

**Кан О. Л.,**

здобувач вищої освіти обліково-фінансового факультету

Науковий керівник – **Мікуляк К.А.**, асистент кафедри фінансів, банківської справи та страхування,

Миколаївський національний аграрний університет, м. Миколаїв

## **ПОВЕДІНКОВІ АСПЕКТИ УПРАВЛІННЯ ОСОБИСТИМИ ФІНАНСАМИ: РОЛЬ ЕМОЦІЙ У ПРИЙНЯТТІ ФІНАНСОВИХ РІШЕНЬ**

Фінансова грамотність та вміння керувати особистими витратами мають особливу важливість у часи нестабільності та цифрових трансформацій. Традиційні економічні моделі, що виходять з припущення про раціональність людини, часто не враховують психологічні й поведінкові чинники, через що не здатні повноцінно пояснити реальні фінансові рішення.

Ця проблема особливо актуальна для молоді, зокрема студентів і молодих фахівців в Україні, де інфляція, валютні коливання, вплив війни посилюють емоційний тиск на прийняття рішень. Молодь стискається з фінансовими труднощами через брак фінансової грамотності, а емоційні фактори посилюють цей ефект, роблячи традиційні поради, наприклад, «інвестуй раціонально», неефективним. У контексті цифровізації фінансів – поширення онлайн-банкінгу, криптовалют та фрілансу – емоції стають каталізатором ризикованої поведінки, наприклад «FOMO» (fear of missing out) під час популяризації криптовалют. Ігнорування емоційного компонента в управлінні особистими фінансами не лише загрожує індивідуальному добробуту, але й має макроекономічні наслідки, такі як зростання заборгованості чи зниження інвестиційної активності.

Поведінкова економіка, що виникла як альтернатива класичній теорії, доводить, що когнітивні та емоційні упередження постійно впливають як на поведінку людей, так і їхні рішення. Останні дослідження підтверджують домінуючу роль емоцій у фінансових рішеннях. Так, С. Kuhnen та ін. (2024) встановили, що страх, викликаний попередніми втратами, знижує готовність до ризику на 35-40% і призводить до того, що люди ухиляються від інвестування в акції або криптовалюти [1].

Д. Канеман разом з А. Тверскім розробив теорію перспектив, яка показала: втрати сприймаються значно болючіше, ніж рівнозначні виграші, тому люди схильні або надмірно уникати ризику, або навпаки – йти на нього без достатніх підстав. Це відкриття стало основою поведінкової економіки й мало важливі наслідки для управління особистими фінансами: воно пояснює, чому населення часто робить імпульсивні покупки, чому з'являється паніка під час криз і як емоції здатні заважати довгостроковому фінансовому плануванню [2].

Концепція «ментального обліку», запропонована Р. Талером, демонструє, що люди схильні сприймати гроші залежно від їхнього походження чи призначення, а не як єдиний фінансовий ресурс. Це означає, що одна й та сама

сума може мати різне психологічне значення [3]. Наприклад, заробітна плата розглядається як кошти для обов'язкових витрат, тоді як премії або подаровані гроші сприймаються як «додатковий дохід», який легше витратити на необов'язкові покупки. У результаті особа може водночас брати кредит під високий відсоток і тримати заощадження на депозиті з нижчим відсотком, вважаючи ці кошти «різними категоріями».

Не менш значущим є вплив соціальних мереж на імпульсивні витрати. За даними Talkwalker (2025), 28% користувачів зазначають, що TikTok провокує раптові покупки більше, ніж будь-яка інша платформа [4]. Позитивні емоції від контенту збільшують імпульсивні витрати на 25-30%, тоді як стрес блокує планування майбутніх витрат і може затягнути у борговий цикл. Уникнути цього допомагають «рефлексивні паузи» – короткі перерви перед прийняттям фінансових рішень, що особливо актуально у світі цифрових фінансів, де алгоритм постійно підсилюють емоційний тиск.

Окрім цього, слід враховувати й інші психологічні пастки: FOMO, який спонукає до інвестицій без аналізу, чи надмірну самовпевненість, що знижує увагу до ризиків. Дослідження показують, що під час ринкової нестабільності емоції можуть спотворювати сприйняття, змушуючи інвесторів продавати активи на мінімумі або купувати на піку [5]. Для контролю над емоціями рекомендують медитацію, практики релаксації, створення чітких фінансових планів і консультації з фахівцями, що допомагають балансувати між раціональністю та емоційним станом.

В умовах сучасної України емоції стають ключовим чинником прийняття фінансових рішень. Страх втратити заощадження підштовхує людей купувати валюту чи золото, навіть якщо це не завжди вигідно в довгостроковій перспективі. Натомість довіра до певних інструментів, такі як депозити чи облігації внутрішньої державної позики, мотивує вкладати кошти й водночас підтримує економіку [6]. Однак імпульсивність часто заважає ефективному управлінню бюджетом: чимало українців здійснюють спонтанні покупки під впливом реклами чи емоцій.

Позитивною тенденцією є зростання усвідомлення важливості фінансової грамотності: молодь дедалі активніше використовує мобільні додатки для планування витрат та формує фінансову «подушку безпеки». Водночас для підвищення ефективності цього процесу важливо поєднувати фінансову освіту з розвитком емоційного інтелекту: вмінням розпізнавати власні почуття, контролювати імпульси й робити паузи перед ухваленням рішень. Це може стати частиною університетських курсів в Україні, що дозволить молоді формувати не тільки раціональні, а й психологічно стійкі фінансові звички в умовах війни та економічних викликів.

#### **Список використаних джерел:**

1. Kuhnen C. M. et al. Effects of a fearful emotional state on financial decisions in the presence of prior outcome information. *Journal of Behavioral and Experimental Finance*. 2024. URL: <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC11008591/>.

2. Теорія перспектив. URL: [https://uk.wikipedia.org/wiki/%D0%A2%D0%B5%D0%BE%D1%80%D1%96%D1%8F\\_%D0%BF%D0%B5%D1%80%D1%81%D0%BF%D0%B5%D0%BA%D1%82%D0%B8%D0%B2](https://uk.wikipedia.org/wiki/%D0%A2%D0%B5%D0%BE%D1%80%D1%96%D1%8F_%D0%BF%D0%B5%D1%80%D1%81%D0%BF%D0%B5%D0%BA%D1%82%D0%B8%D0%B2).
3. Татомир І.Л., Квасній Л.Г. Поведінкова економіка: від теорії до практики: міждисциплінарний навчальний посібник. Трускавець, 2022. 407 с. URL: <https://financial.lnu.edu.ua/wp-content/uploads/2022/11/PovedinkovaEKONOMIKA-2022-1.pdf>.
4. 128 Must-Know Social Media Statistics for 2025. URL: <https://www.talkwalker.com/blog/social-media-statistics>.
5. Емоції та їх вплив на фінансові рішення. 2025. URL: <https://smartfinansy.kyiv.ua/rol-emotsij-u-prijnyatti-finansovix-rishen/>.
6. Халатур С. М., Сіренко Н. М., Мікуляк К. А. Досвід країн світу у плануванні та веденні особистих (сімейних) бюджетів. *Агросвіт*. 2025. № 11. С. 45-49. URL: <https://dspace.dsau.dp.ua/handle/123456789/12155>.