

**РАЗДЕЛ III. ЭФФЕКТИВНОЕ РАЗВИТИЕ И САМОРЕАЛИЗАЦИЯ
СУБЪЕКТА ТРУДА И ЖИЗНЕННОЙ СТРАТЕГИИ**

**SECTION III. EFFECTIVE DEVELOPMENT AND SELF-REALIZATION
OF THE SUBJECT OF LABOR AND LIFE STRATEGY**

DOI: 10.25629/НС.2025.03.14

УДК 159.9

ВАК 5.3.1. Общая психология, психология личности, история психологии

5.3.5. Социальная психология, политическая и экономическая психология

**ТОЛЕРАНТНОСТЬ К НЕОПРЕДЕЛЕННОСТИ КАК КОПИНГ-СТРАТЕГИЯ В
ЮНОШЕСКОМ ВОЗРАСТЕ**

Голубь О.В.^{1,2}, Тимофеева Т.С.^{1,2}, Кузнецова Е.В.^{1,3}

¹Волгоградский государственный университет

²Волгоградский государственный медицинский университет

³Территориальный фонд обязательного медицинского страхования Волгоградской области

Аннотация

Актуальность данного исследования заключается в том, что юношеский возраст является периодом множественных выборов, в том числе и профессиональных, от которых зависит самореализация и качество жизни современной молодежи. При этом неопределенность является условием осуществления выбора и принятия решений. Готовность выдерживать неопределенность, принимать ее как часть современного мира позволит молодежи быть более успешными в процессе своей самореализации. В статье представлены результаты эмпирического исследования, направленного на выявление уровня толерантности к неопределенности у студенческой молодежи в возрасте от 18-21 года во взаимосвязи с копинг-стратегиями. Выборку составили 108 человек – студентов вуза, из них 66 человек – девушки, 42 человека – юноши. В исследовании использовались методики: «Новый опросник толерантности к неопределенности», разработанный Т.В. Корниловой, опросник «Способы совладающего поведения» Лазаруса. В результате авторами работы выявлена взаимосвязь толерантности к неопределенности с копинг-стратегиями: поиск социальной поддержки, планирование решения проблем, положительная переоценка, при этом с этими же стратегиями положительно взаимосвязан и показатель интолерантности к неопределенности. Авторами сделан вывод о том, что толерантность к неопределенности является самостоятельной эффективной копинг-стратегией, помогающий молодым людям не воспринимать неопределенные ситуации с множеством возможных вариантов исходов как стрессовые. Результаты исследования могут быть использованы для оказания психологической помощи при разработке программ социально-психологической адаптации через формирование толерантности к неопределенности и развития навыков применения студенческой молодежи конструктивных копинг-стратегий.

Ключевые слова

неопределенность, толерантность к неопределенности, интолерантность к неопределенности, адаптация, преадаптация, копинг-стратегия, студенческая молодежь, юношеский возраст, совладающее поведение

Введение

В современном мире под воздействием технологического прогресса, глобализации, демографических сдвигов кардинально меняются требования и условия жизни, имеющие огромное значение для самореализации молодежи, постоянно меняются условия получения образования, также за последние годы претерпел радикальные изменения рынок труда.

Мы живем в мире, в котором правит неопределенность, мы живем в век технологической, цифровой, сетевой и когнитивной революций. Благодаря исследованиям и разработкам ученых за последние сто лет для многих людей жизнь стала гораздо проще, уже с юношеского возраста человек чувствует себя хозяином жизни и претендует на полную иллюминацию рисков – негативных ситуаций, которые могут помешать достижению поставленных целей. Именно поэтому молодые люди стали так остро реагировать на неопределенность и именно поэтому так остро встает вопрос о необходимости преадаптации человека к неопределенности.

Л. В. Сенкевич [1], Д.А. Донцов, М.В. Донцова [2], анализируя работы советских и зарубежных психологов, отмечают, что годы юности считаются самыми трудными годами жизни даже в условиях полной стабильности, так как это период множественных выборов. В юношестве человеку предстоит выбрать направление своего развития, круг интересов, средства и способы получения знаний, профессию, друзей, партнера, круг общения. Юношеский возраст является периодом самоопределения и освоения новых социальных ролей.

Н.В. Горлова [3], Е.Е. Марченко, Е.В. Орловцева [4], Д.В. Лифинцев, А.Б. Серых, А.А. Лифинцева [5] исследовали тему толерантности к неопределенности в юношеском периоде. Проведя теоретическое исследование, мы выделили три варианта отношения к неопределенности в юношеском возрасте:

✓ негативное переживание неопределенности – характеризуется многочисленными, разнообразными конфликтами с окружающими; окружающая жизнь воспринимается как сложная и непонятная и вызывает возмущение всем, что кажется несоответствующим ожиданиям.

✓ конформное переживание неопределенности – характеризуется уступчивостью и желанием одобрения окружающих, спокойным даже безразличным отношением ко всему, что происходит вокруг. Взросление проходит без резких изменений в личности, молодые люди «вписывают» себя в окружающий мир.

✓ позитивное переживание неопределенности – характеризуется адекватным отношением к изменяющимся требованиям жизни. Неопределенные ситуации не вызывают растерянности, агрессивности, подавленности, молодые люди активно и осознанно формируют себя, свои отношения с миром, определяют и утверждают свою позицию в постоянно меняющихся условиях жизни.

Современный человек находится в постоянном взаимодействии с социальной средой, профессиональная деятельность – это один из способов этого взаимодействия, который влечет за собой межличностные отношения, принятие решений и осуществление выборов в неоднозначных ситуациях. А. Г. Асмолов, Е. Д. Шехтер, А. М. Черноризов [6] занимались изучением субъективной оценки неопределённых ситуаций, по их мнению, при субъективной оценке новых ситуаций как неблагоприятных или как угрожающих благополучию, по причине отсутствию опыта и недостатке информации, человек испытывает стресс.

С точки зрения концепции, разработанной Н. Хаан [7], совладающее поведение рассматривается как способность психики избавляться от психологического напряжения в стрессовой ситуации. Процесс совладающего поведения можно условно разделить на два этапа: когнитивная оценка ситуации и применение копинг-стратегии. Когнитивная оценка зависит от внутренних и внешних ресурсов человека, выбор той или иной копинг-стратегии – от личных качеств, приобретенного навыка и воспитания. В этом смысле копинг – это сознательное поведение, направленное на активное изменение, преобразование ситуации, если ситуация оценивается как поддающаяся контролю. Если ситуация не поддается контролю в восприятии человека, то копинг направлен на приспособление к ней.

Р. Моуз [8] в своей концепции представляет копинг как постоянную черту личности. Р. Моуз различает активные и пассивные способы реагирования на стресс: первые считаются конструктивными, вторые — неконструктивными. Наиболее разработанным считается направление изучения копинг-стратегий, проводимое Ричард Лазарус и С. Фолкман в рамках когнитивно-феноменологической теории [9], они выделили два типа копинг-стратегий, представленные на рис. 1.

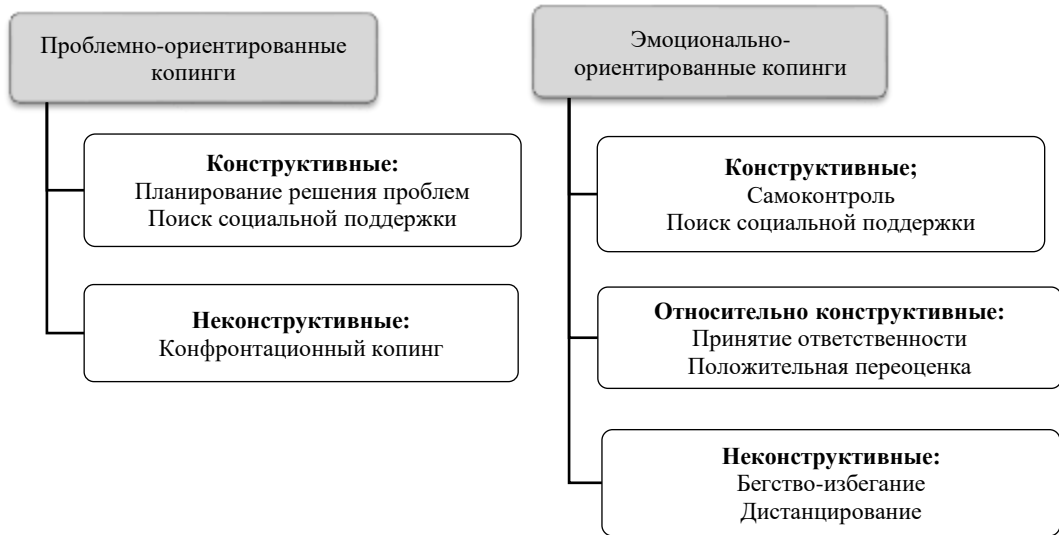


Рисунок 1 – Классификация копинг-стратегий на основе теории Р. Лазаруса
(Составлено авторами)

В рамках данной теории копинг представлен как динамический процесс, в котором происходит когнитивная оценка стрессового события, переоценка, совладание со стрессом и эмоциональная переработка [10].

Попадая в стрессовую ситуацию, человек демонстрирует определенную модель поведения, активную или пассивную. Если человек обладает толерантностью к неопределенности и критическим мышлением, то он способен провести когнитивную оценку ситуации и применить конструктивные способы преодоления стресса такие анализ ситуации, поиск информации, переоценка своих целей, профессиональная помощь, активный отдых.

Гипотеза нашего исследования заключается в том, что толерантность к неопределенности является предиктором к позитивному отношению к неоднозначным, двойственным ситуациям и качеством личности, выполняющим системообразующую функцию, влияющую на когнитивную, эмоциональную и поведенческую составляющие, соответственно конструкт «толерантность к неопределенности» может выступать самостоятельной эффективной копинг-стратегией.

Обзор современных публикаций

В рамках изучения толерантности к неопределенности (ТН) многие авторы проводят исследования на различных профессиональных группах, рассматривая профессиональную деятельность как способ самореализации человека. Ряд исследований направлен на изучение толерантности к неопределенности у представителей помогающих профессий, так как необходимость принятия решений в условиях неопределенности у этой профессиональной группы тесно связано с этическими дилеммами, а также вызывают интерес вопросы влияния толерантности к неопределенности на профессиональную деятельность представителей данной катего-

рии. Такие авторы, как Н.Е. Рачицкая, С.В. Андриевская [11], Л.С. Подымова [12], Е.Н. Конюхова [13], О.В. Новикова [14] указывают на необходимость учета особенностей толерантности к неопределенности педагогов в контексте принятия ситуации как предпосылки для адаптационной готовности в системе человек-человек. В рамках изучения проблемы медицинской неопределенности И.Н. Леонов [15], А.А. Алдашева, М.Е. Зеленова, О.В. Рунец [16], Е.А. Крюкова, Т.В. Корнилова [17], M.D. Lazarus, A. Gouda-Vossos, A. Ziebell [18] подчеркивают важность оценки устойчивости к неопределенности медицинских работников и работников экстремальных видов деятельности, так как время на принятие профессиональных решений, от которых зависит жизнь человека, часто ограничено, а также данная категория работников более подвержена профессиональному выгоранию. Н.В. Ключева, О.Ю. Гаращенко [19], В.И. Долгова, О.А. Кондратьева, П.М. Маслова [20] отмечают значимость толерантности к неопределенности как профессионального качества личности психолога и ресурса, необходимого для работы с клиентами.

Е.В. Белова [21], Е.В. Краснов, Т.В. Корнилова [22] в своих работах сосредоточены на факторах формирования ТН у руководителей, менеджеров и предпринимателей. Они отмечают, что одной из необходимых характеристик представители данной профессиональной категории является способность действовать в условиях неопределенности и риска. Принятие решений в данном случае влечет за собой личную ответственность человека, и как следствие, успешность или неуспешность в профессиональной деятельности. Схожие данные получены в работах получили К.К. Katsaros, A.N. Tsirikas, C.S. Nicolaidis [23].

Однако большее количество исследований направлено на изучение толерантности к неопределенности у студентов. Студенческая молодежь представляет наибольший интерес для изучения, так как является национальной ценностью, имеющей большое значение в сохранении ценностей общества и освоении национальной культуры и опыта, а также представляет собой резерв для формирования российской интеллигенции. Во многих исследованиях толерантность к неопределенности рассматривается как предиктор готовности студентов к самореализации в условиях неоднозначности, новизны, двойственности окружающего мира. Данный феномен рассматривается как индивидуально-личностная составляющая, которая формирует позитивное отношение молодежи к ситуациям выбора, помогая избежать стрессовых реакций. Так, например, такие авторы как Л.В. Меньшикова, И.В. Лазюк [24], Е.В. Павлова, Н.П. Чупряева [25] делают вывод, что развитие толерантности к неопределенности возможно под воздействием специальных педагогических и психологических воздействий.

Также большой интерес для изучения представляет вопрос применения копинг-стратегий в аспекте психологии труда. А.Д. Кузнецова [26] пишет, что активные и конструктивные копинг-стратегии способствуют самоорганизации человека и успешной профессиональной деятельности, а использование пассивных и неконструктивных копинг-стратегий приводят к дезадаптации, снижают эффективность в профессиональной деятельности.

Анализ современных научных публикаций показал, что значение толерантности к неопределенности и степень ее влияния на социальную адаптацию и самореализацию человека в юношеском возрасте имеет важный научный смысл. Однако, нами выявлена недостаточность эмпирического изучения взаимосвязи толерантности к неопределенности с копинг-стратегиями и влияния данного конструкта на способность к преодолению трудных жизненных ситуаций. Также нами определена необходимость дополнительных исследований уровня толерантности к неопределенности у представителей различных возрастных групп с целью выявления социально-уязвимых слоев населения.

Теоретический анализ показал, что толерантность к неопределенности, выполняя системообразующую функцию, влияет на готовность человека к анализу проблемных ситуаций в условиях нехватки информации и нацеленность на их преодоление, а не избегание, а также способствует снижению тревожности в условиях неопределенности, гибкости в поведении и умению находить нестандартные решения. Чем меньше у человека ресурсов, таких как социальная поддержка, финансовые средства, уровень знаний, физическое здоровье, духовный потенциал,

удовлетворенность базовых потребностей, тем в большей степени, для достижения целей самореализации и социальной адаптации, человеку необходимы особые качества личности, к которым можно отнести конструкт «толерантность к неопределенности».

Для подтверждения своей гипотезы в нашем исследовании мы поставили цель выявить значимую взаимосвязь толерантности, интолерантности и межличностной интолерантности к неопределенности с копинг – стратегиями в группах респондентов с уровнем толерантности к неопределенности выше и ниже среднего значения. Результаты исследования могут дать научное обоснование для целесообразности разработки дифференцированных программ психологических мероприятий для учебных заведений и организаций с целью адаптации студентов и работников с разным уровнем толерантности к неопределенности.

Организация исследования

Методиками для сбора данных выступили «Новый опросник толерантности к неопределенности», разработанный Т.В. Корниловой, Опросник «Способы совладающего поведения» Р. Лазаруса и С. Фолкмана (Адаптация: НИПНИ (2009)).

Выборку составили студенты вуза, общий объем – 108 человек, 66 человек из них – девушки, 42 человека – юноши. Возраст: от 18 до 21 года.

Обработка данных проводилась с помощью программы SPSS Statistics 22.0. Для проверки гипотезы использовался корреляционный анализ Спирмена, а также U-критерий Манна-Уитни для проверки различий между двумя группами респондентов (группе 1 с уровнем ТН выше среднего и группе 2 с уровнем ТН ниже среднего). Выбор непараметрических критериев определяется тем, не все параметры соответствуют нормальному распределению.

Результаты и обсуждение

Средние значения уровня ТН, интолерантности к неопределенности (ИТН) и межличностной интолерантности к неопределенности (МИТН) нашей выборки имеют следующие показатели: $M=53,1$, $M= 57,0$, $M=35,6$ соответственно.

Сравнение средних значений данных шкал по всей выборке показало, что средние баллы соответствуют интервалам средних стандартных показателей.

Результаты сравнения средних показателей толерантности, интолерантности и межличностной интолерантности к неопределенности юношей и девушек из нашей выборки приведены на рисунке 2.

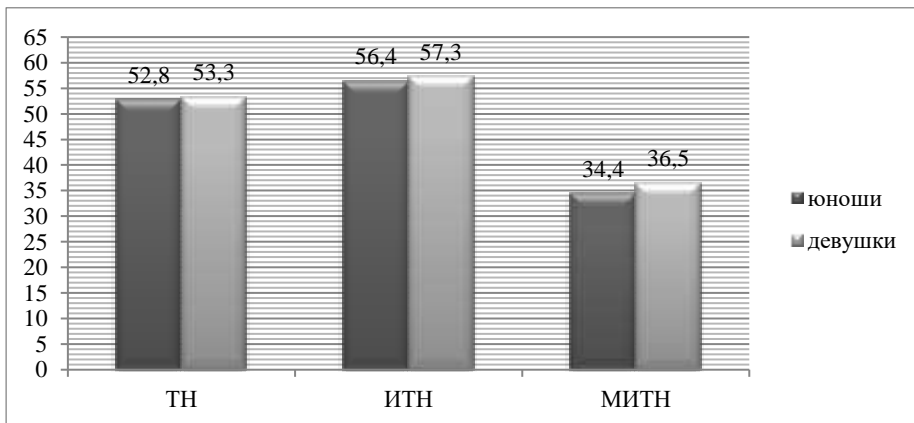


Рисунок 2 – Результаты сравнения средних значений толерантности, интолерантности и межличностной интолерантности к неопределенности по группам юношей и девушек (Составлено авторами)

Статистически значимых различий между уровнем толерантности к неопределенности в сравниваемых группах юношей и девушек по U-критерию Манна-Уитни не выявлено.

Высоким уровнем ТН обладают большее количество юношей из нашей выборки (21,4 % от всей выборки), чем девушек (16,6 % от всей выборки). Также низкой ИТН обладает большее количество юношей из нашей выборки (14,3 % от всей выборки), чем девушек (9,1 % от всей выборки). При этом самый высокий показатель толерантности к неопределенности у девушек из нашей выборки составил 76 баллов, а у юношей – 71 балл.

Для проверки нашей гипотезы мы разделили респондентов на две группы по выраженности показателей толерантности к неопределенности выше среднего показателя и ниже среднего показателя. В результате статистической обработки данных выявлены значимые различия во взаимосвязи показателей толерантности к неопределенности с интолерантностью и межличностной интолерантностью к неопределенности в общей выборке в этих группах.

Таблица 1 – Результаты статистической обработки показателей толерантности (ТН), интолерантности (ИТН) и межличностной интолерантности (МИТН) к неопределенности по общей выборке и в контрастных группах (Составлено авторами)

Показатель	ТН по всей выборке	Группа с ТН выше среднего	Группа с ТН ниже среднего
ИТН	0,665**	0,311*	0,776**
МИТН	0,564**	0,049	0,694**

* – значимость на уровне p меньше 0,05; ** – значимость на уровне p меньше 0,01

Толерантность к неопределенности имеет значимую положительную взаимосвязь с интолерантностью ($r = 0,665, p = 0,000$) и межличностной интолерантностью ($r = 0,564, p = 0,000$) у респондентов из общей выборки. При этом показатель взаимосвязи с ИТН выше у респондентов из группы с уровнем толерантности к неопределенности ниже среднего ($r = 0,776, p = 0,000$). Респонденты с уровнем толерантности к неопределенности выше среднего в некоторых ситуациях могут стремиться к ясности, упорядоченности, это подтверждается результатами, приведенными в таблице 1 – толерантность к неопределенности в этой группе имеет слабую положительную взаимосвязь с интолерантностью ($r = 0,311, p = 0,010$), взаимосвязь толерантности к неопределенности с межличностной интолерантностью в этой группе не выявлена.

Результаты по предпочтениям в выборе копинг-стратегий представлены на рисунке 3.

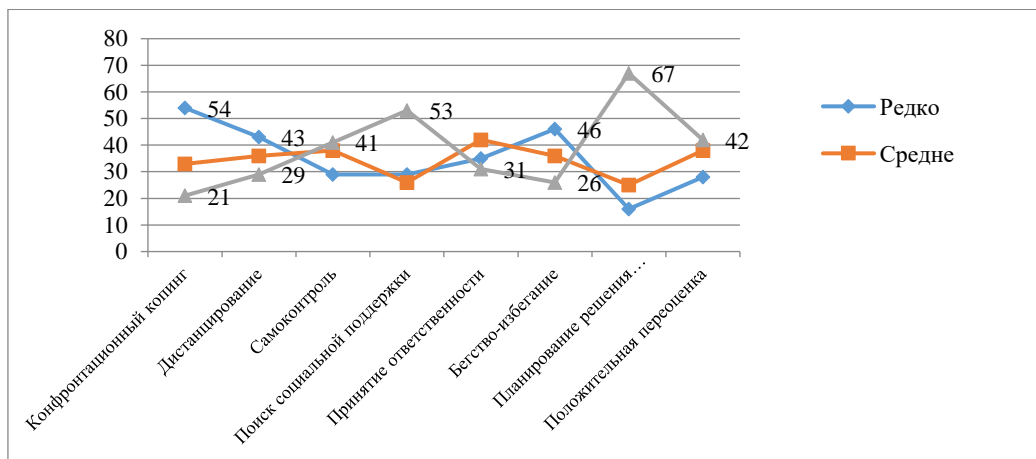


Рисунок 3 – Результаты анализа использования копинг-стратегий (Составлено авторами)

Большее количество респондентов из нашей выборки редко используют такие копинг-стратегии, как конфронтационный копинг (50 % из всей выборки), бегство-избегание (43 % из всей выборки) и дистанцирование (40 % из всей выборки), предпочтительными копинг-стратегиями являются поиск социальной поддержки (49 % из всей выборки) и планирование решения проблем (62 % из всей выборки).

Основными задачами совладающего поведения является преодоление трудностей, либо снижении их отрицательного влияния на человека. В первом случае речь идет об активных копингах (конфронтация, планирование решения, поиск поддержки), во втором – о пассивных (самоконтроль, дистанцирование, положительная переоценка, избегание, принятие ответственности). Можно сделать вывод, что респонденты из нашей выборки более склонны использовать конструктивные, активные копинг-стратегии.

Для выявления взаимосвязи толерантности к неопределенности и копинг-стратегий был использован коэффициент корреляции Спирмена.

Выявлена положительная значимая взаимосвязь толерантности к неопределенности у респондентов из общей выборки с копинг-стратегиями планирование решения проблем ($r = 0,339$, $p = 0,000$), положительная переоценка ($r = 0,252$, $p = 0,008$), положительная слабая взаимосвязь с показателем поиск социальной поддержки ($r = 0,238$, $p = 0,013$). Чем выше показатель толерантности к неопределенности, тем респонденты более склонны задействовать внутренние и внешние ресурсы в стрессовых ситуациях, проявлять активность в целенаправленном и планомерном разрешении проблемной ситуации. При этом у интолерантных респондентов взаимосвязь с этими же показателями выше – планирование решения проблем ($r = 0,395$, $p = 0,000$), положительная переоценка ($r = 0,288$, $p = 0,003$), поиск социальной поддержки ($r = 0,251$, $p = 0,009$), а также выявлена слабая положительная взаимосвязь с копинг-стратегией самоконтроль ($r = 0,246$, $p = 0,010$).

Таблица 2 – Взаимосвязь толерантности (ТН), интолерантности (ИТН) и межличностной интолерантности (МИТН) к неопределенности с копинг-стратегиями в общей выборке (Составлено авторами)

	Копинг-стратегии							
	Конфронтация	Дистанцирование	Самоконтроль	Поиск социальной поддержки	Принятие ответственности	Бегство-избегание	Планирование решения проблемы	Положительная переоценка
ТН	,123	,060	,179	,238*	,137	,138	,339**	,252**
ИТН	,075	,097	,246*	,251**	,183	,068	,395**	,288**
МИТН	,226*	,239*	,280**	,252**	,311**	,343**	,209*	,104

* – значимость на уровне p меньше 0,05; ** – значимость на уровне p меньше 0,01

Далее представлена взаимосвязь показателей ТН, ИНТ, МИНТ с копинг-стратегиями в группах респондентов с уровнем толерантности к неопределенности выше среднего значения (группа 1) и с уровнем толерантности к неопределенности ниже среднего значения (группа 2) (таблицы 3,4).

Таблица 3 – Взаимосвязь толерантности (ТН), интолерантности (ИТН) и межличностной интолерантности (МИТН) к неопределенности с копинг-стратегиями в группе 1 (Составлено авторами)

	Копинг-стратегии							
	Конфронтация	Дистанцирование	Самоконтроль	Поиск социальной поддержки	Принятие ответственности	Бегство-избегание	Планирование решения проблемы	Положительная переоценка
ТН	-,037	-,004	,101	,008	-,013	,189	,194	-,037
ИТН	,037	-,005	,049	,003	-,042	,237	,147	,037
МИТН	,199	,111	,023	,194	,324**	-,097	-,199	,199

* – значимость на уровне p меньше 0,05; ** – значимость на уровне p меньше 0,01

Взаимосвязь ТН и ИТН с копинг-стратегиями у респондентов с уровнем толерантности к неопределенности выше среднего не выявлена.

Таблица 4 – Взаимосвязь толерантности к неопределенности (ТН), интолерантности (ИТН) и межличностной интолерантности (МИТН) с копинг-стратегиями в группе 2 (Составлено авторами)

	Копинг-стратегии							
	Конфронтация	Дистанцирование	Самоконтроль	Поиск социальной поддержки	Принятие ответственности	Бегство-избегание	Планирование решения проблемы	Положительная переоценка
ТН	-,092	,115	,327*	,154	,185	-,134	,364*	,213
ИТН	,004	,141	,510**	,335*	,350*	-,025	,457**	,371*
МИТН	,177	,317*	,483**	,392*	,469**	,229	,400**	,361*

* – значимость на уровне p меньше 0,05; ** – значимость на уровне p меньше 0,01

У респондентов из группы 2 выявлена положительная слабая взаимосвязь толерантности к неопределенности с копинг-стратегиями самоконтроль ($r = 0,327$, $p = 0,037$), планирование решения проблем ($r = 0,364$, $p = 0,019$), положительная значимая взаимосвязь интолерантности к неопределенности с показателем самоконтроль ($r = 0,510$, $p = 0,001$), планирование решения проблем ($r = 0,457$, $p = 0,003$), положительная слабая взаимосвязь с показателями поиск социальной поддержки ($r = 0,335$, $p = 0,032$), принятие ответственности ($r = 0,350$, $p = 0,025$), положительная переоценка ($r = 0,371$, $p = 0,017$).

Гипотеза исследования подтверждена.

Полученные данные согласуются с работой Т.В. Корниловой, где ТН и ИТН рассматриваются не как две противоположности, а как две самостоятельные переменные. Наше исследование показало, что человек в юношеском возрасте с низким уровнем ТН может быть одновременно, но в разных ситуациях, и толерантен к неопределенности, и интолерантен к ней.

Чем выше уровень толерантности к неопределенности, тем меньшее количество ситуаций вызывает стресс и принятие.

Различие показателей корреляции в контрастных по уровню ТН группах наблюдается во взаимосвязи ТН, ИТН с копинг-стратегиями. Обнаружено, что в группе респондентов с высоким уровнем ТН отсутствует взаимосвязь ТН с копинг-стратегиями. Мы предполагаем, что респонденты из группы с высокой ТН с помощью своих когнитивных способностей могут создавать внутреннюю определенность, отвечая на вызов неопределенности многократной корректировкой своей программы достижения целей. За счет баланса когнитивного, эмоционального и поведенческого компонентов реагирования, им удастся управлять ситуацией, не оценивая ее как стрессогенную. Респонденты с низким уровнем ТН нацелены на преодоление неопределенности, которая воспринимается ими как стрессовая, задействуют копинг-стратегии. Чем выше их ИТН, тем чаще они прибегают к способам совладания со стрессом – планированию, самоконтролю, эмоциональной поддержке, положительной переоценке. То есть респонденты с низкой ТН в стрессовой ситуации более склонны задействовать эмоциональный и поведенческий компоненты самосознания.

Толерантная к неопределенности личность направляет активность на преодоление стрессовых ситуаций, возникающих в условиях неопределенности, за счет собственных ресурсов. Интолерантная – использует пассивные копинги, направленные на самозащиту и поиск ресурсов во внешнем мире, потому что у интолерантных нет внутренней опоры.

Выводы

Выявлены значимые различия в обнаруженных взаимосвязях показателей толерантности к неопределенности и ее шкал в общей выборке и в группах с уровнем толерантности к неопределенности выше и ниже среднего показателя.

1. Выявлена положительная значимая взаимосвязь толерантности к неопределенности у респондентов из общей выборки с такими копинг-стратегиями как: планирование решения проблем, положительная переоценка. При этом взаимосвязь интолерантности к неопределенности с этими же показателями у респондентов из нашей выборки выше. Это может свидетельствовать о том, что в случае негативного отношения к ситуациям неопределенности эти ситуации отождествляются индивидом как стрессовые и, соответственно, запускается механизм совладания со стрессом, а именно выбор стратегии совладающего поведения как необходимость снятия эмоционального напряжения.

2. Взаимосвязь толерантности и интолерантности к неопределенности с копинг-стратегиями у респондентов с уровнем толерантности к неопределенности выше среднего не выявлена.

3. При уровне толерантности к неопределенности ниже среднего у респондентов выявлена положительная взаимосвязь следующих показателей:

- толерантности к неопределенности с копинг-стратегиями самоконтроль, планирование решения проблем,

- интолерантности к неопределенности с показателем самоконтроля, поиск поддержки, принятие ответственности, положительная переоценка.

4. Юноши и девушки не имеют значимых различий в уровнях толерантности к неопределенности.

Основываясь на результатах нашего исследования, нами сделан вывод, что представители юношеского возраста с уровнем толерантности к неопределенности ниже среднего более склонны использовать конструктивные копинг-стратегии, с уровнем толерантности к неопределенности выше среднего – копинг-стратегии не используют.

Результаты исследования показали, что в случае негативного субъективного отношения к ситуациям неопределенности, эти ситуации отождествляются индивидом как стрессовые и, соответственно, запускается механизм совладания со стрессом. То есть применение стратегии

совладающего поведения человека является необходимостью снятия эмоционального напряжения. В случае позитивного субъективного отношения к ситуациям неопределенности, неопределенные ситуации не расцениваются индивидом как стрессовые.

Таким образом, наша гипотеза о том, что толерантность к неопределенности является предиктором к позитивному отношению к ситуациям неопределенности и самостоятельной эффективной копинг-стратегией, подтверждена.

В дальнейшем мы планируем продолжить исследование, расширив выборку, чтобы провести сравнительный анализ разных возрастных групп (студенческой молодежи, подросткового возраста и взрослых), а также установить наличие взаимосвязи наших феноменов с уровнем тревожности у респондентов.

Результаты нашего исследования подтверждают необходимость формирования ТН в юношеском возрасте и могут быть использованы для разработки:

- комплекса диагностического инструментария для определения уровня ТН и ИТН и факторов, влияющих на их формирование;
- дифференцированных программ психологических мероприятий, направленных на развитие конструктивного восприятия ситуаций неопределенности в юношеском возрасте, для групп с разными психологическими особенностями.

Библиография

1. Сенкевич, Л. В. Психологические особенности, социально-психологические закономерности и специфика развития личности в юношеском возрасте / Л. В. Сенкевич, Д. А. Донцов // Российский научный журнал. – 2013. – №. 1. – С. 198-206. – EDN PZAWYX. (дата обращения: 10.02.2025).
2. Донцов, Д. А. Психологические особенности юношеского (студенческого) возраста / Д.А. Донцов, М. В. Донцова // Образовательные технологии. 2013. – №. 2. – С. 34-42. – URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/psihologicheskie-osobennosti-yunosheskogo-studencheskogo-vozrasta/viewer> (дата обращения: 11.02.2025).
3. Горлова, Н.В. Толерантность к неопределенности как индивидуально-личностная предпосылка процесса самоопределения в подростковом возрасте, ранней и поздней юности / Н.В. Горлова // Психологические исследования. – 2020. – Т. 13. – №. 70. – С. 5. – URL: <http://psystudy.ru> (дата обращения: 11.02.2025).
4. Марченко, Е. Е. Взаимосвязь толерантности к неопределённости и локуса контроля в юношеском возрасте / Е. Е. Марченко, Е. В. Орловцева // Актуальные проблемы психологии личности и социального взаимодействия. – 2018. – С. 162-171. – EDN: YRCUHB – URL: https://www.elibrary.ru/download/elibrary_36621309_66739938.pdf (дата обращения: 11.02.2025).
5. Лифинцев, Д. В. Толерантность к неопределенности в контексте социальной поддержки: гендерная специфика в юности / Д. В. Лифинцев, А. Б. Серых, А. А. Лифинцева // Национальный психологический журнал. – 2017. – №. 2 (26). – С. 98-105. – URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/tolerantnost-k-neopredelennosti-v-kontekste-sotsialnoy-podderzhki-gendernaya-spetsifika-v-yunosti?ysclid=m88epa9axv131567210> (дата обращения: 11.02.2025).
6. Асмолов, А. Г. Преадаптация к неопределенности: непредсказуемые маршруты эволюции / А. Г. Асмолов, Е. Д. Шехтер, А. М. Черноризов. – М.: Акрополь. – 2018. – 212 с. – ISBN 978-5-98807-079-5.
7. Haan, N. Proposed model of ego functioning: Coping and defense mechanisms in relationship to IQ change / N. Haan // Psychological Monographs: General and Applied. – 1963. – 77(8). – P. 1–23. – URL: <https://doi.org/10.1037/h0093848> (дата обращения: 10.02.2025).

8. Moos, R. H. Life Transitions and Crises: A Conceptual Overview / R. H. Moos, J. A. Schaefer // *Coping with life crises: An integrated approach*. – 1986. – P.3-28. – URL: https://link.springer.com/chapter/10.1007/978-1-4684-7021-5_1 (дата обращения: 11.02.2025).

9. Lazarus, R. S. Stress, appraisal, and coping / R.S. Lazarus, S. Folkman. – New York: Springer, 1984. – 456 p. – ISBN 0-826-4191-9.

10. Lazarus, R. S. Psychological stress and the coping process / R.S. Lazarus. – N.Y.: McGraw-Hill Book, 1966. – 466 p. – URL: <https://lib.ugent.be/en/catalog/rug01:000081331> (дата обращения: 11.02.2025).

11. Рачицкая, Н. В. Толерантность к неопределенности и профессиональное выгорание у педагогов / Н. В. Рачицкая, С. В. Андриевская // *Вестник Полоцкого государственного университета. Серия Е. Педагогические науки*. – 2023. – №. 1 (39). – С. 72-79. – URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/tolerantnost-k-neopredelennosti-i-professionalnoe-vygoranie-u-pedagogov> (дата обращения: 10.02.2025).

12. Подымова, Л. С. Отношение педагогов разных профессиональных групп к ситуации неопределенности / Л.С. Подымова // *Нижегородское образование*. – 2018. – №. 1. – С. 60-65. – URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/otnoshenie-pedagogov-raznyh-professionalnyh-grupp-k-situatsii-neopredelennosti> (дата обращения: 10.02.2025).

13. Конюхова, Т. В. Жизнестойкость личности как особый паттерн установок освоения социокультурного пространства / Т.В. Конюхова, Е.Т. Конюхова // *Известия Томского политехнического университета*. – 2013. – Т. 322. – № 6. – С. 110-116. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/zhiznestoykost-lichnosti-kak-osobyuy-pattern-ustanovok-osvoeniya-sotsiokulturnogo-prostranstva/viewer> (дата обращения: 10.02.2025).

14. Новикова, О. В. Готовность педагогов к неопределенности как важный фактор психологического здоровья / О.В. Новикова. // *Психологическое здоровье населения как важный фактор обеспечения процветания общества: материалы международной онлайн научной-практической конференции, 20 мая, 2020 года, ответ. Ред. М. Б. Юлдашева, Л. А. Максимова, С. А. Водяха*. – Электрон. дан. – Екатеринбург – Фергана, издательство: Уральский государственный педагогический университет (Екатеринбург) – 2020. – С. 223-229. – EDN: VDIKDW (дата обращения: 10.02.2025). – ISBN: 978-5-7186-1684-2.

15. Леонов, И. Н. Взаимосвязь толерантности к неопределенности с профессиональным выгоранием у медицинских сестер / И. Н. Леонов // *Вестник Удмуртского университета. Серия «Философия. Психология. Педагогика»*. – 2019. – Т. 29. – №. 4. – С. 441-449. – URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/vzaimosvyaz-tolerantnosti-k-neopredelennosti-s-professionalnym-vygoraniem-u-meditsinskih-sester?ysclid=m88kiy9ds446501435> (дата обращения: 10.02.2025).

16. Алдашева, А. А. Толерантность к неопределенности и доверие к себе у профессионалов экстремальных видов труда / А. А. Алдашева, М. Е. Зеленова, О. В. Рунец. – DOI: 10.38098/iran.orwp.2020.16.3.007 // *Институт психологии Российской академии наук. Организационная психология и психология труда*. – 2020. – Т. 5. – №. 3. – С. 137-156.

17. Крюкова, Е. А. Эмпатия и отношение к неопределенности и риску у российских врачей / Е.А. Крюкова, Т.В. Корнилова. – DOI: 10.21638/spbu16.2022.306 // *Вестник Санкт-Петербургского университета. Психология*. – 2022. – Т. 12. – №. 3. – С. 331-346.

18. Lazarus, R. S. Educational uncertainty stimuli to support health professions educators' in developing learner uncertainty tolerance / R. S. Lazarus, A. Gouda-Vossos, A. Ziebell, J. Parasnis, S. Mujumdar & G. Brand Mapping // *Advances in Health Sciences Education*. – 2024. – С. 1-22. – URL: <https://link.springer.com/article/10.1007/s10459-024-10345-z> (дата обращения: 10.02.2025).

19. Клюева, Н. В. Толерантность к неопределенности в профессиональной деятельности психолога-консультанта (теоретический анализ) / Н.В. Клюева, О.Ю. Гаращенко // *Ярославский психологический вестник*. – 2019. – №. 3. – С. 84-86. – EDN: UNQYXD (дата обращения: 10.02.2025). – ISSN: 1813-5587

20. Долгова, В.И. Исследование взаимосвязи толерантности к неопределенности и копинг-стратегий у студентов факультета психологии / В.И. Долгова, О.А. Кондратьева, П.М. Маслова. – DOI 10.25588/6993.2022.48.13.013 // Вестник Южно-Уральского государственного гуманитарно-педагогического университета. – 2022. – №. 6 (172). – С. 260-291.

21. Белова, Е. В. Толерантность к неопределенности в структуре личностных особенностей предпринимателей / Е. В. Белова // Вестник Ленинградского государственного университета им. АС Пушкина. – 2016. – №. 2. – С. 85-92. – URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/tolerantnost-k-neopredelennosti-v-strukture-lichnostnyh-osobennostey-predprinimateley/viewer> (дата обращения: 10.02.2025).

22. Краснов, Е. В. Эмоциональный интеллект и толерантность к неопределенности как предикторы результативности деятельности военных руководителей / Е. В. Краснов, Т. В. Корнилова. – DOI: 10.21638/11701/spbu16.2016.304 // Вестник Санкт-Петербургского университета. Психология. – 2016. – №. 3. – С. 28-43.

23. Katsaros, K.K. Managers' workplace attitudes, tolerance of ambiguity and firm performance: The case of Greek banking industry / K. K. Katsaros, A. N. Tsirikas, C. S. Nicolaidis. – DOI: 10.1108/MRR-01-2013-0021 // Management Research Review. 2014. – Т. 37. – №. 5. – р. 442-465.

24. Меньшикова, Л. В. Толерантность к неопределенности у студентов вуза и ее развитие в современной информационной среде/ Л. В. Меньшикова, И.В. Лазюк // Герценовские чтения: психологические исследования в образовании. – 2020. – №. 3. – С. 452-458. – URL: <https://herzenpsyconf.ru/wp-content/uploads/2020/11/56-2020.-Menshikova-Lazyuk.pdf> (дата обращения: 10.02.2025).

25. Павлова, Е.В. Толерантность к неопределенности как предиктор готовности студентов к цифровизации образования / Е.В. Павлова, Н.П. Чупряева // Мир науки. Педагогика и психология, – 2020. – №3. – URL: <https://mir-nauki.com/PDF/37PSMN320.pdf> (дата обращения: 10.02.2025).

26. Кузнецова, А. Д. Современные исследования копинг-стратегий в аспекте психологии труда / А. Д. Кузнецова // Вестник Университета мировых цивилизаций. – 2018. – Т. 9. – №. 2 (19). – С. 96-99. – URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/sovremennye-issledovaniya-koping-strategiy-v-aspekte-psihologii-truda/viewer> (дата обращения: 10.02.2025).

Об авторах

Голубь Оксана Викторовна, кандидат психологических наук, доцент, доцент, ФГАОУ ВО «Волгоградский государственный университет», кафедра педагогики, психологии и социальной работы; ФГБОУ ВО «Волгоградский государственный медицинский университет» Министерства здравоохранения Российской Федерации, кафедра общей и клинической психологии; AuthorID: 299960, ORCID: 0000-0003-4949-9685, golub@volsu.ru

Тимофеева Татьяна Сергеевна, кандидат психологических наук, доцент, ФГАОУ ВО «Волгоградский государственный университет», кафедра педагогики, психологии и социальной работы; ФГБОУ ВО «Волгоградский государственный медицинский университет» Министерства здравоохранения Российской Федерации, кафедра общей и клинической психологии; AuthorID: 637618, ORCID: 0000-0003-2096-1450, timofeeva@volsu.ru

Кузнецова Елена Валерьевна, начальник планово-экономического отдела, Территориальный фонд обязательного медицинского страхования Волгоградской области; магистрант кафедры педагогики, психологии и социальной работы ФГАОУ ВО «Волгоградский государственный университет», helena-kuz@yandex.ru

TOLERANCE TO UNCERTAINTY AS A COPING STRATEGY IN ADOLESCENCE**Golub O.V.^{1,2}, Timofeeva T.S.^{1,2}, Kuznetsova E.V.^{1,3}**¹Volgograd State University²Volgograd State Medical University³Territorial Fund of Compulsory Medical Insurance of Volgograd Region**Abstract**

The relevance of this study lies in the fact that adolescence is a period of multiple choices, including professional ones, on which self-realization and quality of life of modern youth depend. At the same time, uncertainty is a condition for making choices and decisions. Readiness to withstand uncertainty, accept it as part of the modern world will allow young people to be more successful in the process of their self-realization. The article presents the results of an empirical study aimed at identifying the level of tolerance to uncertainty in student youth aged 18-21 years in connection with coping strategies. The sample consisted of 108 people – university students, of which 66 people were girls, 42 people were boys. The study used the following methods: "New questionnaire of tolerance to uncertainty" developed by T.V. Kornilova, Questionnaire "Ways of coping behavior" by Lazarus. As a result, the authors of the work revealed the relationship between tolerance of uncertainty and coping strategies: search for social support, planning of problem solving, positive reassessment, while the indicator of intolerance of uncertainty is positively interconnected with these same strategies. The authors concluded that tolerance of uncertainty is an independent effective coping strategy that helps young people not to perceive uncertain situations with many possible outcomes as stressful. The results of the study can be used to provide psychological assistance in developing programs for social and psychological adaptation through the formation of tolerance of uncertainty and the development of skills in the use of constructive coping strategies by student youth. The results of the study can be used to provide psychological assistance in developing programs for social and psychological adaptation through the formation of tolerance to uncertainty and the development of skills in the use of constructive coping strategies by student youth.

Keywords

uncertainty, tolerance of uncertainty, intolerance of uncertainty, adaptation, preadaptation, coping strategy, student youth, adolescence, coping behavior