, спричинених стресом, страхом або агресією [12]. Наприклад, військовослужбовець, який потрапив у засідку, має лише кілька секунд для оцінки ситуації: чи атакувати, чи шукати укриття, чи чекати підкріплення. Якщо в цей момент паніка візьме гору, рішення може бути невірним, що поставить під загрозу життя його побратимів. Однак, якщо військовий має добре розвинений емоційний інтелект, він зможе швидше заспокоїтися, проаналізувати можливі варіанти дій та обрати для себе оптимальну стратегію.

Процес прийняття рішень військовими залежить не тільки від обставин, але й від їхніх особистісних характеристик. Виокремлюють кілька стилів ухвалення рішень. Один з них — раціональний стиль — військовослужбовці аналізують всі можливі варіанти та приймають рішення на основі логічних міркувань. Інтуїтивний стиль ґрунтується на тому, що рішення приймаються на основі попереднього досвіду та швидкої оцінки ситуації. За таких умов емоційний інтелект може допомогти знизити вплив надмірної емоційності.

В свою чергу, користуючись раціональним стилем прийняття рішень, військовослужбовці аналізують всі можливі варіанти та приймають рішення на основі логічних міркувань. У цьому випадку високий рівень емоційного інтелекту може сприяти більш усвідомленому аналізу ризиків та наслідків. А уникнення

відповідальності або відкладання рішення у військових умовах може бути небезпечним, а розвиток ЕІ може допомагати уникнути нерішучості. Також військовослужбовці з високим рівнем усвідомлення своїх емоцій та емоцій оточуючих частіше демонструють баланс між самостійністю та необхідністю командної взаємодії [16].

За даними К. Левіна, групове прийняття рішень у військових підрозділах базується на колективному аналізі ризиків та розподілі відповідальності, що знижує рівень помилкових дій [6].

Звертаючись до історії, можна також прослідкувати те, як емоційний інтелект впливав на результати бойових дій. Наприклад, відомо, що Наполеон Бонапарт володів надзвичайною здатністю контролювати свої емоції та швидко оцінювати ситуацію навіть у найнебезпечніші моменти битв. Він міг передбачати реакції своїх солдатів, правильно оцінювати емоційний стан ворога та використовувати це у своїх стратегічних маневрах. Це свідчить про те, що здатність усвідомлювати та регулювати емоції була важливою складовою військового лідерства ще багато століть тому.

Сучасні армії також усвідомлюють важливість емоційного інтелекту у підготовці військовослужбовців. У Збройних силах США існують спеціальні програми розвитку лідерських якостей, які включають тренінги з емоційної регуляції та стресостійкості. Такі заняття спрямовані допомогти військовим навчитися контролювати свої емоції, ефективно працювати в команді та швидко адаптуватися до змінюваних умов. Подібні методики вже починають запроваджувати і в українських військових навчальних закладах, що свідчить про актуальність цього напрямку досліджень.

Військовослужбовці регулярно опиняються в екстремальних обставинах, де потрібно діяти швидко та зважено. У таких умовах рівень стресу та навантаження на психіку значно зростає. Високий рівень ЕІ сприяє:

- Зменшенню впливу страху – завдяки здатності розпізнавати та регулювати емоції військові можуть зберігати спокій у критичних ситуаціях.

- Підвищенню когнітивної гнучкості – здатність швидко адаптуватися до змінюваних умов бою.
- Покращенню командної взаємодії – емоційний інтелект допомагає військовим ефективно комунікувати та підтримувати психологічний стан своїх товаришів [11, 14].

Також важливо відзначити, що емоційний інтелект тісно пов'язаний із стресостійкістю та психологічною витривалістю військових. Згідно з дослідженнями, військові, які мають високий рівень ЕІ, демонструють кращу резильєнтність та швидше відновлюються після стресових подій. Багато ветеранів, які повертаються із зони бойових дій, стикаються з посттравматичним стресовим розладом (ПТСР), що негативно впливає на їхню здатність ухвалювати рішення навіть у мирному житті. [11, 17]. Можна навести приклад того, що військові з низьким рівнем ЕІ можуть піддаватися спалахам агресії або замикатися в собі, тоді як розвинені навички управління емоціями допомагають їм усвідомлювати власні переживання, знайти ефективні копінг-стратегії подолання стресу та адаптуватися до нових умов.

Таким чином, емоційний інтелект є важливим фактором, що має великий вплив на процес прийняття рішень у військовослужбовців. Він сприяє розвитку саморегуляції, емоційної стійкості та покращенню командної взаємодії, що є особливо важливим у бойових умовах. Також висновки таких досліджень можуть бути використані для розробки спеціальних тренінгів, що допоможуть військовим краще справлятися зі стресом, ухвалювати ефективні рішення в екстремальних умовах та підтримувати психологічну рівновагу під час бойових дій і після повернення до мирного життя.

Висновки до розділу 1

Проаналізувавши різні підходи, ми дійшли висновку, що головними аспектами емоційного інтелекту є: здатність особистості до емпатії, розуміння власних емоцій, самоконтроль та саморегуляція, розуміння емоцій інших людей, та здатність

використовувати емоції у комунікації та діяльності. Тож, можна зазначити, що емоційний інтелект — важливий аспект успішного функціонування особистості у суспільстві, а також дуже важлива складова для досягнення психологічного благополуччя особистості.

Розглянувши психологічні особливості процесу прийняття рішень, ми визначили, що цей процес має когнітивну складність, включає аналіз можливих варіантів, оцінку ризиків та прогнозування наслідків. Групове прийняття рішень має свої переваги та ризики. Колективний аналіз дозволяє отримати ширший спектр варіантів та зменшити ризик помилок, однак може призводити до групового мислення та конформізму. Отже, процес прийняття рішень є складним і залежить від багатьох внутрішніх та зовнішніх факторів. Розвиток навичок самоконтролю, критичного мислення та управління емоціями сприяє підвищенню ефективності ухвалених рішень.

Аналізуючи взаємозв'язок емоційного інтелекту та прийняття рішень у військових, ми дійшли висновку, що високий рівень емоційного інтелекту сприяє розвитку стресостійкості, покращенню командної взаємодії та ухваленню обґрунтованих рішень у бойових умовах. Військові з розвиненим емоційним інтелектом швидше адаптуються до змінюваних ситуацій, краще справляються з тривогою та ухвалюють більш виважені рішення, що позитивно позначається на загальній ефективності бойових завдань. Низький рівень емоційного інтелекту може ускладнювати реабілітаційний процес, сприяючи розвитку посттравматичного стресового розладу (ПТСР), підвищеній тривожності та труднощам у спілкуванні. Таким чином, емоційний інтелект відіграє критично важливу роль не тільки у процесі прийняття рішень у військових умовах, а й у реінтеграції військовослужбовців до мирного життя.

РОЗДІЛ 2

ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ПРОБЛЕМИ ЕМОЦІЙНОГО ІНТЕЛЕКТУ ТА ПРИЙНЯТТЯ РІШЕНЬ У ВІЙСЬКОВИХ

2.1. Обґрунтування та організація емпіричного дослідження

На військовій службі психологічна стійкість не менш важлива, ніж фізична підготовка. Щоденне виконання завдань в стресових або навіть небезпечних для життя умовах вимагає від військослужбовців не тільки дисциплінованості, але і вміння розуміти себе, керувати своїми емоціями і швидко приймати зважені рішення. Саме тому фокус нашої уваги був зосереджений на емоційному інтелекті, як компоненті, що може суттєво впливати на поведінку та ефективність військовослужбовців.

Спираючись на це, ми вирішили провести емпіричне дослідження та дослідити, чи пов'язані між собою рівень емоційного інтелекту та особливості прийняття рішень у військовослужбовців. Тож **мета** нашого емпіричного дослідження полягала у перевірці гіпотези стосовно того, що військові з високим рівнем емоційного інтелекту демонструють кращу здатність до ефективного прийняття рішень, ніж військові з низьким рівнем емоційного інтелекту.

Об'єктом роботи виступає емоційний інтелект..

Предмет дослідження – взаємозв'язок емоційного інтелекту та прийняття рішень у військовослужбовців.

Для досягнення мети роботи нами були сформульовані наступні **задачі**:

1. Визначити особливості емоційного інтелекту та стилю прийняття рішень у військових різного віку.
2. Визначити взаємозв'язки між емоційним інтелектом та стилями прийняття рішень у військових.

Проведене нами дослідження складалося з двох етапів. Перший етап дослідження включав в себе опитування досліджуваних та аналіз отриманих

результатів. У дослідженні взяло участь 60 осіб — чоловіки віком від 20 до 42 років. Важливо відзначити, що усі респонденти є діючими військовослужбовцями. Ми використовували електронні версії опитувальників, які респондентам пропонувалося заповнити за допомогою Google forms. Тож опитування проводилося індивідуально та в комфортних, наскільки це можливо, умовах для респондентів.

Наступним кроком нами була проведена статистична обробка отриманих даних. В ході математичного аналізу застосовувались такі методи: кореляційний аналіз Спірмена (для дослідження взаємозв'язків) та аналіз отриманих даних за непараметричним статистичним критерієм Манна-Уїтні, що дозволяє нам виявити додаткові відмінності між малими вибірками. Усі підрахунки проводились за допомогою програмного забезпечення IBM SPSS Statistics 27.

Задля досягнення основної мети нашого дослідження були проаналізовані результати за такими опитувальниками:

- «Опитувальник емоційного інтелекту» К. Барчарда. Цей опитувальник дозволяє оцінити окремі компоненти емоційного інтелекту, такі як: позитивна та негативна емоційна експресивність, здатність до усвідомлення емоцій, прийняття рішень, співпереживання (радість та нещастю) та загальний рівень емпатії;
- Опитувальник «Риси емоційного інтелекту» К. Петрідес для діагностики особистісного емоційного інтелекту як сталої характеристики особистості. Вона охоплює такі шкали, як емоційність, самоконтроль, благополуччя та соціальність, які відображають здатність особистості до розпізнавання та регуляції емоцій, адаптації до соціального середовища, а також збереження психологічної рівноваги;
- «Мельбурнський опитувальник прийняття рішень», що спрямований на визначення переважаючих стратегій прийняття рішень. Методика дозволяє виявити схильність до пильності, надпильності, уникання відповідальності або прокрастинації у прийнятті рішень;
- Та «Опитувальник вольових якостей людини» М.В. Чумакова для діагностики вольових якостей особистості.

2.2. Аналіз результатів дослідження взаємозв'язку емоційного інтелекту та прийняття рішень у військовослужбовців

Відповідно до поставлених задач, спочатку ми провели кореляційний аналіз за методом Спірмена, з метою виявлення взаємозв'язків між загальним рівнем вольових якостей та іншими змінними. Отримані результати наведені у Таблиці 2.1.

Таблиця 2.1

Значущі кореляції загального балу за методикою вольових якостей з іншими психологічними показниками

Шкали	Вольові якості
Благополуччя	0,442**
Самоконтроль	0,579**
Емоційність	0,390**
Соціальність	0,540**
Уникання	-0,574**
Прокрастинація	-0,776**
Надпильність	-0,550**
Прийняття рішень	-0,529**
Співпереживання нещастю	-0,358**

Примітка: ** - $p \leq 0,01$

За отриманими результатами, позитивні кореляції було виявлено між загальним рівнем вольових якостей та такими змінними як благополуччя, самоконтроль, емоційність та соціальність. Найсильніший позитивний взаємозв'язок спостерігається між вольовими якостями та самоконтролем. Тобто, ми можемо

побачити тісну взаємодію вольових якостей та здатності до саморегуляції людини. Це приводить нас до висновку, що чим краще особа здатна керувати власною поведінкою, емоційними імпульсами та діями, тим виразніше в неї розвинені вольові характеристики, такі як наполегливість, відповідальність і цілеспрямованість.

Значущими також є кореляції із соціальністю та благополуччям. Такі результати демонструють нам те, що розвинені вольові якості сприяють кращій соціальній адаптації та задоволенні життям. Для військовослужбовців це є вкрай важливим, адже бойові умови — постійна командна взаємодія.

Нами також було виявлено статистично значущий зворотній зв'язок між показниками вольових якостей та стратегії прокрастинації. Тож, ми можемо зазначити, що у осіб з вищими показниками вольової регуляції рідше домінує стратегія прокрастинації при ухваленні рішень. У професійній діяльності військових, де часто немає часу на зволікання, така здатність є критично важливою для швидкого реагування. З усіх отриманих негативних кореляцій, саме зв'язок між вольовими якостями та прокрастинацією виявився найсильнішим, і це ще раз підкреслює надважливість даної складової.

Також наявна зворотня залежність між вольовими якостями та емоційністю, униканням та труднощами у прийнятті рішень. Виходячи з отриманих результатів, емоційна лабільність (перепади настрою або підвищена чутливість), уникання складних ситуацій та невпевненість у виборі дій послаблюють вольову регуляцію. Така внутрішня нестабільність може знижувати здатність швидко орієнтуватися в бойовій обстановці, виконувати накази або діяти рішуче у критичних моментах.

Середній негативний взаємозв'язок спостерігається між вольовими якостями та співпереживанням нещастю, що може свідчити про схильність осіб з високим рівнем вольової регуляції менше занурюватися в чужі емоційні переживання. У свою чергу, така особливість може виконувати захисну функцію, завдяки чому дозволяє військовим діяти ефективніше, бо надмірне занурення у переживання інших може завадити виконанню бойового завдання або прийняттю холодного, зваженого рішення.

Показник надпильності у зв'язку з вольовими якостями вказує на те, що люди з високим рівнем волі набагато рідше демонструють надмірну настороженість у поведінці. Внутрішня впевненість і стабільність дозволяє зберігати спокій і не "випадати" у ситуаціях високої напруги, допомагає зберігати ясність мислення і не витратити сили на зайву тривожність, яка може знижувати бойову готовність.

Таким чином, отримані результати підтверджують наявність міцного взаємозв'язку між рівнем вольових якостей та саморегуляцією, емоційною стійкістю, соціальністю, здатністю до подолання труднощів та ефективному прийняттю рішень. У контексті військової служби це особливо важливо, адже військовослужбовці часто перебувають в умовах підвищеного стресу, де необхідні не лише фізична витривалість, а й психологічна стійкість. Високі показники вольових якостей — рішучості, відповідальності, витримки та цілеспрямованості — можуть сприяти кращому контролю над емоціями, зниженню схильності до уникання та прокрастинації у прийнятті рішень, а також забезпечувати ефективнішу групову взаємодію. Отже, ці якості можуть виступати психологічним ресурсом, що підвищує адаптивність та полегшує прийняття зважених рішень у стресових ситуаціях.

Далі, щоб дослідити взаємозв'язки між стратегіями прийняття рішень та емоційним інтелектом військовослужбовців, ми проаналізували результати Мельбурнського опитувальника та змінними методик емоційного інтелекту (Барчард, Петрідес). Для кращого розуміння, нижче подано графічне зображення взаємозв'язків (Рисунок 2.1). Що демонструє, як саме корелюють окремі шкали емоційного інтелекту з кожною із обраних стратегій прийняття рішень.

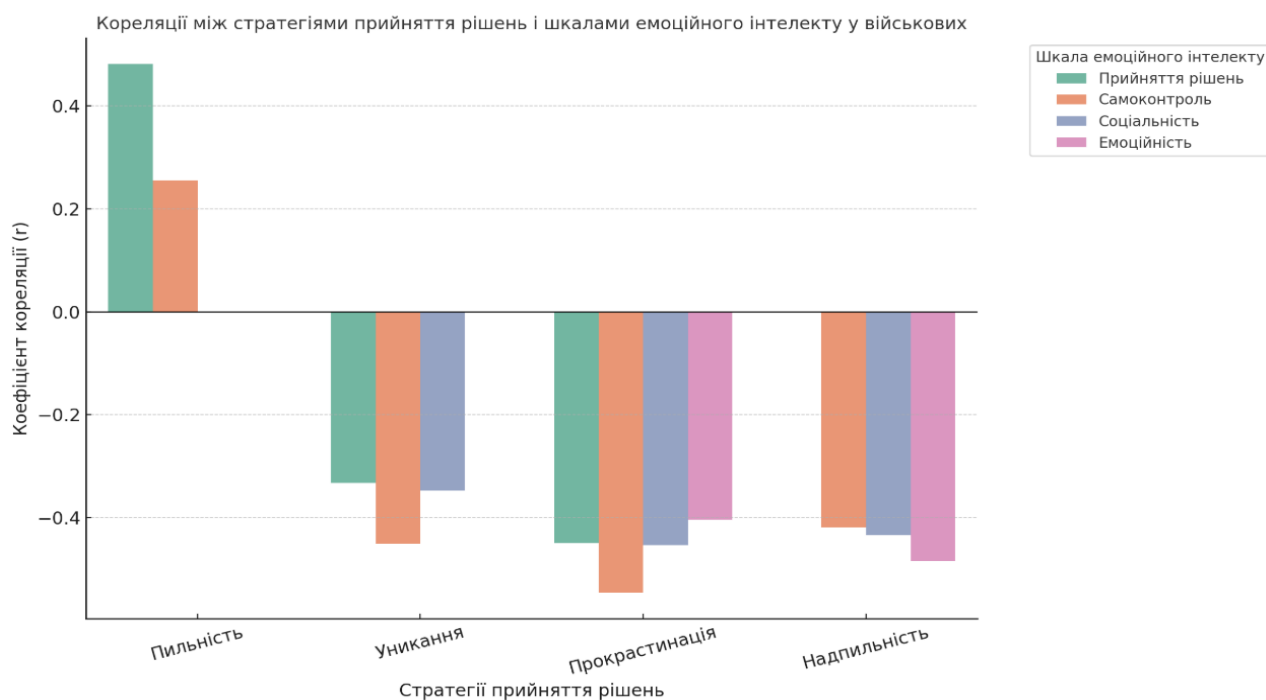
За отриманими результатами можна простежити чіткі зв'язки між тим, як військові ухвалюють рішення, і тим, як добре вони справляються зі своїми емоціями та спілкуються з оточенням. Кажучи інакше, стратегія прийняття рішень напряму залежить від того, наскільки людина емоційно врівноважена, самостійна, рішуча чи навпаки — схильна до сумнівів та зволікань.

Найвиразніший позитивний зв'язок простежується між шкалою пильності — тобто здатністю зважувати та аналізувати ситуацію перед ухваленням рішення — і

шкалою прийняття рішень в емоційному інтелекті ($r = 0,481$, при $p=0,01$). Цей показник свідчить про те, що військові, які не діють імпульсивно, а обдумують наслідки, частіше здатні ефективно справлятися з емоційно насиченими ситуаціями, не втрачаючи внутрішнього балансу. Також пильність має помірний позитивний зв'язок із самоконтролем ($r = 0,255$, при $p=0,05$), адже ухвалення рішення потребує здатності стримати імпульсивну реакцію, зупинитися і подумати.

Рис 2.1

Кореляції між стратегіями прийняття рішень та шкалами емоційного інтелекту у військових



Шкала «Уникання», яка відображає прагнення не приймати рішення взагалі або відкладати його, показала негативні зв'язки з трьома компонентами емоційного інтелекту: самоконтролем ($r = -0,450$, при $p=0,01$), соціальністю ($r = -0,347$, при $p=0,01$) та прийняттям рішень ($r = -0,332$, при $p=0,01$). Такі показники показують нам те, що уникання — це реакція на внутрішню напругу, яка виникає в умовах емоційної нестабільності або невміння взаємодіяти з іншими у складних ситуаціях.

Прокрастинація, як ще одна форма неефективної стратегії, виявилась ще більше пов'язана з низькими показниками емоційного інтелекту. Ми отримали значущі показники зі шкалами «Самоконтроль» ($r = -0,545$, при $p=0,01$) та соціальністю ($r = -$

0,453, при $p=0,01$), а також з емоційністю ($r = -0,404$, при $p=0,01$) та прийняттям рішень ($r = -0,449$, при $p=0,01$). Тобто, затягування з діями у військових може бути не просто звичкою або наслідком втоми, а проявом загальної емоційної виснаженості — коли бракує внутрішнього ресурсу не лише на вибір, а й на контакт із собою та оточенням.

Остання стратегія — «Надпильність». Як показав аналіз, надмірна напруга і поспіх у прийнятті рішень пов'язані з низьким самоконтролем ($r = -0,419$, при $p=0,01$), соціальністю ($r = -0,433$, при $p=0,01$) та емоційністю ($r = -0,484$, при $p=0,01$). Тобто, за надпильністю часто стоїть тривожність і страх помилитися, що не дозволяє людині повноцінно включитися у процес ухвалення рішення.

Такі результати дають нам можливість глибше зрозуміти, як саме функціонує військовий у стресовій або невизначеній ситуації. Якщо показники емоційного інтелекту нижчі — знижується і ефективність прийняття рішень, відповідно, з'являється більше уникання, сумнівів, затягування і тривоги. Натомість вміння керувати своїми емоціями, підтримувати соціальні контакти та зберігати внутрішній спокій допомагає зібрано та ефективно реагувати. Таким чином, чим вищий рівень емоційного інтелекту, тим менш ймовірно, що військовий вдаватиметься до дезадаптивних стратегій, а саме: відкладання або уникнення прийняття. І навпаки — сильна емоційна регуляція, самоконтроль, уважність і витримка сприяють ухваленню рішень, навіть в умовах стресу.

На останок ми розглянули дані отримані завдяки методиці «Опитувальник вольових якостей людини» за окремими шкалами та складниками емоційного інтелекту. Проаналізувавши результати, ми виявили ряд статистично значущих кореляцій між окремими вольовими якостями та низкою психологічних змінних. Результати наведено у таблиці 2.3.

Значущі кореляції загального балу між вольових якостями та іншими психологічними показниками

Шкали	Цілеспрямованість	Уважність	Енергійність	Наполегливість	Витримка	Самостійність	Рішучість	Ініціативність	Відповідальність
Самоконтроль	0,370**	0,438**	0,661**	0,407**	0,478**	0,275*	0,257*	0,301*	0,392**
Соціальність	0,334**	0,362**	0,461**	0,426**	0,243	0,253	0,371**	0,510**	0,317*
Емоційність	0,228	0,396	0,249	0,242	0,335**	0,154	0,280*	0,213	0,461**
Благополуччя	0,247	0,253	0,618**	0,173	0,231	0,154	0,272*	0,370**	0,281*
Пильність	0,248	0,210	0,348**	0,172	0,080	0,089	-0,055	0,286*	0,178
Уникання	-0,429**	-0,390**	-0,396**	-0,535**	-0,216	-0,304*	-0,479**	-0,508**	-0,305*
Прокрастинація	-0,450**	-0,705	-0,481**	-0,772**	-0,491**	-0,332**	-0,587**	-0,431**	-0,588**
Надпильність	-0,214	-0,321*	-0,452**	-0,552**	-0,372**	-0,287*	-0,543**	-0,470**	-0,266*
Прийняття рішень	-0,443**	-0,552	-0,394	-0,410**	-0,293*	-0,366*	-0,267*	-0,286*	-0,509**
Співпереживання нещастю	-0,170	-0,061	-0,162	-0,290*	-0,307*	-0,365**	-0,351**	-0,268*	-0,187

Примітка: ** - $p \leq 0,01$; * - $p \leq 0,05$

Найвиразніші взаємозв'язки було зафіксовано між показниками вольової сфери та прокрастинаційною стратегією поведінки. Усі вольові характеристики, окрім «Уважності», мають значущі зворотні показники кореляції з прокрастинацією, серед яких найсильніший — між шкалою «Наполегливість» та прокрастинацією ($r = -0,772$). Це може свідчити про те, що чим більш наполегливою є особистість, тим меншою мірою вона схильна відкладати виконання завдань або прийняття рішень. Також ми виявили взаємозв'язки таких характеристик, як «Самостійність» ($r = -0,705$), «Відповідальність» ($r = -0,588$) та «Рішучість» ($r = -0,587$). Дані якості вказують на внутрішню зібраність, цілеспрямованість і послідовність, що, відповідно, суперечить проявам прокрастинації.

Від'ємні кореляції між цією стратегією уникнення та вольовими якостями свідчать про те, що схильність до уникнення пов'язана з недостатнім розвитком вольової сфери. Найбільш помітні зв'язки простежуються зі шкалами «Наполегливість» ($r = -0,535$), «Ініціативність» ($r = -0,508$) та «Цілеспрямованість» ($r = -0,429$). Тобто, ми можемо припустити, що наявність вольових якостей підтримує активне подолання труднощів, тоді як їх недостатність – пов'язана з емоційним униканням проблем і зниженим рівнем адаптивності.

Окрему увагу варто приділити шкалі «Прийняття рішень», яка показала негативні зв'язки майже з усіма вольовими характеристиками. Найвищі показники кореляцій виявлено зі шкалами «Уважність» ($r = -0,552$), «Відповідальність» ($r = -0,509$) та «Цілеспрямованість» ($r = -0,443$). Такі результати можуть свідчити про те, що в осіб із розвиненими вольовими якостями під час ухвалення рішень можуть виникати сумніви чи надмірна самокритика, яка в свою чергу знижує швидкість або впевненість у прийнятті рішень. Це особливо актуально у випадку військовослужбовців, де прийняття рішень часто відбувається в умовах високої відповідальності, що може супроводжуватись внутрішнім напруженням навіть в осіб із вираженою волею.

Позитивні кореляції з іншими змінними дозволили нам окреслити чинники, що навпаки підвищують вольову саморегуляцію. Показник «Самоконтроль» виявився

позитивно пов'язаним майже з усіма вольовими характеристиками. Найтісніша кореляція — зі шкалою «Енергійність» ($r = 0,661$), що підкреслює значущість саморегулятивної складової у структурі волі. Також зафіксовано прямі зв'язки між «Енергійністю» та такими змінними, як «Соціальність» і «Благополуччя», що може вказувати на те, що вольова активність супроводжується позитивною емоційною залученістю та готовністю до взаємодії з іншими.

Отже, можна дійти висновку, що вольові якості є справді важливими внутрішніми ресурсами, що допомагають людині краще справлятися зі складнощами, контролювати себе й залишатися ефективним. Тож для військовослужбовців, які щоденно діють у складних умовах і стикаються з підвищеним емоційним та когнітивним навантаженням, сформованість вольової сфери є критично важливою.

2.3. Аналіз впливу віку на емоційний інтелект і стилі прийняття рішень

Для того щоб перевірити, чи впливає вік досліджуваних на рівень емоційного інтелекту та стилі прийняття рішень, нами було використано непараметричний критерій Манна–Уїтні. Досліджуваних було вирішено поділити на дві групи, а саме: чоловіки молодші за 25 років (31 особа) та чоловіки старші за 25 років (29 осіб).

Результати такого аналізу показали, що у жодному з показників між віковими групами не виявлено статистично значущої різниці (усі значення $p > 0,05$). (Таблиця 2.2)

Були й наближені, але все ще незначущі показники, вони спостерігались у таких шкалах:

- Шкала «Пильність» ($p = 0,095$)
- Шкала «Уникання» ($p = 0,127$)

Тож можна припустити, що існує певна тенденція до деяких вікових відмінностей у стилях прийняття рішень, проте дані не дозволяють нам зробити

однозначні висновки. Що стосується емоційного інтелекту, то ці значення також залишаються статистично незначущими (усі значення $p > 0,05$).

Таблиця 2.3

Отримані показники аналізу впливу віку на емоційний інтелект і стилі прийняття рішень

Шкали	U Манна-Уїтні	W Вілкінсона	Асимп.знач, p
Благополуччя	365	861	0,210
Самоконтроль	396,5	433,5	0,432
Емоційність	433,5	868,5	0,813
Соціальність	400	896	0,463
Пильність	342,5	838,5	0,095
Уникання	347	782	0,127
Прокрастинація	424,5	859,5	0,710
Надпильність	442,5	938,5	0,917
Вольові якості	446,5	881,5	0,965
Емпатія	376,5	872,5	0,279

Отже, вік не виявився таким чинником, що суттєво впливає на рівень емоційного інтелекту, особливості стилів прийняття рішень та вольові якості у вибірці військовослужбовців. Окремі тенденції у таких шкалах, як «пильність» та «уникання», можуть свідчити про потенційні вікові особливості, але такі припущення потребують подальшої перевірки на більшій вибірці.

Висновки до розділу 2

1. У результаті аналізу було встановлено, що між військовослужбовцями молодшої та старшої вікових груп не зафіксовано статистично значущих відмінностей ані в рівнях емоційного інтелекту, ані у переважних стилях прийняття рішень. Це свідчить про те, що вік у межах досліджуваної вибірки не є визначальним фактором у формуванні емоційної регуляції чи поведінкових стратегій. У деяких шкалах, таких як пильність і уникання, спостерігаються слабкі вікові тенденції, однак вони не набули статистичної значущості. Отримані результати дозволяють припустити, що у військових психологічні особливості більше залежать не від віку, а від інших чинників — зокрема бойового досвіду, індивідуального стилю реагування, особистісних ресурсів.

2. Кореляційний аналіз виявив значущі взаємозв'язки між ключовими складовими емоційного інтелекту та стилями прийняття рішень. Аналіз показав, що високі показники самоконтролю, емоційності, соціальності та благополуччя мають позитивний зв'язок з адаптивним стилем прийняття рішень — пильністю. Тобто, зі здатністю обдуманно і впевнено ухвалювати рішення. Стратегії прокрастинації, уникання та надпильності ж мають зворотній кореляційний зв'язок із більшістю характеристик емоційного інтелекту. Отже, дезадаптивні стратегії пов'язані з емоційною нестабільністю та труднощами у внутрішній регуляції. Також було встановлено значущий зворотний зв'язок між прокрастинацією та вольовими якостями, а саме: з наполегливістю, самостійністю, відповідальністю й рішучістю. Такий результат дозволяє нам припустити, що прокрастинацію можна вважати індикатором слабкої вольової регуляції, яка перешкоджає ефективному прийняттю рішень і реалізації дій.

ВИСНОВКИ

1. Емоційний інтелект — багатовимірний конструктом, який включає в себе здатність розуміти, виражати та регулювати власні емоції, а також розпізнавати емоційні стани інших людей. Емоційний інтелект відіграє важливу роль у різних сферах життя, включаючи особисте благополуччя, міжособистісні відносини та загальний психологічний стан. Розглядаючи процес прийняття рішень, можна зробити висновок, що він є складною когнітивною і вольовою діяльністю, що особливо актуалізується у професійній діяльності військових.

За результатами проведеного аналізу, емоційна регуляція є важливим чинником підвищення ефективності ухвалення рішень у стресових або екстремальних умовах, а також сприяє покращенню командної взаємодії підрозділу.

2. На основі статистичного аналізу за критерієм Манна-Уїтні не було виявлено значущих відмінностей між військовослужбовцями до та після 25 років за показниками емоційного інтелекту й особливостями ухвалення рішень. Це дозволяє нам припустити, що вік у межах дослідженої вибірки не є вирішальним у формуванні емоційної регуляції або вибору тієї чи іншої стратегії прийняття рішень.

3. Проведений кореляційний аналіз дозволяє нам визначити значущі взаємозв'язки між компонентами емоційного інтелекту та стилями прийняття рішень. Таким чином, ми можемо стверджувати, що високий рівень самоконтролю, емоційної врівноваженості, соціальності та благополуччя пов'язаний із пильністю — адаптивною, зваженою стратегією ухвалення рішень. Водночас прокрастинація, уникання та надпильність мають зворотній кореляційний зв'язок з більшістю емоційних показників. Ці результати свідчать про те, що емоційний інтелект відповідає за функцію регуляції, знижуючи імпульсивність, тривожність і схильність до відкладання рішень, а отже — підвищує ефективність дій військовослужбовців в складних і відповідальних ситуаціях.

Отже, результати емпіричного дослідження підтвердили нашу гіпотезу про наявність взаємозв'язку між емоційним інтелектом та ефективністю ухвалення рішень.

Перспективи подальших досліджень:

У подальших наукових дослідженнях ми плануємо збільшити вибірку досліджуваних та розширити наш підхід до вивчення даної проблеми, враховуючи додаткові змінні — бойовий досвід, специфіку виконуваних завдань, рівня тривожності та професійного навантаження військовослужбовців, що дозволить точніше оцінити вплив контексту служби на емоційний інтелект і процеси прийняття рішень.

Наші дослідження мають на меті сприяти розвитку ефективних стратегій психологічної підтримки, психологічних програм або тренінгів, спрямованих на розвиток емоційного інтелекту у військовослужбовців, та їхнього впливу на покращення саморегуляції, зниження прокрастинації та підвищення впевненості у прийнятті рішень.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Богдановський С. О., Милославська О. В. Прийняття рішень як особистісна характеристика лідера // *Психологічний інструментарій розвитку лідерського потенціалу сучасної молоді: теорія і практика : матеріали 5-ї Міжнар. наук.-практ. конф. студентів, аспірантів та молодих вчених*, 17 жовтня 2019 р. / заг. ред. О. Г. Романовський ; Нац. техн. ун-т "Харків. політехн. ін-т" [та ін.]. – Харків : НТУ "ХПІ", 2019. – С. 3-5. URL:<https://repository.kpi.kharkov.ua/handle/KhPI-Press/67941> (дата звернення: 11.01.2025)
2. Горбань Г. О. Прийняття рішення як психологічна проблема // *Науковий вісник Ужгородського національного університету*. Серія: Психологія, (1), 9-11, 2021. URL: <https://doi.org/10.32782/psy-visnyk/2021.1.2> (дата звернення: 11.01.2025)
3. Гула В., Дзяворук А. Особливості прийняття рішень посадовими особами органів охорони державного кордону при виникненні нестандартних ситуацій в умовах пандемії та невизначеності // *Збірник наукових праць Національної академії Державної прикордонної служби України*. Серія: військові та технічні науки. 2021. Т. 83, № 2. С. 82–91. URL: <https://doi.org/10.32453/3.v83i2.560> (дата звернення: 11.01.2025)
4. Зарицька В. В. Емоційний інтелект: аналіз наукових теорій // *Теорія і практика сучасної психології*. - 2010. - Вип. 1. - С. 17-22. URL: http://nbuv.gov.ua/UJRN/tpcp_2010_1_6 (дата звернення: 20.04.2025)
5. Кравченко М., Голюк В. Прийняття управлінських рішень: сутність та сучасні тенденції розвитку // *Economy and society*. 2022. № 40. URL: <https://doi.org/10.32782/2524-0072/2022-40-37> (дата звернення: 20.04.2025)
6. Мацевко Т. М., Куций О. А. Дослідження емоційного інтелекту при формуванні лідерських якостей сержантського складу Збройних сил України // *Проблеми екстремальної та кризової психології*. - 2013. - Вип. 14(1). - С. 210-219. URL: [http://nbuv.gov.ua/UJRN/Pekp_2013_14\(1\)_29](http://nbuv.gov.ua/UJRN/Pekp_2013_14(1)_29) (дата звернення: 11.01.2025)

7. Милославська О., Полтавська К. Взаємозв'язок схильності до ризику та прийняття рішень у студентів-психологів // *Наукові інновації та передові технології*. 2024. № 6(34). URL: [https://doi.org/10.52058/2786-5274-2024-6\(34\)-1603-1614](https://doi.org/10.52058/2786-5274-2024-6(34)-1603-1614) (дата звернення: 11.01.2025)
8. Милославська О., Полтавська К. Особливості прийняття рішень в залежності від типу інтуїції у студентському віці // *Перспективи та інновації науки*. 2024. № 6(40). URL: [https://doi.org/10.52058/2786-4952-2024-6\(40\)-836-847](https://doi.org/10.52058/2786-4952-2024-6(40)-836-847) (дата звернення: 11.01.2025)
9. Носенко Е. Л. Емоційний інтелект як форма прояву важливої складової особистісного потенціалу–рефлексивної свідомості. *Вісник Дніпропетровського університету. Сер.: Педагогіка і психологія*. 2012. Вип. 18 № 20. С. 116-122.
10. Петровська І. Psychological concepts of the decision-making process // *Lviv University Herald. Series: psychological sciences*. 2021. No. 9. P. 196–201. URL: <https://doi.org/10.30970/ps.2021.9.25> (дата звернення: 20.04.2025)
11. Родченко Л. та ін. Розвиток емоційної стійкості особистості для подолання наслідків військової травми / *Наукові праці міжрегіональної академії управління персоналом*. Серія: психологія, 2023. № 5(61). С. 18–24. URL: <https://doi.org/10.32689/maup.psych.2023.5.3> (дата звернення: 20.04.2025)
12. Стасюк В., Ковальчук О. Психологічні детермінанти рішення військового керівника в екстремальних умовах діяльності // *Вісник Національного університету оборони України*. 2022. С. 119–124. URL: <https://doi.org/10.33099/2617-6858-2022-65-1-119-124> (дата звернення: 20.04.2025)
13. Сучасний тлумачний психологічний словник. — Х.: Прапор, 2007. - 640 с.
14. Хажанець О. Психологічні технології розвитку лідерського потенціалу особистості // Психологічний інструментарій розвитку лідерського потенціалу сучасної молоді: теорія і практика : зб. наук. пр. наук.-практ. конф., 30 листопада 2022 р. / заг. ред. О. Г. Романовський ; Нац. техн. ун-т "Харків. політехн. ін-т". – Електрон. текст. дані. – Харків, 2022. – С. 120-121. URL: <http://repository.kpi.kharkov.ua/handle/KhPI-Press/60289> (дата звернення: 20.04.2025)

15. Bang D., Frith C. D. Making better decisions in groups // Royal society open science. 2017. Vol. 4, no. 8. P. 170193. URL: <https://doi.org/10.1098/rsos.170193> (дата звернення: 12.04.2025)
16. Davis K., Christodoulou J., Seider S., & Gardner H. The theory of multiple intelligences // In R. J. Sternberg & S. B. Kaufman (Eds.), *The Cambridge handbook of intelligence* (pp. 485–503). Cambridge University Press, 2011. URL: <https://doi.org/10.1017/CBO9780511977244.025> (дата звернення: 20.04.2025)
17. Forrest W., Edwards B., Daraganova G. The intergenerational consequences of war: anxiety, depression, suicidality, and mental health among the children of war veterans // *International journal of epidemiology*. 2018. Vol. 47, no. 4. P. 1060–1067. URL: <https://doi.org/10.1093/ije/dyy040> (дата звернення: 20.04.2025)
18. Salovey P., Mayer J. Emotional intelligence. Imagination, Cognition, and Personality. 1990. №9, P. 185-211. URL: <https://doi.org/10.2190/DUGG-P24E-52WK-6CDG> (дата звернення: 20.04.2025)

АНОТАЦІЇ

У кваліфікаційній роботі досліджено проблему взаємозв'язку емоційного інтелекту та особливостей прийняття рішень у військовослужбовців. У теоретичній частині проаналізовано основні підходи до визначення емоційного інтелекту, його складові, а також психологічні механізми процесу прийняття рішень в стресових умовах.

За результатами емпіричного дослідження було встановлено наявність значущого взаємозв'язку між рівнем емоційного інтелекту та ефективністю прийняття рішень. А саме: військові з високим рівнем емоційного інтелекту демонструють вищий рівень самоконтролю, здатність до саморегуляції, меншу схильність до прокрастинації та уникнення прийняття рішень. У них виражено стратегічне мислення, емоційна стійкість та здатність ефективно взаємодіяти у колективі. Натомість військовослужбовці з нижчим рівнем емоційного інтелекту частіше демонструють надпильність, тривожність, схильність до емоційної дезадаптації та труднощі в ухваленні рішень. Було також встановлено, що розвиток вольової сфери позитивно корелює з компонентами емоційного інтелекту і знижує ймовірність дезадаптивних копінг-стратегій поведінки.

Практична значущість дослідження полягає в можливості застосування отриманих результатів у військовій підготовці та системі психологічної підтримки для покращення якості реагування у критичних ситуаціях і сприянні психологічній реабілітації військових.

Ключові слова: емоційний інтелект, прийняття рішень, військовослужбовці, стратегії поведінки, військова підготовка.

ABSTRACTS

This study investigates the relationship between emotional intelligence and decision-making processes among military personnel. The theoretical section examines key approaches to defining emotional intelligence, outlines its core components, and analyzes the psychological mechanisms involved in decision-making under stressful conditions.

The empirical research confirmed a significant correlation between the level of emotional intelligence and the effectiveness of decision-making. Specifically, service members with high emotional intelligence demonstrated stronger self-control, greater capacity for self-regulation, and reduced tendencies toward procrastination and decision avoidance. They also exhibited strategic thinking, emotional resilience, and the ability to interact effectively within a team. In contrast, military personnel with lower emotional intelligence were more likely to display hypervigilance, anxiety, emotional maladjustment, and difficulties in making decisions. Furthermore, the study found that the development of volitional traits positively correlates with components of emotional intelligence and reduces the likelihood of maladaptive coping strategies.

The practical relevance of the study lies in its potential application to military training and psychological support systems, enhancing decision-making quality in critical situations and contributing to the psychological rehabilitation of service members.

Key words: emotional intelligence, decision-making, military personnel, strategies of behavior, military training.