

МІНІСТЕРСТВО ВНУТРІШНІХ СПРАВ УКРАЇНИ
ЛЬВІВСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ВНУТРІШНІХ СПРАВ

Інституту управління, психології та безпеки

Кафедра практичної психології

**ОСОБЛИВОСТІ ТОЛЕРАНТНОСТІ ДО НЕВИЗНАЧЕНОСТІ
У СУЧАСНОЇ МОЛОДІ**

кваліфікаційна робота

здобувача вищої освіти

освітнього ступеня « бакалавр»

Ярини БУГАЙЧУК

4 курс денної форми навчання

спеціальність 053 «Психологія»

ОПП «Психологія»

Науковий керівник:

викладач кафедри

практичної психології

Вікторія БАГРІЙ

Рецензент:

кандидат психологічних наук, доцент

Оксана ХРИСТУК

Кваліфікаційна робота допущена до захисту

« ____ » _____ 2023 р., протокол № ____

Т.в.о. завідувача кафедри практичної психології

доктор психологічних наук, доцент

_____ **Євген КАРПЕНКО**

Львів

2023

ЗМІСТ

ВСТУП.....	3
РОЗДІЛ I. ТЕОРЕТИЧНІ АСПЕКТИ ВИВЧЕННЯ ТОЛЕРАНТНОСТІ ДО НЕВИЗНАЧЕНОСТІ У МОЛОДІ.....	6
1.1. Підходи до вивчення толерантності до невизначеності.....	6
1.2. Психологічна характеристика сучасної молоді.....	13
1.3. Взаємозв'язок толерантності з особистісними параметрами (самооефективність, мотивація досягнення).....	17
Висновки до розділу 1.....	24
РОЗДІЛ II. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ТОЛЕРАНТНОСТІ ДО НЕВИЗНАЧЕНОСТІ СУЧАСНОЇ МОЛОДІ.....	26
2.1. Методики дослідження та опис вибірки.....	26
2.2. Діагностика толерантності до невизначеності у сучасної молоді.....	28
2.3. Аналіз результатів дослідження.....	34
2.4. Профілактика толерантності до невизначеності у молоді.....	37
Висновки до розділу 2.....	40
ВИСНОВКИ.....	42
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ.....	46
ДОДАТКИ.....	49

ВСТУП

Світ сучасної людини все частіше характеризується як простір невизначеності та ризику. «Невизначеність у своєму значенні виступає тим «полем» взаємодії, у якому розгортається активність людини, що відповідає викликам конкретної ситуації, і у ширшому контексті – своєї долі». Зростаюча складність сучасного світу ставить перед індивідом проблему пошуку адекватної відповіді на його виклики. Події останніх років привели до необхідності приймати рішення з високою ціною відповідальності і адаптуватися в суперечливих умовах, що постійно змінюються. У повсякденному житті соціальна ситуація сучасної молоді передбачає пошук самостійних відповідей на питання особистості, вибір ціннісних орієнтирів у спілкуванні з оточуючими, визначення ступеня впливу на своє життя. Все це передбачає максимальну опору психологічних якостей молоді, їх здатність витримувати невизначеність у процесі прийняття життєво значущих рішень. Аналіз сучасної науково-дослідної літератури показав наявність досліджень про взаємозв'язок толерантності до невизначеності молодих людей. Але для вирішення життєвих завдань, що стоять перед ними, доводиться спиратися на інші особистісні якості, що становлять основу особистісних ресурсів людини.

Проблема даного дослідження пов'язана з наявністю протиріччя між потребою сучасної освіти в мотивації молоді і самореалізації в умовах більшої свободи вибору освітніх програм, вибудовування індивідуальних освітніх траєкторій, і малою вивченістю толерантності до невизначеності молоді та її зв'язку з факторами, що сприяють ефективності та успішності.

Мета дослідження – вивчити характер толерантності до невизначеності у сучасної молоді.

Предмет дослідження – особливості толерантності до невизначеності сучасної молоді.

Об'єкт дослідження – толерантність до невизначеності.

Завдання дослідження:

1. Аналіз теоретичних аспектів вивчення толерантності до невизначеності у молоді.

2. Визначення підходів до вивчення толерантності до невизначеності.

3. Проведення психологічної характеристики сучасної молоді.

4. Аналіз особливостей мотивації досягнення та самоефективності у сучасної молоді.

5. Проведення емпіричного дослідження толерантності до невизначеності у сучасної молоді.

6. Аналіз результатів дослідження та визначення рівня толерантності до невизначеності.

5. Розробка рекомендацій профілактики толерантності до невизначеності у молоді.

Практичне значення. Процес дослідження та їх результати дають можливість чітко визначати причини та особливості формування толерантності до невизначеності у сучасної молоді.

Методи дослідження. У процесі дослідження було використано такі методи та методики:

- аналіз та синтез теоретичної інформації;
- опитування, анкетування, порівняння;
- «Шкала загальної толерантності до невизначеності» (Д. МакКлейн) [30];
- опитувальник «Мотивація успіху та страх невдачі» (А. А. Реан) [31];
- «Тест визначення рівня самоефективності» (Дж. Маддукс, М. Шеєр);
- шкала «Автономія» з опитувальника «Шкала психологічного благополуччя» (К. Ріфф) [33];
- кореляційний аналіз.

Теоретична база дослідження:

- теоретичні уявлення про закономірності розвитку молоді (Ж. Піаже, Е. Еріксон);

- теоретичні уявлення толерантності до невизначеності як риси особистості (Д. МакКлейн) [30];

- теорія самодетермінації (Р. Раян, Е. Десі) [32].

Наукова новизна. Важливим аспектом дослідження є з'ясування сутності, особливостей та закономірностей формування толерантності до невизначеності у сучасної молоді.

Структура роботи. Кваліфікаційна робота складається зі вступу, двох розділів, висновків, списку використаних джерел та додатків.

РОЗДІЛ I. ТЕОРЕТИЧНІ АСПЕКТИ ВИВЧЕННЯ ТОЛЕРАНТНОСТІ ДО НЕВИЗНАЧЕНОСТІ У МОЛОДІ

1.1. Підходи до вивчення толерантності до невизначеності.

Поняття толерантності до невизначеності вивчається в психології протягом 70 років. У багатьох роботах, присвячених історії конструкту та актуальному стану його вивчення, відправною точкою вважаються роботи з дослідження авторитарної особистості німецький філософ Т. Адорно та його колеги Р. Сендфорда, Е. Френкель-Брунsvік [27], Д. Левінсона. У рамках досліджень відмінностей психології сприйняття та їх впливу на особливості авторитарної особистості вони дійшли висновку про небажаність однозначності сприйняття, яку позначали як «інтолерантність до невизначеності» і трактували її як синонім поняття «ригідність», нездатність людини впоратися зі складністю навколишнього світу. Авторство поняття толерантності та інтолерантності до невизначеності належить Е. Френкель-Брунsvік [27]. Вона визначала толерантність до невизначеності як «емоційну і перцептивну змінну, що грає істотну роль при оцінці імовірнісних результатів прийняття рішення і опосередковує емоційний фон прийняття рішення». Вплив систем вірувань особистості, когнітивний стиль, установки, поведінка в ситуаціях вирішення проблем, апперцепцію, міжособистісне спілкування та соціальне функціонування [27]. За час вивчення толерантності до невизначеності було накопичено велику кількість теоретичних підходів та емпірично даних, що розкривають окремі аспекти даного феномену. Історія становлення конструкту включає кілька етапів:

1) Перший етап досліджень припав на 1950-1970 роки. У цей час у роботах Е. Френкель-Брунsvік описаний сам феномен як особистісна риса і особливість перцептивної сфери [27]. Розроблено перші опитувальники толерантності до невизначеності, у тому числі шкала американського психолога

С. Баднера та даних характеристики інтолерантної до невизначеності особистості.

2) Другий етап – з 1970 по 1980 роки. Активний інтерес до даної проблеми з боку представників різних напрямів психології. Досліджується сам феномен, його взаємозв'язок з особистісними характеристиками, особливостями мислення, віковими особливостями людини. З'являються нові вимірювальні шкали А. МакДональда і Р. Нортон.

3) З 1980 по 1990 роки – зниження інтересу до даної проблематики. Проведення великої кількості досліджень толерантності до невизначеності в прикладних сферах діяльності (управління, медицина), зв'язку толерантності з широким спектром пізнавальних, особистісних, поведінкових особливостей людини. Наприклад, креативність, потреба в точності, поведінкова експресія. У цей період були розроблені шкала Д. Маклейна [30]. Таким чином, конструкт толерантності до невизначеності, методологічні підходи до його вивчення та шкали діагностики були розроблені в зарубіжній психології.

З'явилися вітчизняні адаптації методик діагностики толерантності до невизначеності, активно стали вести себе кореляційні дослідження на цих вибірках. В даний час психологи проводять дослідження феномена за різними напрямками: толерантність до невизначеності як складова особистісного потенціалу, стратегії поведінки людини в ситуаціях невизначеності, філософський і методологічний аналіз принципу невизначеності в психології; толерантність до невизначеності у зв'язку з ризиком і ситуацією вибору, взаємозв'язок особистісних особливостей та поведінки в ситуації толерантності до невизначеності, стан невизначеності у творчості [8].

У ряді наукових праць, присвячених історії та сучасному стану вивчення толерантності до невизначеності підкреслюються наступні тенденції, що ускладнюють збільшення знань про феномен (рис. 1.1):

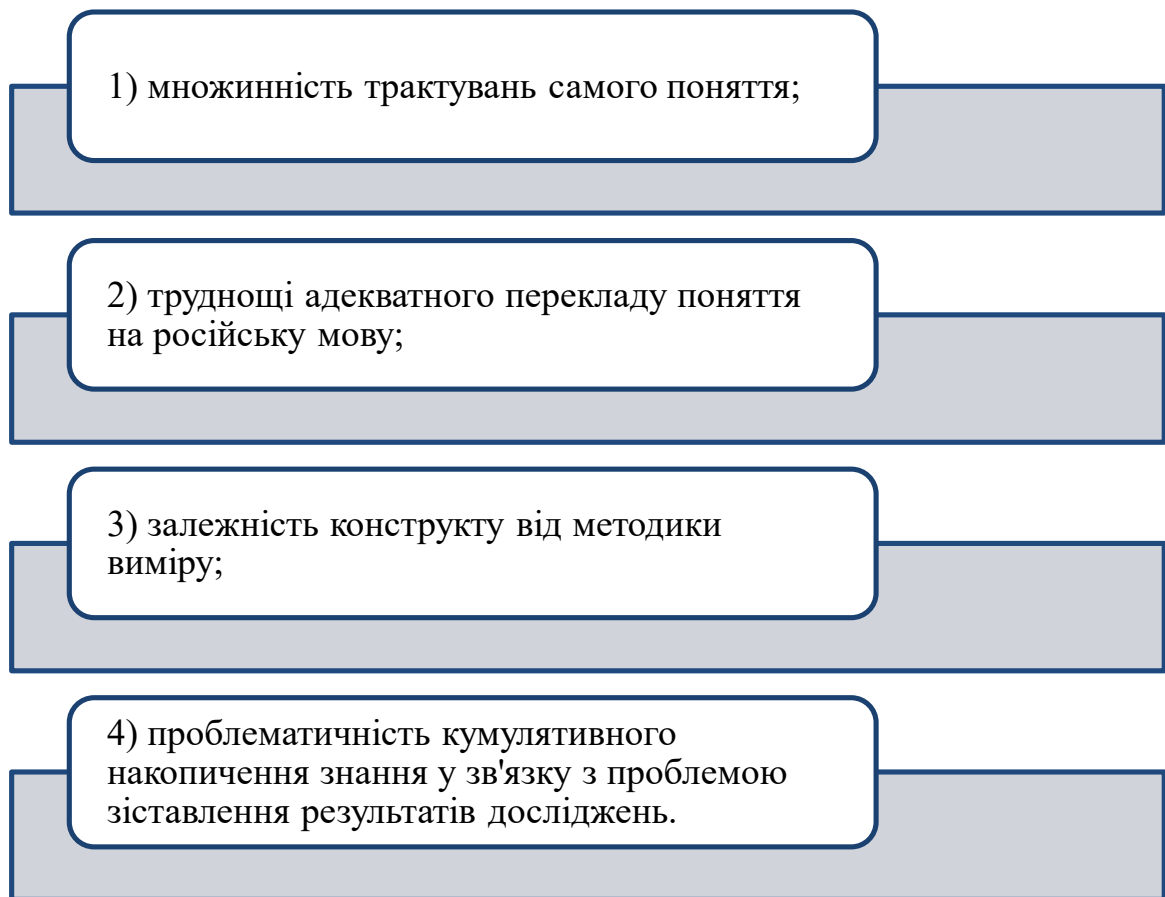


Рис. 1.1. Тенденції вивчення толерантності [10]

Проведені кореляційні дослідження узгодженості результатів діагностики толерантності до невизначеності за допомогою різних методик, показали наступні результати:

1) Дані, отримані за допомогою різних діагностичних методик погано або зовсім не узгоджуються між собою.

2) Є суттєві складнощі у діагностиці даного феномена існуючим інструментарієм.

3) Складності діагностики обумовлені різними підходами до розуміння феномена невизначеності та толерантності до невизначеності [10].

У таблиці 1.1 представлені різні трактування толерантності до невизначеності, виявлені нами у процесі теоретичного огляду.

№ п/п	Тлумачення феномену толерантність до невизначеності	Автор
1.	Емоційна та перцептивна змінна, що грає істотну роль при оцінці ймовірнісних виходів прийняття рішення та опосередкована на емоційний фон прийняття рішення	Е. Френкель-Брунsvік [27]
2.	Величина, що становить рівень недостатності прозорості (ясності) у ситуації чи стимулі, яку може толерувати індивід.	А. Ребер
3.	Когнітивний стиль, що характеризується нездатністю прийняти без дискомфорту ситуації або стимули, які допускають альтернативні інтерпретації.	Дж. Колман
4.	Індивідуальна схильність оцінювати невизначені ситуації як бажані або як загрозливі.	С. Баднер
5.	Тенденція сприймати невизначену інформацію як різновид психологічного дискомфорту чи загрози.	Р. Нортон
6.	Здатність приймати конфлікт і напругу, які виникають у ситуації двоїстості, протистояти не пов'язаності та суперечливості інформації, приймати невідоме і не відчувати себе незатишно перед невизначеністю.	Р. Халлман [28]
7.	Здатність розмірковувати над проблемою, навіть якщо невідомі факти та можливі наслідки прийнятого рішення.	Р. Бріслін
8.	Культуральна складова, що визначає ставлення до ризику та неоднозначності.	Г. Хофстеде
9.	Розкид реакцій, від відкидання до привабливості, при сприйнятті невідомих, складних, динамічних, невизначених або мають суперечливі інтерпретації стимулів.	Д. МакЛейн [30]

Таблиця 1.1. Тракткування толерантності до невизначеності [22]

З таблиці 1.1 аналізуємо, що толерантність до невизначеності розглядається як психологічна установка, характеристика особистісної саморегуляції, перцептивний феномен, емоційна реакція, здатність, особистісне властивість або схильність, когнітивний стиль, один із проявів толерантності. Згідно аналізу досліджень, найбільш популярною при розробці як особистісної межі психологи підкреслюють, що вивчення толерантності до невизначеності як особистісної риси позначає «погляд на даний конструкт як стабільний у часі, що змінюється лише під впливом нового досвіду або цілеспрямованої активності самого суб'єкта» [22]. Толерантність не просто пов'язана з рисами особистості, поведінкою, вона бере участь у динамічних процесах, пов'язаних породженням і подоланням невизначеності. Але одна з цих тенденцій зазвичай домінує. Вперше особистісні особливості, що характеризують толерантну та інтолерантну особистість, були описані Г. Олпортом. Толерантна особистість характеризується здатністю до емпатії, внутрішнім локусом контролю, почуття гумору, орієнтація на себе. Суб'єкт з низькою толерантністю до невизначеності відчуває стрес, поспішно реагує, уникає невизначених стимулів. При високій толерантності до невизначеності невизначені ситуації/стимули сприймаються як бажані, що кидають виклик, цікаві, людина не виявляє відчуттів або тривоги з приводу їх складності. З толерантністю до невизначеності, на думку О. Бабчук, пов'язані стійкість до стресу, конфліктів, агресивної поведінки, порушення норм, критерії оцінки ситуацій. Інтолерантний, навпаки, – сприймає невизначеність як загрозливу ситуацію, розглядає світ крізь «чорно-білу» призму мислення, виявляє конформізм, приймає поспішні рішення, прагнучи мінімізувати непередбачуваність і суперечливість інформації, що надходить [18].

У теорії креативності американського психолога Р. Стернберга прийняття невизначеності є одним з елементів креативності, спрямованого на процес прийняття та подолання невизначеності при розробці нового мислительного продукту. Встановлено наявність взаємозв'язку толерантності до невизначеності та таких параметрів, як здатність до інновацій та відкритість

нового досвіду. Людина, що має толерантність до ситуацій невизначеності, вміє відкладати винесення остаточного судження, зберігає мотивацію до творчої діяльності, що сприяє прийняттю ефективних творчих рішень. Часто науковці пропонують розглядати толерантність до невизначеності як «системотворчий особистісний фактор творчої обдарованості» [13]. Також у психології розглядають толерантність до невизначеності як свідчення сили чи крихкості Я-людини. Уникнення невизначеності – це маркер крихкості Я, опору змін, суб'єктивного неблагополуччя. Романчук О. вивчає толерантність до невизначеності як один з психометричних показників антикрихкості, когнітивний стиль, емоційний інтелект, готовність обговорювати свої переживання, психологічну розумність [16].

Теоретичні дослідження доводять, що існує зв'язок між прийняттям невизначеності та ризику з вірою у свою компетентність, що маніфестується змінними самоефективності та емоційного інтелекту, готовністю до ризику. Дослідження взаємозв'язку толерантності до невизначеності і психологічного благополуччя на вибірковій сукупності дорослих (від 28 до 42 років) показало, що існує зв'язок між толерантністю до невизначеності та автономією. Зарубіжні автори інтерпретують цей факт таким чином: «...здатність ефективно діяти позапередбачуваних та несподіваних ситуаціях дають можливість генерувати самостійність та незалежність респондента» [35]. У результаті досліджень психологи дійшли висновку, що навчання у вузі може сприяти розвитку толерантності до невизначеності у студентів (вік від 17 до 22 років) за наявності «витривалості та пластичності в комунікативній та предметній діяльності на рівні психодинаміки». При цьому, однією з умов прояву особистісної толерантності є впевненість у своїх можливостях. На прикладі студентської вибірки науковці виявили взаємозв'язок толерантності до невизначеності та мотивації досягнення. Автори встановили, що люди, мотивовані для досягнення успіху, більш толерантні до невизначеності, а мотивацію досягнення можна назвати однією з рис толерантних до невизначеності людей [35].

З урахуванням того, що мотивація досягнення є предиктором ефективності людини у значній діяльності, дослідники припустили, що мотивація досягнення підвищує її ефективність в умовах невизначеності через підвищення толерантності до неї. Сполучною ланкою між цими феноменами в психіці людини є інтернальний локус контролю: «Впевненість у контрольованості власного життя поєднує мотивацію досягнення і толерантність до невизначеності» [7]. Двосторонній характер зв'язку привів дослідників до висновку про можливість розвитку толерантності до невизначеності за допомогою спеціальних вправ, але і через розвиток мотиву досягнення. Цікавими даними можна вважати, отримані на вибірці респондентів студентського віку, коли досліджувалось, що толерантність до невизначеності не пов'язана з успішністю. При цьому підвищення інтолерантності до невизначеності та готовності до ризику супроводжує нижчу успішність студентів [9]. На вибірках старшого підліткового та раннього юнацького віку Завірюхою Л. вивчені особливості конструювання майбутнього при різних рівнях толерантності до невизначеності (вік випробовуваних від 16 до 18 років). Психолог встановил, що респонденти з високим рівнем толерантності до невизначеності позитивно ставляться до свого має докладний план. Респонденти покладаються він, свої сили, сприймають себе як суб'єктів дій, очікують успіху. Нетолерантні до невизначеності респонденти бачать своє майбутнє невизначеним, негативно та емоційно забарвленим, конструюють його схематично, потребують допомоги з боку починаючи з етапу планування майбутнього [9]. Неготові до професійного самовизначення підлітки відрізняються відсутністю автономності при прийнятті рішень і самостійності в діях, очікуванням схвалення з боку авторитетів.

Відомо про наявність позитивної кореляції між мотивацією до творчості та потребою у досягненні, а також між мотивацією до творчості та толерантністю до невизначеності. Але толерантність до невизначеності з потребою у досягненні не корелює. Тому Носенко Е. та Шаповалом М. приходять до висновку, що толерантність до невизначеності та мотивація

пов'язані з креативністю, але не корелюють між собою. Учасі тільки толерантності до невизначеності для креативності особистості недостатньо. Було встановлено наявність позитивного зв'язку між креативністю батьків та креативністю дітей-підлітків. Гіпотеза про позитивну кореляцію толерантності до невизначеності підлітків та його батьків не підтвердилася. Автори це пояснюють нестійкістю, нестабільністю особистості підлітка, що впливає на сформованість толерантності до невизначеності. Цим же пояснюється сильніша виразність зв'язку між толерантністю до невизначеності та креативністю у батьків, у порівнянні з дітьми [14].

В експериментальних роботах, виконаних на вибірках дорослих людей та студентів підтверджується позитивний взаємозв'язок між толерантністю до невизначеності та автономією людини; мотивацією досягнення і самоефективністю. Досліджень толерантності до невизначеності підлітків значно менше, порівняно зі студентами та дорослими. Відсутність значущих зв'язків між толерантністю до невизначеності та досліджуваними особистісними якостями підлітків пояснюється незавершеністю формування їх особистості.

1.2. Психологічна характеристика сучасної молоді.

Підлітковий вік прийнято називати найважчим, кризовим періодом у житті. У соціумі підлітки займають «перехідне» становище: вони вже залишають світ дітей, але ще не стали повноправними дорослими.

У віковій психології розроблені різні теорії, що пояснюють рушійні сили психологічного розвитку молоді. Акцент на біологічних чинниках розвитку на своїх роботах робили З. Холл, З. Фрейд, Е. Шпрангер, В. Штерн. Вплив соціальних причин надавали провідне значення Е. Еріксон, К. Левін, Ж. Піаже. Аналіз існуючих вікових періодизацій показав, що підлітків також відносимо до молодих людей.

Особливістю молодіжного підліткового віку є його різноманітність, коли в тому самому віці, на індивідуальному рівні, ми можемо бачити різний ступінь виразності фізичних, пізнавальних та особистісних змін. Центральним фактором фізичного розвитку підлітків є статеве дозрівання. Воно впливає на роботу внутрішніх органів, емоційний стан, пізнавальні процеси, виникнення нових переживань та думок. Старший підлітковий вік можна охарактеризувати метафорою психолога С. Холлмана – «буря і натиск»: на психофізіологічному рівні початок статевого дозрівання супроводжується «розбалансуванням окремих ланок регуляторної системи та зниженням коркового контролю» [28]. На поведінковому рівні це знаходить вираження у зниженні працездатності, адаптаційних можливостей, емоційної нестійкості. Розвиток і якісне вдосконалення пізнавальних процесів старшого підлітка відбувається у навчально-професійній діяльності, яка є провідною в старшому підлітковому віці. Когнітивні процеси приймають організований, регульований і керований характер. Зорове сприйняття підлітка стає цілеспрямованим, виборчим, послідовним. Виробляється вміння швидко концентрувати та розподіляти увагу. Воно навмисне, стійке, має високу інтенсивність.

Об'єм пам'яті збільшується за рахунок логічного освоєння матеріалу. Зростає повнота, точність, системність і відтворюваність збережених знань. Активно формується самостійність мислення, молодь може оперувати об'єктами і висловлюваннями, навчається контролювати, планувати уявні побудови, рефлексує розумові дії. Відбувається розвиток понятійного і абстрактного мислення, будувати плани на майбутнє, реалістично думати про майбутнє, формувати ідеали, розуміти сенс метафор. Що призводить до розвитку вміння приймати розрахунок ідеали, думки, ролі інших людей [3]. Уява молодої людини розвинена, але менш продуктивна, ніж у дорослої людини. Вона дозволяє вирішувати людині завдання творчого самовираження та виконує регуляторну функцію. Активно розвиваються читання, монологічна усна та писемна мова. Продовжується розвиток загальних і спеціальних здібностей молодих чоловіків і дівчат на базі провідних видів діяльності:

навчання, спілкування, праця, молодь переходить до можливості вибрати і свідомо контролювати будь-який момент чи крок діяльності. У старших підлітків, в порівнянні з молодшим підлітковим віком, якісно представлена здатність до попереднього планування діяльності. Центральними особистісними новоутвореннями молодіжного віку є почуття дорослості та розвиток самосвідомості. Вплив біологічних факторів і мінливе ставлення батьків, педагогів до підлітка спонукають його почуватися дорослим. Він прагне орієнтуватися на цінності, норми та права дорослого світу, в соціальному плані ще залишаючись молоддю. Тому, в першу чергу, підліток прагне визнання своєї самостійності, домагається поваги старших, прагне показати свою дорослість. Негативним полюсом почуття дорослості можуть стати прояви негативізму, впертості, свавілля, хворобливе самолюбство, уразливість. Конструктивним аспектом почуття дорослості стають розвиток інтересу собі як до особистості, інтерес до своїх здібностей і можливостей [2].

У молоді зміцнюється внутрішнє прагнення скоріше стати дорослим, і це створює зовсім іншу ситуацію особистісного психологічного розвитку. У молодому віці відбувається загальний процес становлення особистості, проявляється загальна спрямованість у формуванні моральних уявлень та соціальних установок. З огляду на розвитку рефлексії і самоусвідомлення посилюється інтерес підлітка себе як до особистості, і навіть до своїх можливостей і здібностям. Головні мотиваційні лінії цього вікового періоду пов'язані з активним прагненням до особистісного самоудосконалення – це самопізнання, самовираження, самоствердження. Епігенетична теорія розвитку особистості Е. Еріксона описує дане прагнення через необхідність вирішення вікового завдання – розібратися в різних ролях і інтегрувати їх в одну цілісну ідентичність.

Гордієнко І. впевнений, що у молоді виникає особливе пізнавальне ставлення до самого себе. Воно проявляється через бажання аналізувати, оцінювати власні вчинки. Розвинені рефлексивні навички сприяють вмінню вставати на думку іншої людини, бачити світ з інших позицій [19].

Самостійність мислення проявляється у незалежності вибору способу поведінки. Відбувається формування системи особистісних цінностей, які визначають зміст діяльності молодшої людини, сферу її спілкування, вибірковість ставлення до людей, оцінки цих людей та самооцінку. У такому віці самооцінка часто носить глобальний негативний характер, часто вона стає більш диференційованою, що оцінює поведінку в різних ситуаціях. Поглиблюється усвідомлення рис характеру, поступово розвивається розуміння домінуючих особистісних тенденцій. Наприклад, старші підлітки стають більш чуйними до думки однолітків, дорослих, перед ними гостро постають проблеми морально-етичного характеру, пов'язані з інтимно-особистісними людськими відносинами. Сприйняття інших людей дедалі більше співвідноситься з цінностями, ідеалами і нормами. Моральні зразки стають «стають більш тонкими і диференційованими, індивідуально різними» [20]. Вони високо цінують самостійність, індивідуальність, якості особистості, які проявляються у відносинах дружби і товариства, знаходить вираз у зміні мотивації навчання, спілкування та праці.

Сфера пізнавальних інтересів молодих людей виходить за межі шкільних предметів, набуває форми прагнення до розвитку значущих компетенцій. Загальна логіка розвитку вольових якостей молоді розгортається за схемою: від уміння керувати собою, концентрувати зусилля витримувати і виносити великі навантаження до здатності керувати діяльністю, досягати у ній високих результатів [23]. Цей процес говорить про початок професійного самовизначення, але дана тенденція властива не всім старшим підліткам. Професійному та особистісному самовизначенню сприяє розвиток цілепокладання підлітків.

Психологи зазначають, що: «підлітковий і ранній юнацький вік є досить сензитивними у розвитку всього комплексу різноманітних здібностей, і рівень практичного використання наявних тут можливостей впливає індивідуальні відмінності, які до кінця цього віку, зазвичай, збільшуються» [21].

Таким чином, молодому віку властиво розвиток суб'єктності у значній діяльності, прагнення до самореалізації, саморозвитку, вчиненню важливих життєвих виборів. В якості предикаторів ефективної реалізації цих процесів можуть виступати: мотивація досягнення, особистісна автономія, компетентність в міжособистісному та діловому взаємодії.

1.3. Взаємозв'язок толерантності з особистісними параметрами (самоефективність, мотивація досягнення).

Одна з тенденцій сучасного світу – розвиток у молоді навичок до саморозвитку, самоосвіти в умовах множинного вибору форм освіти, сфер практичного застосування навичок, їх здатність до саморозвитку і особистісного самовизначення, сформованість мотивації до навчання, цілеспрямованої пізнавальної діяльності, перетворення життєвого простору на мотивуючий, що визначає самоактуалізацію і самореалізацію особистості, що живе в постіндустріальному суспільстві [7]. Психологи пропонують долати високу складність, невизначеність і мінливість середовища за рахунок креативності і вміння знаходити нестандартні рішення. Є вміння самоорганізації, здійснення самостійного вибору при побудові траєкторії професійного якісного розвитку в умовах мінливого світу.

Описуючи проблеми взаємодії з невизначеністю, психологи зазначають: «Ми можемо вчити дітей тому, як світ точно, однозначно влаштований, поза природничих наук. Лушин П. впевнений, що важливіше готувати їх для того, щоб жити у світі, в якому можливо різне» [11]. В якості основних досліджуваних особистісних якостей нами були обрані мотивація досягнення і самоефективність, так як:

1) вони впливають на різні діяльності, значущі для молодих людей (навчання, інтереси, взаємодія з ровесниками дорослими);

2) дані якості є надійними предикторами освітньої успішності, тому можуть бути закладені в моніторинг ефективності освітніх, розвиваючих програм. Додатковою диспозицією, що вивчається, стала автономія, що позитивно впливає на готовність старших підлітків, молоді реалізовувати свої наміри з опорою на власну думку і цінності [11].

На наш погляд, те, що поєднує дані особистісні риси може статиконцепт ментальних особистісних ресурсів людини. Автор трактує це поняття як «характеристики внутрішнього і зовнішнього середовища, які стійко пов'язуються в ментальному досвіді суб'єкта з позитивним ефектом, наявністю відчутної переваги в умовах вирішення життєво важливих проблем», невизначеності, важких життєвих ситуаціях [1]. До основних ознак ментального ресурсу відносять:

1) представленість в ментальному досвіді на основі концептуалізації подій і власних можливостей;

2) стійкість як відносна стабільність у часі [1].

На наш погляд, мотивація досягнення, самоефективність і автономія володіють більшістю описаних ознак: наявність уявлень у людини про свою наполегливість, самостійність, компетентність, зусилля, прагнення перемагати; відносна стійкість цих уявлень та їх вплив на результати діяльності; один з активно досліджуваних концептів у психологічній науці. Формування та розвиток наукових уявлень про мотивацію та досягнення відбувалося у роботах таких вчених: Д. Мак-Клеланда, А. Адлера, М. Селігмана, А. Бандури, К. Роджерс, Х. Хеккаузена.

Дослідники неодноразово підкреслювали вплив мотивації досягнення на ефективність діяльності молодої людини. Цей вид мотивації знаходить своє вираження у діях людини з досягненню високих результатів у значній для себе сфері. При цьому Раян Р. мотивацію характеризує як «рушійну силу, що запускає здатність індивіда» [31]. Вітчизняні і зарубіжні фахівці у сфері психології відзначають важливість звернення до ресурсу мотивації молодих людей при побудові ефективного навчального, діяльнісного процесу, при якому

завдання, спрямовані на створення деякого результату, до якого може бути застосований критерій успішності, тобто за використання деяких стандартів оцінки може бути порівняний з іншими результатами» [14, з 5-6]. Основні умови, яким одночасно має задовольняти діяльність досягнення, описав Д. Канеман (рис. 1.2):

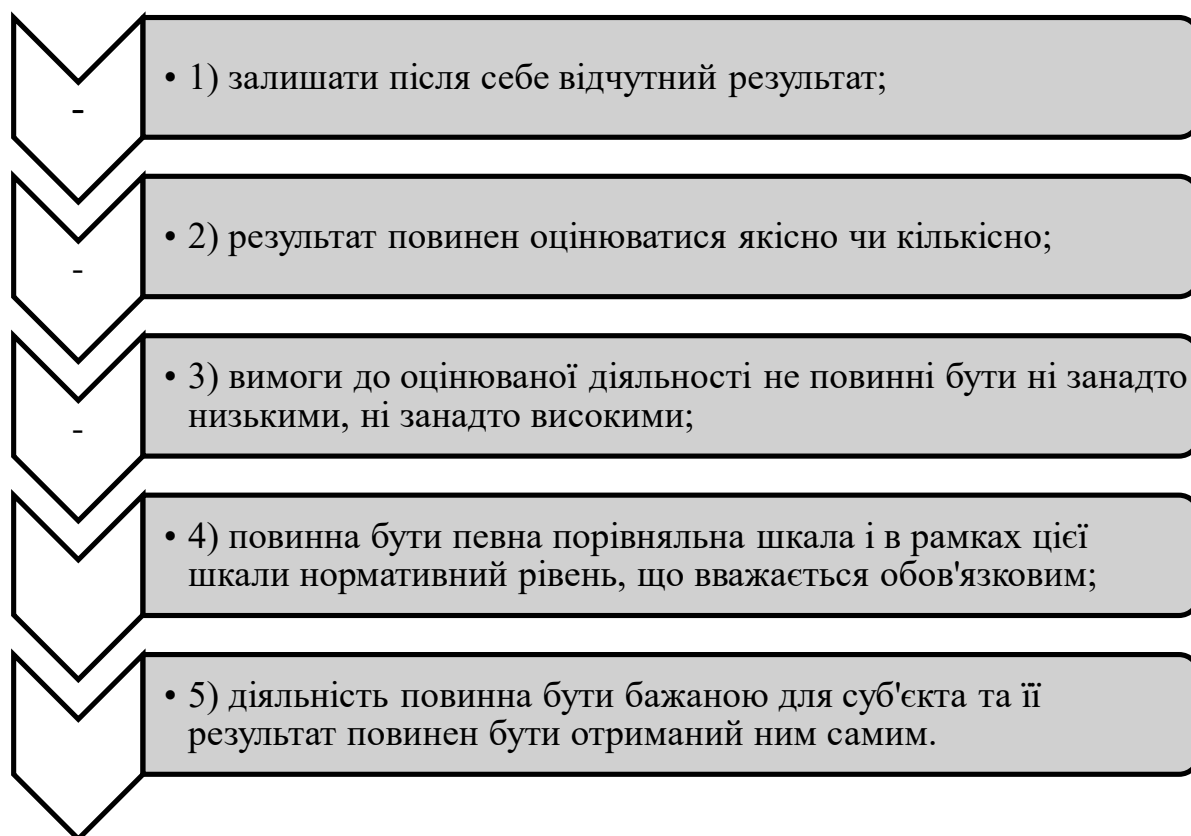


Рис. 1.2. Критерії діяльності досягнення молоді [29]

Психолог як передумови виникнення і розвитку мотиву досягнення успіху називає:

1) вміння маніпулювати предметами, здатність розрізняти ступінь труднощі завдань, можливість встановлювати зв'язок між результатами своєї діяльності та здібностями;

2) сформована у людини потреба в незалежності, що позитивно впливає на подальший розвиток мотивації досягнення;

3) заохочення та покарання, що впливають на формування очікування можливих наслідків від власних дій; заохочення успіхів і емоційно-теплих відносин, які підвищують мотивацію досягнення успіху;

4) пряма передача досвіду [29].

Потреба у досягненні – стабільна характеристика молоді особистості. Рівень мотивації досягнення успіху, досягнутий у дитячі роки, зберігається у підлітковому віці. Але спрямованість мотивації може змінюватись. Значні зміни відбуваються у сфері інтересів підлітків. Павленко Г. виділяє дві хвилі розвитку інтересів у підлітковому та студентському віці: поява нових потягів, створюють основу нової системи інтересів і дозрівання цієї нової системи [15]. Для стороннього спостерігача може виникнути відчуття відсутності у людини життєвих інтересів, але це враження буде оманливим. Динаміка розвитку другої фази включає в себе початкову ємність інтересів, потім їх диференціацію і формування основного ядра інтересів. У цьому віці відбувається становлення певного типу атрибуції успіхів та невдач, розвивається рефлексія ситуацій невдач та причин їх появи. Молодь починає краще усвідомлювати свої здібності, розуміє зв'язок між досягненням та здібностями, кількістю вкладених зусиль. Мотивація досягнення молодих людей має значні вікові відмінності, що виявляються в ступені виразності мотивів «надія на успіх» та «страх невдачі». Наприклад, молодші підлітки мають більше низьку вираженість надії на успіх, порівняно з молодшими школярами. Риф К. показує, що мотив досягнення – головний віковий мотив молоді людини. Як правило, він пов'язаний з прагненням досягти успіху і уникнути невдачі, підтримати самоповагу і досягти поваги оточуючих. Поступово спрямованість на досягнення успіху або уникнення невдачі стає стійкою рисою особистості [34]. Активна, значуща для підлітка діяльність – джерело розвитку та формування мотиваційної сфери підлітка. Мотивація досягнення може мати більш-менш рівномірний розподіл видів діяльності або може виявлятися в деяких видах діяльності. У середніх і старших підлітків відбувається розвиток здатності зважувати існуючі обставини, приймати усвідомлені рішення.

Переважає мотивація досягнення спонукає підлітків вибрати значущі, оптимальні за складністю завдання, виявляти зусилля і наполегливість у їх досягненні, самостійно освоювати необхідні навички. Позитивний вплив на дані поведінкові прояви мотивації надає самоефективність. Самоефективність – судження людей щодо їх здатності поводитися релевантно специфічної задачі або ситуації. Поняття самоефективності було розроблено канадським психологом із українським походженням А. Бандурою у процесі розвитку соціально-когнітивної теорії особистості [24]. Центральним змістом концепту самоефективності стала віра індивіда у свої здібності якісно справлятися з поставленими завданнями, вплив цієї віри на мотивацію та досягнення. Самоефективність – приватна характеристика індивіда, не пов’язана з глобальними оцінками власної цінності. Тому вона дозволяє більш точно передбачати поведінку людини, ніж локус контролю, самоповагу. Проявом самоефективності є почуття компетентності, яке відчуває людина у виконанні якогось справи. Усвідомлена здатність справлятися з різними життєвими завданнями впливає на мотивацію, вибудовування поведінки, виникнення емоцій. У таблиці 1.2 наведено особистісні особливості людей з різною спрямованістю самоефективності, виявлені нами в ході теоретичного огляду.

Таблиця 1.2

№	Показник	Висока самоефективність	Низька самоефективність
1.	Можливості виборудіяльності	Розширені	Обмежені
2.	Зусилля, що додаються, для виконання складних справ	Більше зусиль	Менше зусиль
3.	Ставлення до успіху	Очікування успіху	Очікування провалу
4.	Результати діяльності	Досягнення результату	Результат недосягається
5.	Рівень самоповаги	Підвищує самоповагу	Знижує самоповагу

6.	Мотивація досягнення	Посилюється	Послаблюється
----	----------------------	-------------	---------------

Табл. 1.2. Особистісні особливості молоді з різною самоефективністю

[25]

Основними джерелами самоефективності молоді є:

- 1) здатність побудувати поведінку. Минулий досвід успіху і невдач – успішний особистий досвід призводить до високих очікувань, а невдачі породжують низькі очікування;
- 2) непрямий досвід. Спостереження за іншими людьми, які вміють успішно вибудувати поведінку;
- 3) вербальне переконання. Переконання людини у цьому, що людина має здібностями, необхідні досягнення цілей;
- 4) емоційний підйом. Виходячи з того, що люди звіряють свою ефективність з емоційною напругою, будь-який спосіб, що знижує збудження, підвищує прогноз ефективності [25].

Ці джерела впливають на розвиток та становлення самоефективності протягом життя людини. У підлітковому віці на самоефективність активно впливають однолітки. Вплив здійснюється за допомогою подібності моделей: підліток спостерігає за тим, як досягає успіху схожий на нього ровесник і піднімає свою самоефективність [26].

А. Бандура виявив, що низька самоефективність може стати предиктором депресії у молоді. Так, невпевненість підлітків у своїй академічній ефективності, що не відповідає реальним результатам навчання, сприяє розвитку депресії в короткочасній перспективі [24]. А. Бандура підкреслював, що самоефективність людини може змінюватись, залежно від виду діяльності, тому вимір узагальненої самоефективності не дасть можливість передбачити досягнення в конкретному виді діяльності. Самоефективність і мотивація досягнення успіху багато в чому пов'язані з внутрішніми інтенціями особистості. Додаткову інформацію про готовність старших підлітків реалізовувати свої наміри з опорою на власну думку та цінності, «бути

причиною своєї поведінки» дає шкала автономії. Прояв особистісної автономії є ознакою психологічного благополуччя особи, її самодетермінації, психологічної зрілості [24].

Таким чином можемо відзначити:

1) мотивація досягнення і самоефективність є надійними предикторами ефективності діяльності молоді. При цьому самоефективність позитивно впливає на поведінкові показники мотивації (цілепокладання, наполегливість і додаток зусиль, самостійність при виконанні);

2) автономія може виступати як джерело суб'єктності, активності і позитивно впливати на функціонування мотивації досягнення та само ефективності молоді у частині визначення значущих цілей, вибору стратегій поведінки;

3) експериментальні дані підтверджують можливість спеціально організованого впливу, спрямованого на розвиток мотивації досягнення, самоефективності, автономії [31].

Висновки до розділу 1

Толерантність до невизначеності розглядається як психологічна установка, характеристика особистісної саморегуляції, перцептивний феномен, емоційна реакція, здатність, особистісне властивість або схильність, когнітивний стиль, один із проявів толерантності. Згідно аналізу досліджень, найбільш популярною при розробці як особистісної межі психологи підкреслюють, що вивчення толерантності до невизначеності як особистісної риси позначає «погляд на даний конструкт як стабільний у часі, що змінюється лише під впливом нового досвіду або цілеспрямованої активності самого суб'єкта».

У молоді виникає особливе пізнавальне ставлення до самого себе. Воно проявляється через бажання аналізувати, оцінювати власні вчинки. Розвинені рефлексивні навички сприяють вмінню вставати на думку іншої людини, бачити світ з інших позицій. Самостійність мислення проявляється у незалежності вибору способу поведінки. Відбувається формування системи особистісних цінностей, які визначають зміст діяльності молодшої людини, сферу її спілкування, вибірковість ставлення до людей, оцінки цих людей та самооцінку. У такому віці самооцінка часто носить глобальний негативний характер, часто вона стає більш диференційованою, що оцінює поведінку в різних ситуаціях.

На підставі аналізу наукової літератури з даної проблеми можна зробити такі висновки:

1) толерантність до невизначеності, як особистісна риса, може чинити прямий і опосередкований вплив на особисті якості молодшої людини, проявляючись в діяльності в умовах невідомості, в ситуації вибору предикторам успішності у значній діяльності;

2) мотивація досягнення, самоефективність, автономія ставляться до некогнітивним предикторам успішності у значній діяльності.

3) експериментальні дані підтверджують можливість цілеспрямованого розвитку мотивації досягнення, самоефективності, автономії у молоді;

4) в експериментальних роботах, виконаних на вибірках молодих людей, студентів підтверджується позитивний взаємозв'язок між толерантністю до невизначеності та автономією людини; мотивацією досягнення та самоефективністю. У той же час дані про особливості толерантності до невизначеності старших підлітків та її взаємозв'язки з предикторами успішності відносно мало і вони характеризуються певною еkleктичністю;

5) старший підлітковий вік може бути критичним періодом розвитку толерантності до невизначеності. Можлива наявність гендерних відмінностей в особливостях толерантності до невизначеності молоді.

РОЗДІЛ II. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ТОЛЕРАНТНОСТІ ДО НЕВИЗНАЧЕНОСТІ СУЧАСНОЇ МОЛОДІ

2.1. Методики дослідження та опис вибірки.

Дослідження проводилося у два етапи. На попередньому етапі в дослідженні взяли участь 195 молодих людей (83 юнаки та 112 дівчат). Попереднє дослідження проводилося з метою вивчення ступеня прояву мотивації досягнення та уникнення невдачі в залежності від статі, програми основного навчання та участі молодих людей у проектних змінах, а також причини відсутності даних про стандартні норми для сучасної молоді. На основному етапі дослідження у ньому взяли участь учні старшого підліткового віку. Всього на другому етапі взяли участь 72 особи, серед них 45 дівчат та 27 юнаків. Середній вік опитаних – 17-25 років. Для проведення експериментального вивчення використано такі методики:

- «шкала загальної толерантності до невизначеності» (Д. Маклейн) [30];
- опитувальник «Мотивація успіху і страх невдачі» (А. А. Реан) [31];
- шкала «Автономія» із опитувальника «Шкала психологічного благополуччя К. Ріфф» [33];
- «тест визначення рівня самоефективності» (Дж. Маддукс, М. Шеєр).

Математична обробка даних проводилася з використанням програм Excel та SPSS 17.0. Дамо коротку характеристику кожної методики.

1. «Шкала загальної толерантності до невизначеності» (MSTAT-I, McLain). Методика Д. Маклейна відноситься до шкал нового покоління, виявляє параметри толерантності до невизначеності на підставі чіткіших визначень даного поняття. В основі розробки діагностичного інструментарію лежить визначення толерантності до невизначеності як «спектру реакцій (від заперечення до потягу) на стимули, які сприймаються індивідом як незнайомі, складні, мінливі або дають можливість кількох принципово різних

інтерпретацій» [30]. Опитувальник Д. Маклейна включає в себе 19 тверджень, що оцінюються за 7-мибальною шкалою (додаток А). Толерантність до невизначеності розглядається за 5 субшкалами: ставлення до новизни, ставлення до складних завдань, ставлення до невизначених ситуацій, перевага невизначеності, толерантність/уникнення до невизначеності. Дані субшкали відповідають трьом типам стимулів та двом типам відношення. Також передбачено виведення загального балу толерантності до невизначеності. Ця методика використовується для проведення досліджень на вибірках старших підлітків, молоді [30].

2. Опитувальник «Мотивація успіху і страх невдачі» (А. А. Реан) [31] складається з 20 тверджень, з якими пропонується погодитися чи не погодитися (дихотомічна шкала відповідей). Опитувальник діагностує переважний полюс мотивації: мотивація на успіх або мотивація уникнення невдачі (додаток Б). Норми для молоді не представлені, тому були вироблені внутрішньогрупові норми на попередньому етапі даного дослідження [32].

3. Шкала «Автономія» з опитувальника «Шкала психологічного благополуччя К. Ріфф» [33]. Вона включає шість основних компонентів психологічного благополуччя: самоприйняття, позитивні відносини з оточуючими, автономія, управління навколишнім середовищем, ціль у житті, особистісне зростання. Кожна з шкал включає 14 тверджень, з якими опитувач може висловити свою згоду чи незгоду, поставивши позначку на шкалі, містить шість можливих градацій (додаток В). Вона оцінює здатність дотримуватися гармонійного балансу між власними та громадськими інтересами, вміння відстоювати свою думку та самостійно приймати рішення в особистісно значимих ситуаціях. У науково-дослідній літературі описано досвід застосування методу на вибірці старших підлітків.

4. «Тест визначення рівня самоефективності» (Дж. Маддукс, М. Шеєр) [30]. Дана методика спрямована на вивчення самооцінки та самосвідомості особистості щодо оцінки людиною свого потенціалу у сфері комунікативної компетентності та предметної діяльності, яким він реально може скористатися

(додаток Г). Опитувальник включає 2 шкали: предметна компетентність та комунікативна компетентність (всього 23 твердження, з кожним з яких випробовуваний оцінює ступінь своєї згоди за 11-тибальною шкалою). Є дані щодо застосування методики для вивчення особистісних характеристик обдарованої молоді.

2.2. Діагностика толерантності до невизначеності у сучасної молоді.

В даний час існує безліч методик дослідження мотивації досягнення, що мають свої недоліки та переваги і детально описані в психологічній літературі [6, 21]. На наш погляд, найбільш підходящою для даного дослідження є методика А. А. Реана «Мотивація до успіху та уникнення невдачі». Основною перевагою даного опитувальника є те, що вона підходить для підлітків та молоді (прості формулювання, оптимальна кількість питань), а також дозволяє вивчати дві протилежні диспозиції – мотивація до успіху і уникнення невдачі [33]. З іншого боку, є й ряд недоліків, на які вказують дослідники. На відміну, наприклад, від методики американського психолога А. Мехрабіана опитувальник А. А. Реана не дозволяє враховувати стать респондентів (немає чоловічої та жіночої форми). У зв'язку з цим було прийнято рішення провести попереднє дослідження за участю молоді 17-21 років у кількості 195 осіб (83 юнаки та 112 дівчат). Опис вибірки представлено у таблиці 2.1.

Табл. 2.1

		Студенти				Проектна зміна		Разом	
Загальна спрямованість		Математичний напрямок		Гуманітарний напрямок					
Чол. ст.	Жін. ст.	Чол. ст.	Жін. ст.	Чол. ст.	Жін. ст.	Чол. ст.	Жін. ст.	Чол. ст.	Жін. ст.

10	27	26	8	6	19	41	58	83	112
37		34		25		99		195	

Таблиця 2.1. Чисельний опис вибірки дослідження

У таблицях 2.2 і 2.3 представлено результати дисперсійного аналізу, який дозволяє судити про ступінь незалежних факторів (напрямок навчання, стать випробуваних) на мотивацію до успіху.

Табл. 2.2

Загальна спрямованість	Студенти		Проектна зміна	F_{emp}	p
	Математичні спеціальності	Гуманітарні спеціальності			
12,62	13,32	13,48	13,73 3,08	1,18	0,31
2,97	2,71	2,77			

Таблиця 2.2. Результати дисперсійного аналізу
(незалежний фактор – напрямок навчання)

Табл. 2.3

Чол. ст.		Жін. ст.		F_{emp}	P
13,52	2,85	13,34	3,32	0,16	0,68

Таблиця 2.3. Результати дисперсійного аналізу
(незалежний фактор – стать випробуваних)

Згідно з даними дисперсійного аналізу, ні стать, ні напрям навчання не впливають на рівень мотивації досягнення та уникнення невдач молоді. Раніше дослідниками було показано, що відмінності в основному виявляються не стільки в рівні мотивації досягнення, скільки в її змістовних особливостях. Так, наприклад, юнаки більш мотивовані на успіх у ситуації змагання з іншими, а дівчата – з самими собою. І справді, у кожній з підвбірок ми зустрічаємо хлопців з різними значеннями – високими, середніми та низькими – незалежно від статі та напрямки навчання.

У процесі дослідження ми спиралися на норми, вироблені з урахуванням показників середнього ($\bar{x}= 13,59$) і стандартного відхилення ($\sigma= 2,80$) для даної локальної вибірки $n = 195$ (табл. 2.4).

Таблиця 2.4

Рівень	Дуже низький	Нижче середнього	Середній	Вище середнього	Високий
Інтервал	До 7	8-9	10-16	17-19	20

Таблиця 2.4. Інтервальні норми для опитувальника А. А. Реана

Наступним етапом є визначення середнього та стандартного відхилення за досліджуваними параметрами, а також показників асиметрії та ексцесу (табл. 2.5).

Табл. 2.5

Шкала	Середнє відхилення	Стандартне відхилення	Асиметрія	Ексцес
Ставлення до новизни	12,48	12	-0,14	0,37
Ставлення до складних завдань	31,45	5,23	-,007	-0,31
Ставлення до невизначених ситуацій	37,95	7,96	-0,13	0,06
Перевага невизначеності	43,33	9,42	-0,40	0,77
Толерантність/уникнення невизначеності	39,84	7,99	0,32	-0,09
Загальний бал	83,18	14,89	0,30	0,16
Автономія	52,80	8,56	0,27	-0,41
Мотивація на успіх/уникнення невдачі	13,86	2,84	-0,63	-0,05
Предметна компетентність	30,55	24,46	0,09	-0,98
Комунікативна	4,42	10,17	0,11	-0,30

Таблиця 2.5. Описова статистика

З даних видно, що значення параметрів толерантності до невизначеності підпорядковується закону нормального розподілу. Асиметрія шкали «ставлення до складних завдань» майже близька до нуля. Шкали «ставлення до новизни», «надбання невизначеності», «ставлення до невизначених ситуацій» носять негативний характер. Показники шкал «толерантність/уникнення невизначеності» та «загальний бал» позитивні. Таким чином, в даній вибірці респондентів серед молоді частіше зустрічаються високі значення по параметрам відношення до новизни, переваги невизначеності і відношення до невизначених ситуацій. При цьому в параметрі толерантності/уникнення невизначеності та загальному показнику частіше зустрічаються нижчі значення. Разом з тим показники двох особистісних параметрів не підпорядковуються закону нормального розподілу. Показник мотивації на успіх або уникнення невдачі має виражену правосторонню асиметрію, що може свідчити про переважання високої оцінки у опитаних своєї мотивації досягнення. Відсоткову вибірку респондентів з різним рівнем толерантності до невизначеності представлено на рис. 2.1.



Рис. 2.1. Рівень толерантності до невизначеності

У вибірці переважають опитані із середнім рівнем толерантності до невизначеності, респонденти з низьким і високим рівнем толерантності склали по 12,5% загальної вибірки.

Вивчення представленості рівнів толерантності до невизначеності у вибірці серед осіб чоловічої статі ($n = 27$) показано на рис. 2.2.

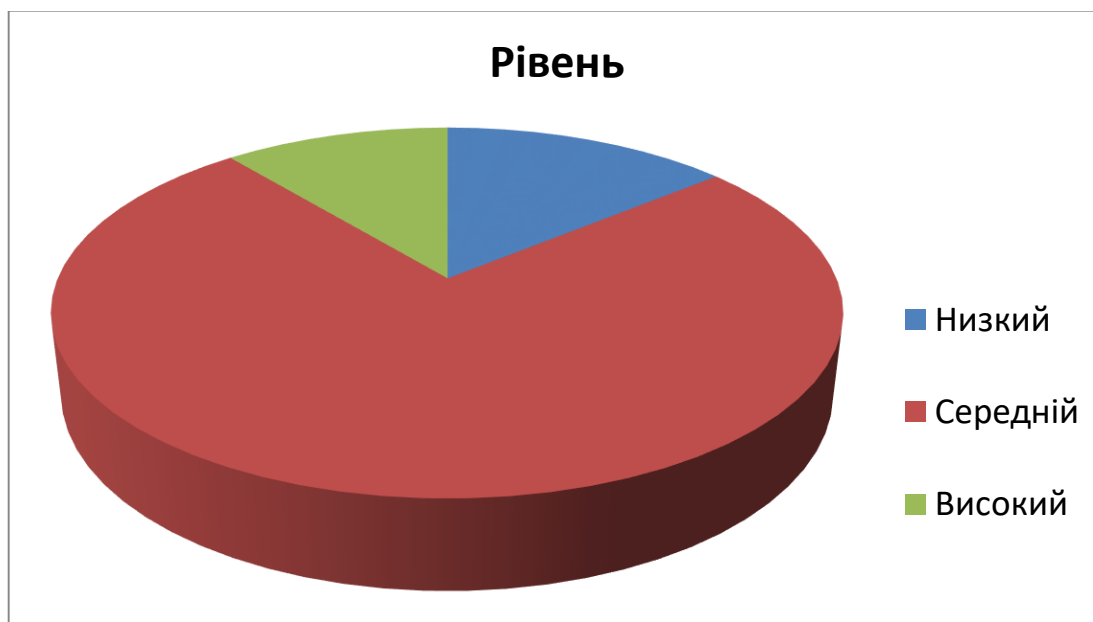


Рис. 2.2. Відсоткове співвідношення опитаних з різним рівнем толерантності до невизначеності серед осіб чоловічої статі

Вивчення представленості рівнів толерантності до невизначеності серед осіб жіночої статі ($n = 45$) показано на рис. 2.3.

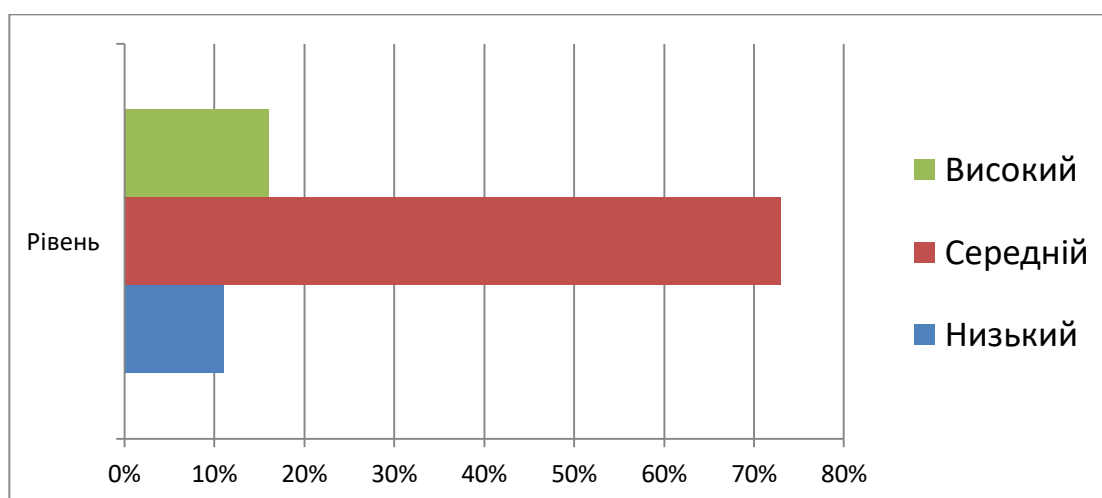


Рис. 2.3. Відсоткове співвідношення молоді з різним рівнем толерантності до невизначеності серед осіб жіночої статі

З рис.2.2 і рис. 2.3 випливає, що кількість респондентів із середнім рівнем толерантності до невизначеності близька за значенням в обох підвибірках. Але серед юнаків дещо більше осіб з високим рівнем толерантності до невизначеності, а у підвибірці дівчатвідзначено незначне переважання осіб з низьким рівнем толерантності до невизначеності. В результаті аналізу значень коефіцієнтів ексцесу та асиметрії розподілу для обробки отриманих даних були обрані непараметричні критерії. Для визначення сили та спрямованості кореляційного зв'язку між параметрами толерантності до невизначеності та особистісними особливостями молодих людей використано критерій рангової кореляції Спірмена (r_s). Оцінка відмінностей між вибірками молодих осіб чоловічої і жіночої статей за рівнем виразності ознаки буде проведена за допомогою U-критерію Манна-Уїтні. Оцінка достовірних зрушень у розвитку ознаки проведена за допомогою T-критерію Вілкоксону.

2.3. Аналіз результатів дослідження.

Для виявлення особистісних особливостей толерантних до невизначеності та інтолерантних до невизначеності молоді нами були сформовано дві групи респондентів. Їх чисельний склад виявився однаковим – у кожену групу входило по 9 осіб із високими чи низькими показниками за субшкалою «Загальний показник толерантності до невизначеності». У таблиці 2.6 представлені середні значення за параметрами мотивації досягнення, самоефективності, автономії для контрастних груп толерантних та інтолерантних.

Табл. 2.6

Шкали	Толерантні	Інтолерантні	$U_{\text{експ.}}$	P-рівень
Мотивація досягнення успіху	15,88	11,77	5,5	0,01
Автономія	59	44,55	2	0,01

Предметна компетентність	55,88	10,66	4	0,01
Комунікативна компетентність	14,22	-5,77	7,5	0,01
Вік	15,11	15,7	26,5	0,05

Таблиця 2.6. Порівняння толерантних та інтолерантних до невизначеності серед молоді за параметрами мотивації досягнення, самоефективності та автономії

З таблиці 2.6 випливає, що рівень мотивації досягнення, автономії, самоефективності у толерантних до невизначеності молоді достовірно вищий, ніж у інтолерантних до невизначеності. Толерантні до невизначеності молоді люди відчувають себе більш компетентними у справах і спілкуванні, прагнуть до досягнення результатів у значній діяльності, здатні будувати поведінку на підставі особистих критеріїв. Інтолерантні до невизначеності молоді люди під час виборів стратегії поведінки більшою мірою орієнтуються ситуативні чинники, соціальні вимоги, інтроцентовані правила; їх мотиваційний полюс не виражений, відчувають себе менш компетентними в предметній і міжособистісній сфері. При порівнянні середніх показників юнаків і дівчат з нормативними значеннями для чоловіків і жінок виявилася відповідність результатів описаної в літературі тенденції: юнаки спокійніше ставляться до ситуацій невизначеності. Зазначимо, що при цьому у них більш виражений і загальний показник толерантності до невизначеності.

Встановили, що у молодих осіб чоловічої статі толерантність до невизначеності достовірно вища. Диференційований аналіз показників окремих субшкал методики «Шкала загальної толерантності до невизначеності» свідчить про те, що ця особливість проявляється у юнаків за рахунок таких параметрів, як «ставлення до новизни», «ставлення до невизначених ситуацій» і частково «перевага невизначеності». Зазначимо, що відмінності між юнаками та дівчатами максимально згладжені за параметром «ставлення до складних

завдань». У літературі зустрічаються різні дані про ступінь виразності толерантності до невизначеності у юнаків та дівчат. В основному автори приходять до висновку про те, що рівневі відмінності загальної толерантності до невизначеності згладжені, і значення має вираженість окремих параметрів [4]. За рештою досліджуваних параметрів виявлено відмінність у рівні мотивації досягнення успіху: у юнаків прагнення успіху виражено більше, ніж у дівчат. В цілому, як щодо толерантності до невизначеності, так і мотивації досягнення наголошуємо не стільки на кількісних, скільки на якісних відмінностях між молодими юнаками та дівчатами [6].

Щоб з'ясувати, як толерантність до невизначеності пов'язана з особистісними особливостями сучасної молоді, використовується коефіцієнт кореляції Спірмена (табл. 2.7).

Табл. 2.7

	Вік	МД	А	ПК	КК
Відношення до знань	0,30	0,30	0,30	0,27	0,23
Ставлення до складних завдань	0,42	0,42	0,37	0,33	0,34
Ставлення до невизначених ситуацій	0,42	0,42	0,42	0,56	0,42
Перевага Невизначеності	0,43	0,43	0,50	0,56	0,44
Толерантність/уникнення невизначеності	0,37	0,37	0,47	0,47	0,43
Загальний показник	0,47	0,47	0,57	0,61	0,51

Таблиця 2.7. Коефіцієнти кореляції Спірмена між показниками толерантності до невизначеності та особистісними особливостями серед сучасної молоді

З таблиці 2.7 випливає, що толерантність до невизначеності по всіх субшкалах значуще пов'язана з віком і такими особистісними якостями як автономія, мотивація досягнення, самоефективність. Відсутність зв'язку

виявлено лише між субшкалою «ставлення до новизни» і комунікативною компетентністю, а також більш слабкі зв'язки з іншими параметрами.

Також дослідили, що в респондентів параметри толерантності до невизначеності пов'язані з віком. Тобто чим старша молода людина, тим більш спокійно вона ставиться до ситуацій невизначеності і, більше того, віддає перевагу таким ситуаціям, почувається залученою і зацікавленою, готовою вирішувати складні завдання. Субшкала «ставлення до новизни» виявилася незалежною для відмінних якостей молоді. Рівень мотивації досягнення, самоефективності, автономії молодих людей не залежить від рівня відкритості новому досвіду. При цьому спостерігаються рівні відмінності між юнаками і дівчатами за даним параметром: юнаки більш відкриті новому досвіду. Перевага таких ситуацій пов'язана з предметною і комунікативною компетентністю і високим рівнем незалежності і самостійності підлітків. У юнаків ставлення до складних завдань пов'язане з мотивацією досягнення, а у дівчат – з автономією та предметною компетентністю. Отримані нами дані свідчать, що молоді дівчата, які мають більшу незалежність у вчинках і судженнях, мають високий рівень самоефективності у значній предметній діяльності, вважають за краще братися до вирішення важких завдань. У юнаків такого взаємозв'язку не виявлено, але при цьому їх самоефективність (в предметному і комунікативному плані) пов'язана з позитивним відношенням до ситуацій невизначеності. Інтегральний показник толерантності до невизначеності, незалежно від статі молодої людини, пов'язаний із загальною самоефективністю та автономією, а також з мотивацією до успіху.

2.4. Профілактика толерантності до невизначеності у молоді.

На основі отриманих емпіричних даних та аналізу психологічної літератури можна сформулювати рекомендації для профілактики толерантності до невизначеності у молоді. Вважаємо, що формування толерантності базується

на системному підході та дозволяє бути відносно комфортним у ситуації, коли слід робити серйозний вибір. Для цього потрібно:

- навчитись діяти у незнайомій обстановці;
- бути готовим до пошуку відсутньої, але потрібної інформації;
- вміти приймати рішення без довгих вагань і без страху;
- бути готовим зазнати невдачі;
- індивідуально самовдосконалюватись.

У цьому контексті цілеспрямоване тренування на витривалість має важливе значення, адже треба знайти баланс між розвитком навичок толерантності – поведінка з одного боку та накопичення даних з іншого. Результат роботи росте, якщо толерантність підвищує ефект співпраці. У малих групах розвиваються тісні особисті зв'язки між молодими людьми, які можуть взаємодіяти у процесі плідної та спільної роботи з пошуку шляхів розвитку толерантності [12]. Така форма роботи має ще одну перевагу, адже саме такий тип роботи змусить молодьчїткіше висловлювати свої висновки.

Вважаємо за потрібне для успішного формування толерантності до невизначеності використовуватитакі методи:

- посилення на теоретичні відомості про природу цього явища;
- перевірка форм роботи, побудова та аналіз спільної діяльності;
- аналіз матеріалів художньої літератури, кіно та інших видів мистецтва;
- рольові ігри [5].

Рекомендуємо застосовувати такі умови формування толерантності, які сформовані у процесі діагностики толерантності:

- взаємодію дискусійному середовищі;
- організовувати різні форми діяльності: діалог, мозковий штурм, рольові ігри, ділові ігри, тренінги [17].

Існує низка завдань, за допомогою яких можна розвивати толерантність до невизначеності. Найбільш ефективними є вправиз використанням комунікативних технологій:

1. Вправа «Подібність та відмінність». Ця вправа проводиться у парах. Обидва учасники повинні віднайти дві-три подібності та дві-три відмінності. Це можуть бути риси характеру, відчаю, захоплення, симпатії. Застосовуючи дане завдання, можна зрозуміти, що в учасників можуть виникати труднощі, щоб знайти спільне та відмінне з чужою людиною.

2. Вправа «Комплімент». Учасники формують коло та по черзі говорять компліменти та приємні слова іншим. Коли учасники не можуть підібрати правильні слова, появляється невизначеність.

3. Вправа «Порівняй себе із іншим». Мета цього завдання полягає у тому, щоб учасники порівняли себе із певним літературним героєм, героями мультфільмів, кінофільмів. Учасники можуть мати труднощі при виборі героїв, що означає невизначеність у житті.

4. Вправа «Квадро». Завдання забезпечує зворотній зв'язок у вигляді міркувань, дискусій з досліджуваної теми; для завдання потрібні картки розміром 15x15 з варіантами відповідей: «Так...», «Ні...», «Так, але...», «Ні, але...». Кожен опитувальник пояснює свою думку щодо цих висловів. Можливим є використання інших варіантів висловлювань-суджень:

- «Щоб бути толерантним до оточуючих, потрібно прийняти, спочатку, себе.» Толерантність – це відмова від особистих інтересів заради пріоритетів інших. Толерантність – це терплячість до різних осіб із різних соціальних станів, у тому числі до волоцюг, злочинців.

- «До наявності ознак «інакшості» («не такий» колір шкіри, національність, поведінка) я відношусь терпляче, але не волів би такого у своїй сім'ї або у близьких людей.»

Основна порада полягає в тому, щоб бути щирим у будь-яких незрозумілих умовах. Якщо невідомо, що робити в конкретній ситуації, не потрібно панікувати та постаратися просто рухатися вперед.

Отже, названі рекомендації сприяють формуванню достатнього рівня толерантності і, відповідно, саме толерантності до невизначеності у сучасній

молоді, так як це покращить в її подальшому житті сприятливі міжособистісні відносини.

Висновки до розділу 2

В результаті дослідження, було виявлено зв'язок толерантності до невизначеності з віком молоді— у міру дорослішання молоді люди більш спокійно сприймають ситуації невизначеності. Підтвердилися виявлені в експериментальних дослідженнях позитивні зв'язки між толерантністю до невизначеності та автономією. Встановлено взаємозв'язок толерантності до невизначеності та мотивації досягнення, що підтверджується дослідженнями на вибірці сучасної молоді, старших підлітків підлітків. Було показано позитивний зв'язок між толерантністю до невизначеності і самоефективністю старших підлітків.

З теоретичних та емпіричних джерел відомо, що толерантність до невизначеності пов'язана з мотивацією до творчості у сучасної молоді, але не впливає на готовність до професійного самовизначення підлітків і креативність. Можемо припускати, що конструктивною для вивчення та інтерпретацій особливостей толерантності до невизначеності старших підлітків та сучасної молоді є:

- особистісне регулювання рішень та дій в умовах невизначеності;
- припущення про сензитивність віку молодих людей для розвитку толерантності до невизначеності, так як вона позитивно пов'язана з особистісними якостями, що відносяться до потребнісно-мотиваційної сфери особистості, що формується.

На якісному рівні позитивне ставлення сучасної молоді до невизначених ситуацій пов'язане з автономією, високою мотивацією досягнення. Перевага таких ситуацій пов'язана з предметною та комунікативною компетентністю та високим рівнем незалежності та самостійності молоді. Інтегральний показник толерантності до невизначеності, незалежно від статі молодих людей, пов'язаний із загальною самоефективністю та автономією, а також з мотивацією до успіху у людей.

Цілеспрямована творча та дослідницька активність сприяє розвитку автономії та мотивації досягнення у дівчат молодіжного віку, але їх рівень толерантності до невизначеності та самоефективність залишаються незмінними. У людей чоловічої статі молодого віку значних змін в особистісних ресурсах під впливом творчої та дослідницької активності виявлено не було.

ВИСНОВКИ

Аналіз теоретичного матеріалу із даної проблеми свідчить про те, що толерантність до невизначеності розглядається як психологічна установка, характеристика особистісної саморегуляції, перцептивний феномен, емоційна реакція, здатність, особистісне властивість або схильність, когнітивний стиль, один із проявів толерантності. Згідно аналізу досліджень, найбільш популярною при розробці як особистісної межі психологи підкреслюють, що вивчення толерантності до невизначеності як особистісної риси позначає «погляд на даний конструкт як стабільний у часі, що змінюється лише під впливом нового досвіду або цілеспрямованої активності самого суб'єкта».

Дослідили, що толерантність не просто пов'язана з рисами особистості, поведінкою, вона бере участь у динамічних процесах, пов'язаних породженням і подоланням невизначеності. Але одна з цих тенденцій зазвичай домінує. Толерантна особистість характеризується здатністю до емпатії, внутрішнім локусом контролю, почуття гумору, орієнтація на себе. Суб'єкт з низькою толерантністю до невизначеності відчуває стрес, поспішно реагує, уникає невизначених стимулів. При високій толерантності до невизначеності невизначені ситуації/стимули сприймаються як бажані, що кидають виклик, цікаві, людина не виявляє відчуттів або тривоги з приводу їх складності. З толерантністю до невизначеності пов'язані стійкість до стресу, конфліктів, агресивної поведінки, порушення норм, критерії оцінки ситуацій. Інтолерантний, навпаки, – сприймає невизначеність як загрозову ситуацію, розглядає світ крізь «чорно-білу» призму мислення, виявляє конформізм, приймає поспішні рішення, прагнучи мінімізувати непередбачуваність і суперечливість інформації, що надходить.

Теоретичні дослідження доводять, що існує зв'язок між прийняттям невизначеності та ризику з вірою у свою компетентність, що маніфестується змінними самоефективності та емоційного інтелекту, готовністю до ризику. Дослідження взаємозв'язку толерантності до невизначеності і психологічного

благополуччя на вибірковій сукупності дорослих показало, що існує зв'язок між толерантністю до невизначеності та автономією.

Молодому віку властиво розвиток суб'єктності у значній діяльності, прагнення до самореалізації, саморозвитку, вчиненню важливих життєвих виборів. В якості предикаторів ефективної реалізації цих процесів можуть виступати: мотивація досягнення, особистісна автономія, компетентність в міжособистісному та діловому взаємодії.

Одна з тенденцій сучасного світу – розвиток у молоді навичок до саморозвитку, самоосвіти в умовах множинного вибору форм освіти, сфер практичного застосування навичок, їх здатність до саморозвитку і особистісного самовизначення, сформованість мотивації до навчання, цілеспрямованої пізнавальної діяльності, перетворення життєвого простору намотивуючий, що визначає самоактуалізацію і самореалізацію особистості, що живе в постіндустріальному суспільстві. Психологи пропонують долати високу складність, невизначеність і мінливість середовища за рахунок креативності і вміння знаходити нестандартні рішення. Є вміння самоорганізації, здійснення самостійного вибору при побудові траєкторії професійного якісного розвитку в умовах мінливого світу.

Основними джерелами самоефективності молоді є:

1) здатність побудувати поведінку. Минулий досвід успіху і невдач – успішний особистий досвід призводить до високих очікувань, а невдачі породжують низькі очікування;

2) непрямий досвід. Спостереження за іншими людьми, які вміють успішно вибудовувати поведінку;

3) вербальне переконання. Переконання людини у цьому, що людина має здібностями, необхідні досягнення цілей;

4) емоційний підйом. Виходячи з того, що люди звіряють свою ефективність з емоційною напругою, будь-який спосіб, що знижує збудження, підвищує прогноз ефективності.

Таким чином можемо відзначити:

1) мотивація досягнення і самоефективність є надійними предикторами ефективності діяльності молоді. При цьому самоефективність позитивно впливає на поведінкові показники мотивації (цілепокладання, наполегливість і додаток зусиль, самостійність при виконанні);

2) автономія може виступати як джерело суб'єктності, активності і позитивно впливати на функціонування мотивації досягнення та само ефективності молоді у частині визначення значущих цілей, вибору стратегій поведінки;

3) експериментальні дані підтверджують можливість спеціально організованого впливу, спрямованого на розвиток мотивації досягнення, самоефективності, автономії.

Нами було проведено дослідження взаємозв'язку толерантності до невизначеності з мотивацією досягнення та самоефективністю сучасної молоді. Для цього були проаналізовані літературні джерела з проблеми толерантності до невизначеності та її особливостей у молодих людей. Аналіз показав малу вивченість даної проблеми.

Проведено емпіричне дослідження взаємозв'язку толерантності до невизначеності, мотивації досягнення та самоефективності молоді із залученням методів статистичної обробки даних. У результаті виявлено зв'язок толерантності до невизначеності з віком, наявність гендерних особливостей толерантності до невизначеності та її взаємозв'язку з особистісними ресурсами сучасної молоді. Визначено якісні відмінності толерантності до невизначеності у юнаків та дівчат. Вибрано теоретичні моделі, що сприяють більш системному розумінню взаємного впливу толерантності до невизначеності та особистісних ресурсів сучасної молоді. Характері зв'язки між толерантністю до невизначеності та самоефективністю та особливостями даних взаємозв'язків у юнаків та дівчат підтвердилися. Мета дослідження досягнута.

В результаті емпіричного дослідження толерантності до невизначеності сучасної молоді у зв'язку з її мотивацією досягнення і самоефективністю були зроблені наступні висновки:

1) Толерантність до невизначеності пов'язана з віком – чим старша молода людина, тим вона спокійніше ставиться до ситуацій невизначеності. Інтегральний показник толерантності до невизначеності молоді пов'язаний із загальною самоефективністю і автономією, а також з мотивацією до успіху у юнаків. Позитивне ставлення старших підлітків до невизначених ситуацій пов'язане з автономією, високою мотивацією досягнення. Перевага таких ситуацій пов'язана з предметною і комунікативною компетентністю, високим рівнем самостійності підлітків. Ця особливість проявляється за рахунок таких параметрів, як «ставлення до новизни», «ставлення до невизначених ситуацій» та частково «перевага невизначеності». Юнаки більш відкриті новому досвіду, ніж молоді дівчата. Максимально згладжені відмінності за параметром «ставлення до складних завдань»: у юнаків ставлення до складних завдань пов'язане з мотивацією досягнення, а у дівчат – з автономією та предметною компетентністю. У юнаків самоефективність (в предметному та комунікативному плані) пов'язана з позитивним ставленням до ситуацій невизначеності. У дівчат самоефективність не пов'язана із ставленням до невизначеності.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Бабчук О. Г. Особливості толерантності осіб із різними типами емоційності. Автореф. ... кандидата психологічних наук за спеціальністю 19.00.01 – загальна психологія, історія психології. Одеса : Державний заклад «Південно-український 163 національний педагогічний університет імені К. Д. Ушинського», 2012. 20 с.
2. Безкоровайна О. В. З педагогікою толерантності в третє тисячоліття. *Педагогіка толерантності*. 2003. № 3 (25). С. 76-82.
3. Грива О. А. Соціально-педагогічні основи формування толерантності у дітей і молоді в умовах полі культурного середовища : монографія О. А. Грива. Київ : Вид. ПАРАПАН, 2005. 228 с.
4. Гусєв А. І. До питання побудови експериментальної моделі вимірювання феномена толерантності до невизначеності. *Наукові праці МАУП*. Київ, 2008. Вип. 2 (18). С. 257-262.
5. Гусєв А. І. До проблеми формування та розвитку толерантності до невизначеності. *Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова. Сер. № 12, Психологічні науки. Київ, 2007. № 17 (41), ч. 1*. С. 101-113.
6. Гусєв А. І. Практичні аспекти формування та розвитку толерантності до невизначеності. *Психологічні перспективи*. 2008. Вип. 11. С. 58-70.
7. Гусєв А. І. Проблематика толерантності до невизначеності в аспекті розвитку ідентичності особистості. *Збірник наукових праць Інституту психології імені Г. С. Костюка АПН України, т. 9, ч. 2*. 2007. С. 93-99.
8. Дуднік О. А. До проблеми толерантності до невизначеності. *Наука і освіта. № 5-6*. 2005. С. 54-58.
9. Завірюха Л. А. Оволодіння засадами торерантності в студентському середовищі. *Педагогіка толерантності №1, 2003*. С. 76-86.

10. Кузікова С. Б. Толерантність до невизначеності : теоретико-емпіричні розвідки. *Науковий Вісник Херсонського університету. Вип. 3, Том 1, 2018.* С. 67-72.

11. Лушин П. В. Невизначеність і типи ставлення до неї : ситуація психологічної допомоги. *Психологічне консультування і психотерапія.* 2016. Т. 1, № 5. С. 33-40.

12. Мельник Ю. В. «Тренінг Організація життєвого простору в умовах невизначеності» як інструмент корекції неоптимальних стратегій організації способу життя особистості в умовах невизначеності». *Актуальні проблеми психології : збірник наукових праць Інституту психології імені Г. С. Костюка НАПН України. Житомир : Вид-во ЖДУ ім. І. Франка, 2019. Том. VII. Вип. 44.* С. 136-146.

13. Мельник Ю. В. Психологічні стратегії життєдіяльності в умовах ситуаційної невизначеності : дис. ...канд. психол. наук. : 19.00.01. Київ, 2020. 325 с.

14. Носенко Е., Шаповал М. Толерантність до невизначеності як системоутворювальний особистісний чинник творчої обдарованості. *Психологія суспільства.* 2002. №1. С. 97-105.

15. Павленко Г. В. Толерантність до невизначеності як ресурс психологічного благополуччя студентів. *Актуальні проблеми психології, 7(47), 2019.* С. 208-219. URL: <http://appspsychology.org.ua/data/jrn/v7/i47/20.pdf>

16. Романчук О. Соціальна толерантність як фактор суспільної свідомості (проблеми формування в сучасному ринковому середовищі). *Вища школа.* 2004. №1. С. 87-91.

17. Саннікова О. П., Бабчук О. Г. «Досвід діагностики толерантності : результати апробації оригінальної методики». *Актуальні проблеми соціології, психології, педагогіки : зб. наук. праць Київського нац. ун-ту імені Тараса Шевченка, Т. 2, 2011.* С. 68-73.

18. Саннікова О. П., Бабчук О. Г. «Толерантність як складна властивість особистості в індивідуально-психологічному вимірі». *Актуальні проблеми*

психології : зб. наук. праць ін-ту психології ім. Г. С. Костюка НАПН України, Т. 10, вип. 16, 2010. С. 34-4.

19. Саннікова О. П., Гордієнко І. О. «Психологічний ресурс толерантності : самоприйняття та його функції». *Вісник післядипломної освіти : зб. наук. праць, Вип. 9 (38), 2019. С. 107-119.*

20. Скрипченко О. Толерантність як морально-психологічне явище. *Молодь, освіта, наука, культура і національна свідомість: Зб. матеріалів Всеукраїнської науково-практичної конференції, Київ, 27-28 березня 2003р. : У 5-ти томах. Ред. М. І. Шкіль. Київ : Вид-во Європейського ун-ту, 2003. Т. 2. 356 с. С. 287-290.*

21. Смульсон М. Л. Інтелект і ментальні моделі світу. *Наукові записки. Серія «Психологія і педагогіка». Тематичний випуск «Сучасні дослідження когнітивної психології». Острог : Вид-во Національного університету «Острог», 2009. Вип. 12. С. 38-49.*

22. Томаржевська І. Теоретичний аналіз психологічного феномену толерантність до невизначеності. *Вісник Київського національного університету імені Тараса Шевченка. Військово-спеціальні науки, 3, 2001. С. 43-46. URL: https://mil.univ.kiev.ua/files/252_1284750411.pdf#page=43*

23. Шапошник Д. О. Психологічні детермінанти самоефективності особистості. *Вісник Харківського національного університету імені В. Н. Каразіна. Серія : Психологія, 48, 2011. С. 37-40. URL: http://nbuv.gov.ua/UJRN/VKhIPC_2011_985_48_11*

24. Bandura A. Self-efficacy : The exercise of control. New York : Freeman, 1997. P. 604.

25. Deci E. L. Self-determination research : Reflections and future directions. *Handbook of self-determination research. NY : University of Rochester Press, 2002. P. 431-441.*

26. Diener E., Sapyta J. J., Suh E. Subjective well-being is essential to well-being. *Psychol. Inquiry. 1998. Vol. 9 (1). P. 33-37.*

27. Frenkel-Brunswick E. Tolerance towards ambiguity as a personality variable. *The American Psychologist*. 1948. № 3. P. 268.
28. Hallman R. J. The Necessary and Sufficient Conditions of Creativity. *Journal of Humanistic Psychology*. Vol. 3, № 1. 1963. P. 14-27.
29. Kahneman D., Diener E., Schwartz N. Preface. Well-being : The foundations of hedonic psychology. N. Y. : Russell Sage Foundation, 1999.
30. McLain D. L. The MSTAT-I : A new measure of an individual's tolerance for ambiguity. *Educational and psychological measurement*, 53 (1). 1997.C. 183-189.
31. Ryan R. M. Self-Determination Theory. Basic Psychological Needs in Motivation, Development, and Wellness. NY : The Guilford Press, 2017. P. 769.
32. Ryan R. M., Deci E. L. On happiness and human potentials : A review of research on hedonic and eudaimonic well-being. *Ann. Rev. Psychol.* 2001. V. 52. P. 141-166.
33. Ryff C. D. Psychological well-being in adult life. *Current Direction in Psychological Science*. 1995. № 4. P. 99-104.
34. Ryff C. Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*. 1989. Vol. 57. P. 1069-1081.
35. Yao N., Qian M., Jiang Y., Elhai J. D. The influence of intolerance of uncertainty on anxiety and depression symptoms in Chinese-speaking samples : Structure and validity of the Chinese translation of the Intolerance of Uncertainty Scale. *Journal of personality assessment*. 2020. P. 76-84.

ДОДАТКИ

Додаток А

«Шкала загальної толерантності до невизначеності» (Д. Маклейн)

Інструкція

Інструкція. Оцініть, наскільки Ви вважаєте дані висловлювання вірними щодо себе.

При оцінці використовуйте таку шкалу:

1 _____ 4 _____ 7

не згоден || щось середнє || повністю згоден

Твердження

1. Я погано виношу невизначені ситуації
2. Мені буває важко реагувати на невизначені події
3. Мене приваблюють ситуації, які можна по-різному витлумачити
4. Я хотів би уникнути вирішення проблем, які необхідно розглядати з різних точок зору
5. Я намагаюся уникнути невизначених подій
6. Я добре впораюся з невизначеними ситуаціями
7. Я віддаю перевагу звичним ситуаціям (новим)
8. Питання, які не можна розглядати тільки з одного погляду, дещо лякають мене
9. Я уникаю ситуацій, які надто важкі для мого розуміння
10. Я терпимо до невизначених ситуацій
11. Мені приносить задоволення вирішення проблем, які досить складні і невизначені
12. Я намагаюся уникати проблем, які не мають єдиного «кращого» рішення
13. Я часто шукаю щось нове і не намагаюся зберігати все по-старому у своєму житті
14. Я зазвичай віддаю перевагу новизні, ніж звичній

15. Мені не подобаються невизначені ситуації

16. Деякі проблеми такі складні, що спроба зрозуміти їх приносить задоволення

17. Я зовсім не хвилююся, коли доводиться шукати вихід у несподіваній ситуації

18. Мені подобається займатися проблемними ситуаціями, які своєю складністю ставлять у глухий кут деяких людей

19. Я віддаю перевагу ситуації, в якій є певна невизначеність

Аналіз результатів: у прямих значеннях: 3, 6, 10, 11, 13, 14, 16, 17, 18, 19;
у зворотних значеннях: 1, 2, 4, 5, 7, 8, 9, 12, 15.

У методиці також представлено три субшкали. Підрахунок суми балів за окремими субшкалами дозволяє виявити основне джерело інтолерантності до невизначеності: новизну проблеми, її складність. Назви субшкал та номери тверджень подані у ключі.

Ключ

Новизна проблеми – 2, 9, 11, 13.

Складність проблеми – 4, 5, 6, 7, 8, 10, 14, 15, 16.

Визначення рівня толерантності до невизначеності

Значення загального показника та показників за субшкалами конкретного респондента порівнюються із середніми значеннями.

Кількість балів - Рівень толерантності до невизначеності

0-42 - низький

43-50 - середній

51-63 - високий

Опитувальник «Мотивація успіху та страх невдачі» (А. А. Реан)

Твердження

- 1 Включаючись в роботу, як правило, оптимістично сподіваюся на успіх.
- 2 У діяльності активний.
- 3 Схильний до прояву ініціативності.
- 4 При виконанні відповідальних завдань намагаюся, по можливості, знайти причини відмови від них.
- 5 Часто вибираю крайнощі: або занижено легкі завдання, або нереалістично високі за труднощі.
- 6 При зустрічі з перешкодами, як правило, не відступаю, а шукаю способи їх подолання.
- 7 При чергуванні успіхів і невдач схильний до переоцінки своїх успіхів.
- 8 Продуктивність діяльності в основному залежить від моєї власної цілеспрямованості, а не від зовнішнього контролю.
- 9 При виконанні досить важких завдань, в умовах обмеження часу, результативність моєї діяльності погіршується.
- 10 Схильний виявляти наполегливість у досягненні мети.
- 11 Схильний планувати своє майбутнє на досить віддалену перспективу.
- 12 Якщо я ризикую, то скоріше з розумом, а не безшабашно.
- 13 Я зазвичай не дуже наполегливий у досягненні мети, особливо якщо відсутній зовнішній контроль.
- 14 Вважаю за краще ставити перед собою середні за труднощами або злегка підвищені, але досяжні цілі, ніж нереально високі
- 15 У разі невдачі при виконанні будь-якого завдання, його привабливість, як правило, знижується.
- 16 При чергуванні успіхів і невдач схильний до переоцінки своїх невдач.
- 17 Планую своє майбутнє лише на найближчий час.

18 При роботі в умовах обмеження часу результативність моєї діяльності зазвичай покращується, навіть якщо завдання досить важке.

19 У разі невдачі при виконанні чогось, від поставленої мети, я, як правило, не відмовляюся. собі сам, то у разі невдачі його привабливість ще більше зростає.

20 Якщо завдання вибрав собі сам, то у разі невдачі його привабливість ще більше зростає.

Ключ.

За кожний збіг з ключем присвоюється 1 бал.

Відповіді «ні»: 4, 5, 7, 9, 13, 15, 17

Відповідь «так»: 1, 2, 3, 6, 8, 10, 11, 12, 14, 16, 18, 19, 20

Шкала «Автономія» із опитувальника «Шкала психологічного благополуччя К. Ріфф»

Інструкція: Обведіть цифру, яка найкраще відображає рівень Вашої згоди або незгоди з кожним твердженням. Пам'ятайте, що правильних чи неправильних відповідей не існує.

Обведіть цифру, що відповідає в найбільшій мірі ступеню Вашої згоди або незгоди з кожним твердженням на даний момент

Повністю не згоден =1

Здебільшого, не згоден =2

Де в чому не згоден =3

Де в чому згоден =4

Швидше, згоден =5

Повністю згоден =6

1. Багато людей вважають мене люблячим і дбайливим. 123456
2. Іноді я змінюю свою поведінку або образ думок, щоб відповідати запитам оточуючих. 123456
3. Взагалі, я вважаю, що сам несу відповідальність за те, як я живу. 123456
4. Я не зацікавлений в діяльності, яка розширить мій світогляд. 123456
5. Мені приємно думати про те, що я зробив у минулому і що сподіваюся зробити в майбутньому. 123456
6. Коли я проглядаю історію свого життя, я випробовую задоволення від того, як все склалося. 123456
7. Вважаю підтримку близьких відносин складною і даремною. 123456
8. Я не боюся висловлювати вголос те, що я думаю, навіть якщо це не відповідає думці оточуючих. 123456
9. Потреби повсякденного життя часто нервують мене. 1 2 3 4 5 6

10. Взагалі, я вважаю, що продовжую дізнаватися більше про себе з часом. 123456
11. Я живу одним днем і не замислююся серйозно щодо майбутнього. 123456
12. Взагалі, я відчуваю упевненість і позитивне відношення до себе. 123456
13. Я часто відчуваю себе самотнім через те, що у мене мало близьких друзів, з якими є можливість поділитися своїми переживаннями. 123456
14. Зазвичай на мої рішення не впливають дії оточуючих. 1 2 3 4 5 6
15. Я не дуже добре відповідаю людям і оточуючому суспільству. 123456
16. Я належу до людей, які відкриті для всього нового. 1 2 3 4 5 6
17. Я прагну зосередитися на сьогоднішньому, оскільки майбутнє майже постійно приносить мені проблеми. 123456
18. Мені здається, що багато з людей, яких я знаю, одержали від життя більше, ніж я. 123456
19. Я відчуваю задоволення від особистого і взаємного спілкування з членами сім'ї або друзями. 123456
20. Я схильний турбуватися про те, що оточуючі думають про мене. 123456
21. Я досить добре справляюся з більшістю щоденних обов'язків. 123456
22. Я не хочу що-небудь робити по-новому, в моєму житті мене все влаштовує таким, як воно є. 123456
23. У мене є відчуття спрямованості і мета в житті. 1 2 3 4 5 6
24. Була б можливість, я б багато що в собі змінив. 1 2 3 4 5 6
25. Для мене важливо бути хорошим слухачем, коли мої друзі розповідають мені про свої проблеми. 123456
26. Бути задоволеним самим собою важливіше, ніж отримувати схвалення оточуючих. 123456
27. Я часто відчуваю себе заваленим своїми обов'язками. 1 2 3 4 5 6

28. Я вважаю, що важливо переживати новий досвід, який кидає виклик моїй думці про себе і про світ. 123456
29. Мої повсякденні справи здаються мені банальними і незначними. 123456
30. Мені подобається більша частина моїх якостей. 1 2 3 4 5 6
31. Я знаю небагато людей, охочих вислухати, коли мені потрібне з кимсь поговорити. 123456
32. Я схильний піддаватися впливу людей з твердими переконаннями. 123456
33. Якби я був незадоволений своєю життєвою ситуацією, я б зробив ефективні кроки, щоб її змінити. 123456
34. Якщо подумати, я не досяг більшого як особистість за останні декілька років. 123456
35. Я не маю чіткого усвідомлення того, чого я намагаюся досягти в житті. 123456
36. У минулому я зробив декілька помилок, але я вважаю, що в цілому все вийшло благополучно. 1 23456
37. Я вважаю, що отримую багато від своїх друзів. 123456
38. Люди рідко переконують мене робити те, що я не хочу . 123456
39. Зазвичай я добре піклуюся про свої особисті фінанси і справи. 123456
40. З моєї точки зору люди будь-якого віку здатні продовжувати подальше особове зростання і розвиток. 123456
41. Я звик ставити перед собою цілі, але зараз це здається марною тратою часу. 123456
42. У багатьох відношеннях я відчуваю розчарування щодо моїх досягнень в житті. 123456
43. Мені здається, що у більшості оточуючих людей більше друзів, ніж у мене. 123456
44. Для мене важливіше пристосуватися до інших, ніж залишитися одному зі своїми принципами. I 23456

45. Я відчуваю стрес через те, що не можу впоратися зі всіма справами, які я вимушений робити щодня. 123456
46. З часом я почав більше розуміти життя, що зробило мене сильнішою і здібнішою людиною. I 23456
47. Мені приносить задоволення будувати плани на майбутнє і працювати над їх втіленням в життя. 123456
48. Здебільшого я горджуся тим, хто я є, і життям, яким я живу. 123456
49. Люди назвали б мене людиною, готовою приділити час іншим. 123456
50. Я впевнений в своїй думці, навіть якщо вона суперечить загальній. 123456
51. Мені добре вдається розподілити свій час так, щоб я міг справлятися з усім, що повинно бути зроблено. 123456
52. Мені здається, що я став значно розвиненіший як особа з часом. 123456
53. Я — людина, що активно виконує те, що заплановано мною. 123456
54. Я заздрю тому, як живуть більшість людей. 123456
55. У мене ніколи не було досить теплих і довірливих стосунків з іншими. 123456
56. Мені складно висловлювати свою думку щодо спірних питань. 123456
57. Кожен мій день розписаний, але я отримую відчуття задоволення від того, що зі всім справляюся. 123456
58. Мені не подобається опинятися в нових ситуаціях, які вимагають від мене зміни старого доброго способу дії. 123456
59. Деякі люди безцільно блукають життям, але я не відношуся до таких людей. 123456
60. Моє ставлення до себе, ймовірно, не таке позитивне, як те, що відчувають до себе більшість людей. 123456
61. Я часто відчуваю, що залишаюся осторонь, коли справа стосується дружби. 123456

62. Я часто змінюю свої рішення, якщо мої друзі або члени сім'ї не згодні з ними. 123456
63. Я відчуваю напругу, коли намагаюся розпланувати свої дії, оскільки я ніколи не виконую до кінця все, що запланував. 123456
64. Для мене життя — це безперервний процес навчання, змін та росту. 123456
65. Іноді мені здається, що я зробив все в моєму житті, що було потрібно. 123456
66. Багато днів я прокидаюся пригнічений думками про те, як я прожив своє життя. 123456
67. Я знаю, що можу довіряти своїм друзям, а вони знають, що можуть довіряти мені. 123456
68. Я не відношуся до людей, які піддаються соціальному тиску думати або поступати певним чином. 123456
69. Мої спроби знайти вид діяльності і взаємовідношення, відповідні для мене, були вельми успішними. 123456
70. Мені приносить задоволення бачити, як мої погляди міняються і «дорослішають» з роками. 123456
71. Мої цілі в житті є для мене швидше джерелом задоволення, ніж розчарування. 123456
72. У минулому були зльоти і падіння, але в цілому я б не став нічого міняти. 123456
73. Мені складно по-справжньому відкритися, коли я спілкуюся з оточуючими. 123456
74. Мене турбує те, як люди оцінюють вибори, зроблені мною в житті. 123456
75. Мені складно розпланувати своє життя так, щоб мене це влаштовувало. 123456
76. Я давним-давно перестав намагатися поліпшити або змінити щонебудь в своєму житті. 123456

77. Мені приємно думати про те, чого я досяг у житті. 1 2 3 4 5 6
78. Коли я порівнюю себе з друзями і знайомими, я переживаю приємні почуття від того, ким я є. 123456
79. Мої друзі і я співпереживаємо проблемам один одного. 1 2 3 4 5 6
80. Я оцінюю себе за тим, що я вважаю важливим, а не за цінностями, які вважають важливими оточуючі. 123456
81. Я спромігся створити свій власний будинок і спосіб життя, які найбільш відповідають моїм перевагам. 123456
82. Правильно говорять, що старого пса новим трюкам не навчиш. 1 2 3 4 5 6
83. Зрештою я можу з упевненістю сказати, що моє життя не багато стоїть. 123456
84. У всіх є свої недоліки, але, здається, у мене їх більш ніж достатньо. 123456