

## ПСИХОФІЗІОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ЕМОЦІЙНИХ ПЕРЕЖИВАНЬ ЮНАКІВ ІЗ ВІДХИЛЕННЯМИ ПОВЕДІНКИ

**Даніліч-Скакун А. А.**

старший викладач кафедри педагогіки, психології, початкової освіти та освітнього менеджменту  
КЗ «Харківська гуманітарно-педагогічна академія»  
Харківської обласної ради  
ORCID ID: 0000-0003-1167-605X

**Бужинська С. М.**

кандидат психологічних наук, доцент, доцент кафедри педагогіки, психології, початкової освіти та освітнього менеджменту  
КЗ «Харківська гуманітарно-педагогічна академія»  
Харківської обласної ради  
ORCID ID: 0000-0002-5103-0053

**Єна А. С.**

викладач кафедри педагогіки, психології, початкової освіти та освітнього менеджменту  
КЗ «Харківська гуманітарно-педагогічна академія»  
Харківської обласної ради  
ORCID ID: 0000-0001-8621-6301

Статтю присвячено аналізу психофізіологічних особливостей емоційних переживань юнаків з відхиленнями поведінки та їх ролі у формуванні суїцидальних тенденцій. Розглянуто специфіку емоційного розвитку в юнацькому віці, що характеризується високою емоційною чутливістю, нестійкістю афективної регуляції та обмеженими когнітивними ресурсами для усвідомленого прийняття рішень. Показано, що гормональні та нейрофізіологічні зміни цього періоду посилюють коливання настрою і ускладнюють емоційну саморегуляцію. У дослідженні використано комплекс теоретичних методів, що включали аналіз сучасних і класичних психофізіологічних теорій емоцій, системний і структурно-функціональний підходи, а також синтез наукових концепцій, пов'язаних з емоційною регуляцією та самоконтролем. Особлива увага приділена інтегративно-системним моделям, які пояснюють механізми невідповідності між очікуваним і реальним результатом дії, порушення роботи «швидких» емоційних реакцій та знижену ефективність системи саморегуляції, що часто спостерігається в юнаків. Окреслено зв'язок між ранніми емоційними труднощами, зокрема в дітей з особливими освітніми потребами, та подальшим розвитком девіантних форм поведінки, включно з імпульсивною, агресивною та автоагресивною. З'ясовано, що порушення емоційного стану часто призводять до фрустрації, соціальної дезадаптації та підвищення ризику суїцидальної поведінки. Виокремлено ключові психофізіологічні чинники суїцидальної схильності юнаків: емоційна вразливість, когнітивні спотворення (зокрема дихотомічне мислення), занижена самооцінка, депресивність, комунікативні труднощі та обмежений репертуар копінг-стратегій. Наголошено, що поєднання цих характеристик із низькою стресостійкістю та соціальною ізоляцією формує передумови для деструктивної поведінки. Результати роботи підкреслюють необхідність комплексного підходу до вивчення й корекції емоційних переживань юнаків із відхиленнями поведінки та акцентують актуальність психологічної підтримки як засобу профілактики суїцидальних проявів.

**Ключові слова:** емоційні переживання, психофізіологія емоцій, відхилення поведінки, суїцидальна поведінка, патопсихологія, зоопсихологічні дослідження, психофізіологічні механізми, дитина в інклюзивному просторі, нестандартна дитина, юнацький вік, профілактика і психологічна корекція, психологічний супровід.

## Danilich-Skakun A. A., Buzhynska S. M., Yena A. S. Psychophysiological features of emotional experiences of young people with behavioral deviations

*The article analyzes the psychophysiological features of emotional experiences in adolescent males with behavioral deviations and their role in the development of suicidal tendencies. It examines the specifics of emotional development during adolescence, characterized by high emotional sensitivity, unstable affect regulation, and limited cognitive resources for conscious decision-making. Hormonal and neurophysiological changes during this period intensify mood fluctuations and complicate emotional self-regulation. The study employed a combination of theoretical methods, including analysis of classical and contemporary psychophysiological theories of emotion, systemic and structural-functional approaches, and synthesis of concepts related to emotion regulation and self-control. Special attention is given to integrative-systemic models explaining discrepancies between expected and actual outcomes, impaired rapid emotional responses, and reduced self-regulation efficiency, frequently observed in adolescents. The connection between early emotional difficulties, particularly in children with special educational needs, and later development of deviant behaviors, including impulsive, aggressive, and self-aggressive forms, is highlighted. Emotional disturbances often lead to frustration, social maladaptation, and increased risk of suicidal behavior. Key psychophysiological factors of suicidal propensity in adolescents include emotional vulnerability, cognitive distortions (e.g., dichotomous thinking), low self-esteem, depressive tendencies, communication difficulties, and limited coping strategies. The combination of these characteristics with low stress tolerance and social isolation forms a foundation for destructive behavior. The results emphasize the need for a comprehensive approach to studying and correcting emotional experiences in adolescents with behavioral deviations and underline the importance of psychological support as a preventive measure against suicidal manifestations.*

**Keywords:** *emotional experiences, psychophysiology of emotions, behavioral deviations, suicidal behavior, pathopsychology, zoopsychological research, psychophysiological mechanisms, child in an inclusive environment, atypical child, adolescence, prevention and psychological correction, psychological support.*

**Вступ.** Відхилення поведінки в юнацькому віці є серйозною соціально-психологічною проблемою, що потребує детального вивчення. Юнацький період характеризується високою емоційною чутливістю, нестабільністю афективної регуляції та активним формуванням особистісної ідентичності, що робить підлітків особливо вразливими до психоемоційних розладів та ризикової поведінки. Особливо актуальним є дослідження юнаків з відхиленнями поведінки, в яких порушення емоційної регуляції можуть підвищувати ризик імпульсивних суїцидальних спроб.

Психофізіологічні теорії емоцій дозволяють глибше зрозуміти механізми, що лежать в основі суїцидальної поведінки, зокрема роль дисбалансу між когнітивною оцінкою та афективною реакцією, а також недостатньо сформованої системи саморегуляції. У цьому контексті дослідження психофізіологічних аспектів емоційних переживань в юнаків з відхиленнями поведінки є актуальним для розроблення ефективних програм профілактики та підтримки.

**Мета дослідження** полягала у вивченні психофізіологічних особливостей емоційних переживань юнаків з відхиленнями поведінки та визначенні механізмів, що можуть сприяти ризику суїцидальної поведінки. Основні

завдання включали аналіз теоретичних підходів до вивчення емоційної регуляції, дослідження імпульсивних та афективних реакцій, а також визначення можливих напрямів профілактичної роботи та психологічної підтримки.

**Методи та методики дослідження.** Для дослідження емоційних переживань юнаків з відхиленнями поведінки було використано комплекс взаємодоповнювальних теоретичних методів, що дало можливість здійснити глибокий аналіз феномену емоційних переживань. На першому етапі було здійснено ґрунтовний аналіз наукових джерел, що охоплюють як сучасні, так і класичні підходи дослідження психофізіологічних механізмів емоцій. Це дозволило класифікувати теорії за підходом до взаємозв'язку тіла, мозку і свідомості: периферичні, центральні, когнітивні, нейропсихологічні [5; 6]. На другому етапі застосовано системний аналіз, що дав змогу структурувати знання про різні аспекти емоційних переживань та їх вплив на поведінку і соціалізацію юнаків. Виділено ключові фактори, що визначають емоційні реакції та адаптацію молодих людей: індивідуальні (особистісні риси, рівень емоційної стійкості, когнітивні здібності), соціальні та контекстуальні (соціокультурне середовище, умови навчання, характер і сту-

піль впливу стресових чи травматичних подій) [1; 2]. Одночасно проведено синтез наукових підходів, що дозволив систематизувати різні теорії та гіпотези щодо взаємозв'язку психофізіологічних механізмів емоцій і поведінкових відхилень. Такий комплексний підхід забезпечив усебічне розуміння емоційних переживань юнаків та створив основу для подальшого аналізу взаємозв'язку емоцій, поведінки та соціальної адаптації.

**Результати та дискусії.** Емоційні переживання – це процес регуляції імпульсивної поведінки, яка ґрунтується на значимості зовнішніх впливів та їх корисному або шкідливому відображенні в житті людини. Вони виникають у відповідь на вплив середовища, яке або задовольняє, або не задовольняє потреби суб'єктів [3]. За дослідженнями психофізіологів, емоції можуть стимулювати енергетичні процеси в організмі: задоволення супроводжується посиленням іннервації м'язів, при цьому артеріоли розширюються, посилюється приплив крові до шкіри, шкіра розігрівається, кровообіг прискорюється, тканини тіла легко наповнюються необхідними речовинами та ін. Натомість фізичний прояв нещастя характеризується паралізуючим впливом на м'язи. У результаті сповільнюється і зменшується рух, звужуються кровоносні судини, виникає озноб, нестача повітря, важкість у грудях. У ширшому понятті «емоції» вважаються загальною реакцією індивіда, яка включає не лише психічний компонент, але й специфічні зміни тіла.

Узагальнення теоретичних досліджень дає можливість виділити функції емоційних переживань. Сигнальна функція полягає в тому, що за допомогою емоцій людина може виявити, наскільки важливий для неї об'єкт чи явище для задоволення її потреби. Емоції виникають, коли не вистачає компетенцій, необхідних для досягнення мети та компенсують цю недостатність. Емоції забезпечують продовження пошуку нової інформації, оскільки виникають кожного разу, коли потреба не задовольняється, а дія не дає очікуваного результату. Комунікативна функція проявляється в регуляції людського спілкування і супроводжується експресивними рухами, голосовими та вегетативними змінами (пітливість, почер-

воніння або блідість шкіри та ін.). Ці зовнішні прояви призначені для передачі інформації про переживання людини, формування відношення до об'єктів та явищ навколишнього світу. Від народження людина використовує емоції для спілкування з іншими людьми. У новонароджених вже сформовані деякі вроджені механізми емоційних переживань: посмішка (поки мимовільна, що свідчить про стан фізичного комфорту), плач вказує на якусь неприємність і змушує шукати і усувати її причину. Регуляційна функція полягає в тому, що стійкі емоційні переживання направляють поведінку суб'єкта, активізують або зменшують діяльність, допомагають подолати перешкоди, що виникають у процесі досягнення цілей. Механізми емоційної регуляції також знімають надмірне емоційне збудження. Коли емоції досягають крайньої напруги, це перетворюється на психофізіологічні процеси, як-от скорочення мимічних і дихальних м'язів (плач). Крім того, емоційний стан може впливати на всі когнітивні процеси, зокрема на сприйняття, пам'ять та мислення. Він може визначати яскравість і повноту сприйняття, впливати на швидкість і міцність пам'яті, сприяти стимулюванню уяви або, навпаки, гальмувати мислення.

Вивчення психофізіології емоційних переживань має тривалу історію, яка відображає зміну уявлень про співвідношення тілесного, мозкового та когнітивного компонентів цього складного психічного процесу. Протягом ХХ століття дослідники поступово переходили від спрощених пояснень до системного бачення емоцій як багаторівневих нейропсихологічних феноменів. З огляду на провідний механізм виникнення емоцій психофізіологічні теорії можна умовно об'єднати в чотири групи: периферичні (соматичні), центральні (нейрофізіологічні), когнітивно-фізіологічні, сучасні інтегративно-системні.

Периферичні (соматичні) – пояснюють емоційні переживання через тілесні реакції, які передують їх усвідомленню. Основні положення були висловлені незалежно один від одного американським психологом Вільямом Джеймсом і датським анатомом Карлом Георгом Ланге в 1880-х і 1990-х роках [5; 6]. Ці ідеї утворили основу теорії емоційної периферичності.

ферії, за якою емоції є наслідком фізіологічних змін у різних системах організму. Автор стверджує, «що ми сміємося не тому, що нам смішно, а тому, що сміємося». У заяві йдеться про те, що в центральній частині нервової системи змінилися довільні зміни виразу обличчя і пози – периферичні зміни, що призводять до непередбачуваної появи певної емоції, наприклад, тільки зовнішній образ гніву викликає у людини відчуття, що це таке. Хоча необхідно визнати наявність умовно-рефлекторного зв'язку між переживанням емоцій та їх зовнішніми та внутрішніми фізіологічними проявами, зміст емоцій не обмежується лише фізіологічними змінами в організмі. Це доводять експерименти, в яких фізіологічні прояви емоційних процесів були заблоковані, однак, незважаючи на це, особисті суб'єктивні переживання залишаються присутніми.

Теорія Р. Плутчика дуже близька до теорії Джеймса-Ланге. Вчений вважає, що емоції є адаптивними інструментами, які відіграють важливу роль у виживанні особин на всіх рівнях еволюції. Емоція (за Р. Плутчиком) – це складна реакція, що відповідає адаптивному біологічному процесу, загальному для всіх живих організмів [4]. Він вважав, що первинні емоції тимчасові, викликані зовнішніми подразниками. Існують фізіологічні та поведінкові комплекси вираження, пов'язані з кожною емоцією та кожною комбінацією емоцій (або субемоцій). Комплекси кожної головної емоції на фізіологічному та поведінковому рівнях визначаються як структури, справжню природу яких можна лише приблизно визначити.

Центральні (нейрофізіологічні) теорії пов'язують емоційні переживання з активацією мозкових структур (таламус, гіпоталамус, лімбічна система). Фізіологічна теорія емоційних реакцій І. Павлова вважає кору головного мозку і підкіркові структури основними механізмами емоцій. Вважається, що емоції та почуття є генетично детермінованим процесом, який визначається лімбічною системою і пов'язаною з нею вегетативною нервовою системою. Недостатня активація чи перезбудження кіркових і підкіркових центрів може призвести до депресивної поведінки людини, тоді як їх надмірна активація може викликати імпульсивну та неконтрольовану поведінку.

Права півкуля кори головного мозку визначає домінуючу роль у формуванні емоцій та почуттів. У гіпоталамусі ми знаходимо центри агресії, болю, задоволення і насолоди. За допомогою таких приладів, як ЕЕГ та шкірно-гальванічна реакція, можна об'єктивно вимірювати органічні зміни, що відбуваються в організмі людини під час емоційного стану, як-от біоелектрика мозку, провідність шкіри та час реакції. У поліграфі використовується ідея фіксації контрасту між емоційними станами, що виникають під час надходження до людини різної інформації [5; 6].

Американський психофізіолог Волтер Кеннон запропонував свою теорію емоційних переживань, за якою переживання емоцій є причиною вегетативних змін і м'язових реакцій організму, а головним мозковим субстратом для емоцій є таламус – ділянка мозку, яка передає інформацію від органів чуття до кори головного мозку [5].

Ідея В. Кеннона була підтверджена в дослідженнях Джеймса Олдса і Хосе Дельгадо. Зокрема, Д. Олдс дійшов висновку, що в глибинних структурах мозку існують так звані центри задоволення і болю. Дослідами на мишах він продемонстрував, що електрична стимуляція певних ділянок гіпоталамуса (за допомогою імплантованих електродів) призводить до появи експресивних емоцій: одних – позитивних, їх автор назвав «райськими» центрами, а інших – негативних емоцій, їх відповідно «центрами пекла».

Психоорганічна (таламічна) теорія У. Кеннона і П. Барда не дозволяє фізичним змінам у тілі проявлятися раніше емоцій. На думку авторів, емоції та почуття або передують фізичним змінам у тілі, або відбуваються разом із ними. Вони пов'язали роботу механізму відображення емоцій з впливом стимуляції на таламус. Саме звідси в кору головного мозку надходить імпульс збудження. За словами Т. Котик, «почуття та емоції, що виникають під час емоційних взаємодій і різних видів діяльності, призводять до різних емоційних станів. Так, радість, перемога, впевненість, гнів і страх посилюють мотивацію і активність людини, спонукаючи її до дій, тоді як біль, відчай пригнічують, послаблюють мотивацію та активність. Тобто емоції

є рушійною силою діяльності людини, натомість сама діяльність впливає на виникнення емоційних процесів [5].

Когнітивно-фізіологічні теорії підкреслюють роль когнітивної оцінки ситуації у формуванні емоційних переживань. Експериментальні дослідження когнітивних емоційних процесів почалися з праць Н. Грота дослідженням зв'язку між емоціями та психічними процесами, а також мораллю та розвитком свободи волі в людини. Особливу увагу Н. Грот приділяє розвитку емоцій і почуттям, пов'язуючи їх не тільки з думками, але і з відчуттями, тобто говорить про «емоційний тон відчуттів» [7].

У теорії «Когнітивної фізіології» Шахтера-Сінгера емоцію розглянуто як «недиференційоване хвилювання + знання». На його думку, фізіологічний стан, що стоїть за емоцією, однаковий для всіх емоцій, а якісні характеристики емоцій є результатом оцінки ситуації, тобто переживання емоцій залежить від автономного збудження та когнітивної інтерпретації емоцій.

У своїх роботах В. Вілюнас довів неможливість існування емоцій без когнітивних процесів, оскільки через взаємодію зі сприйняттям, пам'яттю та увагою емоції виконують оцінну та мотиваційну функції. Крім того, залежно від пізнавального змісту психічного образу емоції виділяють цілі та спонукають людину до відповідних дій [6; 7].

Леон Фестінгер розробив теорію когнітивного дисонансу, яка стверджує, що позитивні емоції виникають тоді, коли очікування людини збуваються, а її знання та міркування відповідають реальним результатам поведінки. На відміну від цього, негативні емоції виникають, посилюються і функціонують тоді, коли очікувані результати не відповідають тим, що насправді сталися, і виникає дисонанс між цими факторами [7].

Інтегративно-системні теорії інтегрують біологічні, когнітивні та афективні аспекти, розглядаючи емоції як результат взаємодії мозкових мереж і соматичних сигналів [4; 6; 8]. Емоції як продукт еволюції та механізм адаптації до життя у тваринному світі розглядав Петро Анохін [1]. Він стверджує, що емоції мають важливе значення для встановлення та стабілізації раціональної поведінки як у тварин, так і в людей. Позитивні емоції, які виникають у разі досягнення мети, фіксуються в пам'яті й можуть бути використані для досягнення аналогічних корисних результатів відповідно до умов. П. Анохін поєднав фізіологічні процеси з психічними явищами, розглядаючи емоцію як системоутворювальний фактор поведінки. Емоційна реакція сигналізує про ступінь задоволення або фрустрації потреби, тобто виконує регуляторну і мотиваційну функцію (табл. 1).

Сучасні нейропсихологічні підходи інтегрують біологічні, когнітивні та афективні

Таблиця 1

## Психофізіологічні теорії емоцій

| Автор(и), рік  | Основна ідея  | Механізм виникнення емоції   | Ключові поняття  |
|--|---|--|--|
| В. Джеймс, К. Ланге (1884–1885)                                      | Емоція є результатом усвідомлення тілесних змін     | Подія → фізіологічна реакція → усвідомлення → емоція                             | Тіло спочатку реагує, психіка усвідомлює                 |
| В. Кеннон, Ф. Бард (1927)  | Емоції та тілесні реакції виникають одночасно       | Подія → активація таламуса → (емоція + тілесна реакція)                          | Центральна роль таламуса й гіпоталамуса                  |
| С. Шахтер, Дж. Сінгер (1962)   | Емоція = фізіологічне збудження + когнітивна оцінка | Подія → збудження → інтерпретація → емоція                                       | Контекст визначає якість емоції                          |
| Дж. Пейпс (1937)   | Емоції виникають у нейронному колі мозку            | Взаємодія гіпоталамуса, гіпокампа, таламуса, кори                                | «Коло Пейпса», лімбічна система                          |
| П. Мак-Лін (1949–1952)   | Еволюційна структура мозку визначає типи емоцій     | Рептильний мозок + лімбічна система + неокортекс                                 | Теорія «триєдиного мозку»                                |
| Ж. Леду, А. Демасьо, П. Анохін, Я. Панксепп (кін. ХХ – поч. ХХІ ст.) | Емоції як результат взаємодії нейронних систем      | «Швидка» й «повільна» дороги емоцій, соматичні маркери, базові афективні системи | Мигдалеподібне тіло, соматичні сигнали, афективні мережі |

аспекти емоцій [4; 8; 9; 10]. Жозеф Леду досліджував дві «дороги емоцій» – швидку, інстинктивну через таламус і мигдалеподібне тіло, та повільну, усвідомлену через кору; Антоніо Демасьо показав роль соматичних маркерів у прийнятті рішень; Як Панксепп описав базові емоційні системи мозку (SEEKING, FEAR, RAGE, CARE, PLAY), що забезпечують фундаментальні емоційні реакції у людини і тварин.

Отже, еволюція психофізіологічних теорій емоцій демонструє рух від редукціоністського пояснення – коли емоції розглядалися лише як тілесні реакції, – до інтегративних нейронаукових моделей. Периферичні теорії (Джеймс–Ланге) заклали підґрунтя для ідеї тілесної природи емоцій. Центральні концепції (Кеннон – Бард, Пейпс, Мак-Лін) розкрили роль мозкових структур у генерації емоційних станів. Когнітивно-фізіологічний напрям (Шахтер – Сінгер) уперше показав, що інтерпретація ситуації є необхідною умовою усвідомленого емоційного досвіду. Сучасні нейропсихологічні підходи (Леду, Демасьо, Панксепп) поєднують тілесні, когнітивні та афективні рівні, розглядаючи емоції як результат інтеграції мозкових, соматичних і соціальних процесів.

Важливим аспектом дослідження було вивчення емоційних переживань, що виникають в юнаків з відхиленнями поведінки. Юнацький вік – найбільш емоційний і критичний період розвитку, пов'язаний зі специфічними емоційними труднощами. Це час кризи для адаптації до балансу. Юнацький вік вважається особливо «емоційно насиченим», тому дослідження емоційного розвитку юнаків посіли провідне місце в психології. В юнацькому віці активно розвивається соціальне пізнання – здатність розуміти соціальні відносини, що визначає прийняття юнаками соціальних ролей. Юнаки здатні розділяти перспективу соціальної системи, яка створює середовище для нормального спілкування та повного взаєморозуміння. Юнаки перебувають у стані «соціального витіснення», у неструктурованій соціальній та психологічній сфері. Відсутність достатньо сформованих когнітивних структур для свідомого прийняття рішень спричиняє невизначеність

у поведінці й окреслює широкий спектр можливих індивідуальних реакцій – від адаптивних до девіантних [2; 3].

Фізіологічні особливості юнацького віку, зумовлені гормональними змінами та інтенсивним фізичним розвитком, також впливають на емоційну сферу. Психологічний дисбаланс юнацького віку і характерні для нього різкі зміни настрою від хвилювання до пригніченості й від депресії до збудження вчені пояснюють як зниженням механізмів умовного гальмування, так і нестійкістю регуляторних процесів.

Часто подібні особливості емоційних переживань спостерігаються у дітей з особливими освітніми потребами (ООП). У ранньому віці вони проявляються у вигляді підвищеної вразливості, труднощів у регуляції емоцій та адаптації до соціального середовища [1; 3]. В юнацькому віці ці характеристики можуть трансформуватися в більш виражені форми відхилень поведінки – імпульсивну, агресивну або автоагресивну. Така динаміка свідчить, що ранні емоційні особливості дітей з ООП часто стають передумовою ризикованих форм поведінки в підлітковому та юнацькому віці, включно із суїцидальною схильністю.

Настрій та емоційні реакції юнаків у цей період можуть істотно впливати на їхню поведінку. Дослідники вказують, що порушення емоційного стану здатні спричинити широкий спектр відхилень поведінки. Кризи розвитку, ендокринні «шторми», посилене прагнення незалежності та дорослості, дистанціювання від батьківської опіки – усе це підсилює емоційні переживання, особливо в юнаків із вже наявними поведінковими труднощами. Унаслідок недостатньої сформованості навичок розпізнавання й регуляції емоцій юнаки часто неправильно інтерпретують власні почуття або ігнорують їх. Це призводить до накопичення негативних переживань і потреби розрядити внутрішню напругу через поведінкові реакції. Такими реакціями можуть бути різні прояви девіантної поведінки: агресивні дії щодо інших, вербальна агресія, порушення соціальних норм, втечі, ризикована поведінка чи інші форми дезадаптації, включно із суїцидальною поведінкою.

Таким чином, емоційні переживання юнацького віку є одним із ключових чинників формування відхилень поведінки, а особливо

таких її проявів, як суїцидальна активність. Питання розвитку емоційних переживань юнаків із суїцидальними тенденціями традиційно перебувають у центрі психологічних досліджень і залишаються вкрай актуальними.

Результати досліджень чітко вказують на те, що емоційні переживання юнаків, схильних до суїцидальної поведінки, мають певні особливості [1–3]. Схильність юнаків до суїцидальної поведінки зумовлюється поєднанням емоційної вразливості, когнітивних спотворень і недостатнього розвитку комунікативних та копінгових навичок. Передусім для таких осіб характерна знижена толерантність до емоційних навантажень. Юнаки цієї групи відзначаються високою сенситивністю, емоційною крихкістю, надмірною ранимістю, що утруднює адаптацію до фрустраційних ситуацій і соціальних викликів. Важливою рисою є дихотомічне (чорно-біле) мислення: схильність до полярних оцінок себе та світу («усе або нічого», «добре – погано», «я повністю невдаха» чи «я досконалий»). Така когнітивна жорсткість знижує гнучкість поведінкових стратегій і підвищує ризик афективних зривів у ситуаціях невдачі чи міжособистісного конфлікту.

Нейропсихологічні дослідження засвідчують, що в юнаків із суїцидальними тенденціями може бути знижена словесна швидкість (*verbal fluency*) – показник, який відображає здатність до вербального самовираження. Це вказує на комунікативні труднощі: юнаки погано формулюють власні емоції, не вміють прямо просити про допомогу чи вербалізувати внутрішній біль. Унаслідок цього емоційне напруження не знаходить конструктивного виходу і може трансформуватися в деструктивні дії.

Також спостерігається занижена або нестійка самооцінка, що поєднується з високим рівнем депресивності. У більшості випадків у таких осіб обмежений репертуар копінг-стратегій: відсутнє почуття гумору як механізм зниження напруження, не розвинена здатність до переосмислення подій, слабо сформовані навички самопідтримки та пошуку соціальної допомоги. Характерними є примітивні механізми психологічного захисту (витіснення, заперечення, проєкція),

які активізуються в умовах стресу. Унаслідок цього будь-яка стресова ситуація сприймається як катастрофічна і така, що не має вирішення.

Отже, юнаки з подібними психологічними характеристиками демонструють низьку стресостійкість, недостатню комунікативну компетентність, когнітивну ригідність і дефіцит адаптивних стратегій. У поєднанні із соціальною ізоляцією це створює ґрунт для формування суїцидальної поведінки як спроби уникнути нестерпного внутрішнього болю.

Дослідження показало, що в юнаків з відхиленнями поведінки проявляються порушення емоційної регуляції, які створюють підвищений ризик суїцидальної поведінки. Значна невідповідність між очікуваним і реальним результатом дій формує негативні емоційні стани, фрустрацію та психічну напругу. В юнаків під впливом сильного емоційного збудження домінують імпульсивні реакції, що випереджають раціональну оцінку ситуації, пояснюючи схильність до імпульсивних суїцидальних спроб.

Отримані дані підтверджують психофізіологічні теорії емоцій. В юнаків з відхиленнями поведінки спостерігається дисбаланс між когнітивною оцінкою та афективною реакцією, що знижує ефективність системи саморегуляції та підвищує ризик суїцидальної поведінки. Особливу увагу слід приділити роботі з дітьми та підлітками з особливими освітніми потребами, оскільки раннє виявлення порушень емоційної регуляції та надання підтримки може запобігти розвитку суїцидальних тенденцій.

Перспективи подальших досліджень полягають у детальному вивченні психофізіологічних механізмів емоційної регуляції в юнаків із відхиленнями поведінки, а також у розробленні ефективних програм профілактики та підтримки, які допоможуть запобігти формуванню суїцидальних намірів та імпульсивної поведінки. Особливу увагу слід приділити психологічній підтримці, адаптованій для дітей з особливими освітніми потребами, що сприятиме формуванню навичок саморегуляції та здатності до безпечної соціальної інтеграції або висловити його у формі «мовчазного крику про допомогу».

**Висновки.** Психофізіологічні теорії емоцій дають можливість глибше зрозуміти емоційні механізми, що лежать в основі суїцидальної поведінки в юнацькому віці. Згідно з концепцією П. Анохіна, емоції є результатом оцінки результату дії щодо очікуваного «акцептора результату». Коли між очікуваним і реальним результатом виникає значна невідповідність, формується негативний емоційний стан, який може викликати фрустрацію, втрату сенсу та психічну напругу. В юнацькому віці, коли система саморегуляції ще недостатньо зріла, такі емоційні розбіжності переживаються особливо гостро.

Дослідження Ж. Леду показали, що за активації мигдалеподібного тіла домінує імпульсивна, «швидка» емоційна реакція, яка часто випереджає раціональну оцінку ситуації. Це пояснює імпульсивний характер суїцидальних спроб у підлітків і юнаків, які перебувають під впливом сильного емоційного збудження.

Таким чином, з позицій психофізіології схильність до суїцидальної поведінки в юнаків можна розглядати як наслідок порушення емоційної регуляції, невідповідності між когнітивною оцінкою і афективною реакцією, а також зниження ефективності системи зворотного зв'язку, що відповідає за адаптивну поведінку.

#### Список використаних джерел

1. Бондаренко О.Ф. Психологічні чинники суїцидальної поведінки підлітків. *Психологічний журнал*. 2019. Т. 5. № 3. С. 56–64.
2. Чабан О.С., Хомич Г.М. Емоційна регуляція як предиктор ризикованої поведінки підлітків. *Український вісник психоневрології*. 2020. Т. 28. № 1. С. 45–51.
3. Стасюк В.М. Нейропсихологічні аспекти емоційної регуляції у старшокласників. *Проблеми сучасної психології*. 2021. № 54. С. 233–245.
4. LeDoux J. E., Brown R. A higher-order theory of emotional consciousness. *Proceedings of the National Academy of Sciences*. 2017. Vol. 114, № 10. P. E2016–E2025. DOI: 10.1073/pnas.1619316114
5. Panksepp J., Biven L. *The Archaeology of Mind: Neuroevolutionary Origins of Human Emotions*. New York: W. W. Norton, 2012.
6. Koole S. L. The psychology of emotion regulation: An integrative review. *Cognition and Emotion*. 2009. Vol. 23, № 1. P. 4–41. DOI: 10.1080/02699930802619031.
7. Gross J. J. Emotion regulation: Current status and future prospects. *Psychological Inquiry*. 2015. Vol. 26, № 1. P. 1–26. DOI: 10.1080/1047840X.2014.940781.
8. Klonsky E. D., May A. M. The Three-Step Theory (3ST) of suicide. *International Journal of Cognitive Therapy*. 2015. Vol. 8, № 2. P. 114–129. DOI: 10.1521/ijct.2015.8.2.114.
9. O'Brien K. H., Dedert E. Emotion dysregulation and suicide risk in adolescents: A meta-analytic review. *Journal of Affective Disorders*. 2021. Vol. 281. P. 135–147. DOI: 10.1016/j.jad.2020.11.043.
10. Vaillancourt T., Brittain H., et al. Bullying and suicidal behaviours among adolescents with learning disabilities and ADHD. *Journal of Abnormal Child Psychology*. 2020. Vol. 48, № 3. P. 407–421. DOI: 10.1007/s10802-019-00603-1.

#### References

1. Bondarenko, O. F. (2019). Psykholohichni chynnyky suitsydalnoi povedinky pidlitkiv [Psychological factors of suicidal behavior in adolescents]. *Psykholohichni zhurnal – Psychological Journal*, 5(3), 56–64. [in Ukrainian].
2. Chaban, O. S., Khomych, H. M. (2020). Emotsiina rehuliatsiia yak predyktor ryzykovanoi povedinky pidlitkiv [Emotion regulation as a predictor of risky behavior in adolescents]. *Ukrainskyi visnyk psykonevrolohii – Ukrainian Journal of Psychoneurology*, 28(1), 45–51. [in Ukrainian].
3. Stasiuk, V. M. (2021). Nevropsykholohichni aspekty emotsiinoi rehuliatsii u starshoklasnykiv [Neuropsychological aspects of emotion regulation in senior students]. *Problemy suchasnoi psykholohii – Problems of Modern Psychology*, 54, 233–245. [in Ukrainian].
4. LeDoux, J. E., & Brown, R. (2017). A higher-order theory of emotional consciousness. *Proceedings of the National Academy of Sciences*, 114(10), E2016–E2025. DOI: 10.1073/pnas.1619316114. [in English].
5. Panksepp, J., & Biven, L. (2012). *The archaeology of mind: Neuroevolutionary origins of human emotions*. New York: W. W. Norton. [in English].
6. Koole, S. L. (2009). The psychology of emotion regulation: An integrative review. *Cognition and Emotion*, 23(1), 4–41. DOI: 10.1080/02699930802619031. [in English].

7. Gross, J. J. (2015). Emotion regulation: Current status and future prospects. *Psychological Inquiry*, 26(1), 1–26. DOI: 10.1080/1047840X.2014.940781. [in English].
8. Klonsky, E. D., & May, A. M. (2015). The three-step theory (3ST) of suicide. *International Journal of Cognitive Therapy*, 8(2), 114–129. DOI: 10.1521/ijct.2015.8.2.114. [in English].
9. O'Brien, K. H., & Dedert, E. (2021). Emotion dysregulation and suicide risk in adolescents: A meta-analytic review. *Journal of Affective Disorders*, 281, 135–147. DOI: 10.1016/j.jad.2020.11.043. [in English].
10. Vaillancourt T., Brittain H., et al. (2020). Bullying and suicidal behaviours among adolescents with learning disabilities and ADHD. *Journal of Abnormal Child Psychology*, 48(3), 407–421. DOI: 10.1007/s10802-019-00603-1. [in English].

Стаття надійшла до редакції 09.11.2025

Стаття прийнята 06.12.2025

Статтю опубліковано 23.12.2025