

## «ТОЛЕРАНТНОСТІ ДО НЕВИЗНАЧЕНОСТІ» ЯК РЕСУРС ПСИХОЛОГІЧНОГО БЛАГОПОЛУЧЧЯ ПОЛІЦЕЙСЬКИХ В УМОВАХ КОРОНАВІРУСНОЇ ХВОРОБИ (COVID-19)

### «TOLERANCE TO UNCERTAINTY» AS A RESOURCE OF PSYCHOLOGICAL WELL-BEING OF POLICE OFFICERS IN THE CONDITIONS OF CORONAVIRUS DISEASE (COVID-19)

У статті здійснено аналіз толерантності до невизначеності, яка є актуальною в сьогоденні. Оскільки через мінливість сучасності люди постійно перебувають у стані як внутрішньої, так і зовнішньої невизначеності, що вимагає від них витриманості й психологічної гнучкості. Зазначено, що конструкт толерантності до невизначеності, методологічні підходи до його вивчення і шкали діагностики були розроблені в зарубіжній психології і, починаючи з 90-х років ХХ століття, відбувається збільшення кількості досліджень толерантності до невизначеності в прикладних сферах діяльності (управління, медицина), зв'язку толерантності з широким спектром пізнавальних, особистісних, поведінкових особливостей людини.

Акцентовано, що особливої актуальності проблема невизначеності набуває у зв'язку з пандемією COVID-19, оскільки життя в період карантину диктує нові умови зміни торкаються як макросоціального рівня, так і рівня психіки окремої особистості.

У статті представлено результати вивчення психоемоційного стану поліцейських та формування толерантності до невизначеності в умовах коронавірусної хвороби (COVID-19). Дослідження проводилось серед правоохоронців поліції Львівщини у період з квітня по листопад 2020 року. Результати дослідження показали, що 92% поліцейських не мають депресивних симптомів і для 85% з них корона вірусна хвороба та карантинні обмеження не вплинули на зміни у психоемоційному стані. Найбільше, що їх турбувало в період високого рівня захворюваності, це стан свого здоров'я та близьких. Визначено, що психологічне благаполуччя особистості має пряму залежність від загрози її фізичному здоров'ю.

Резюмовано, що для поліцейських притаманна така особистісна риса як «толєрантність до невизначеності», яка проявляється у здатності переживати позитивні емоції в неоднозначних ситуаціях, стресостійкості до неможливості планування й передбачення, адаптаційному потенціалі до змін.

**Ключові слова:** пандемія COVID-19, толєрантність до невизначеності, психоемоцій-

ний стан, стресостійкість, психологічне благаполуччя.

The article analyzes the tolerance for uncertainty, which is relevant in modern conditions. Due to the variability of modernity, people are constantly in the state of both internal and external uncertainty, which requires mellowness and psychological flexibility. It has been noted that the construct of tolerance to uncertainty, methodological approaches to its study and diagnostic scales have been developed in foreign psychology and since the 90s of the twentieth century there is an increase in research on tolerance to uncertainty in applied areas (management, medicine), communication tolerance with a wide range of cognitive, personal, behavioural characteristics of a human.

It has been emphasized that the problem of uncertainty is especially relevant in connection with the COVID-19 pandemic, as the life in the quarantine period dictates new conditions of change affecting both the macro-social level and the mental level of the individual.

The article presents the results of studying the psycho-emotional state of police officers and the formation of tolerance for uncertainty in the context of coronavirus disease (COVID-19). The survey was conducted among law enforcement officers of the Lviv region in the period from April to November 2020. The results of the study showed that 92% of police officers did not have depressive symptoms and for 85% of them coronary heart disease and quarantine restrictions did not affect changes in psycho-emotional state. What worried them most during the high morbidity was the state of their health and the health of their loved ones. It has been determined that the psychological well-being of an individual is directly dependent on the threat to his physical health.

It has been summarized that police officers have such a personality trait as «tolerance for uncertainty», which is manifested in the ability to experience positive emotions in ambiguous situations, stress resistance to the inability to plan and predict, adaptive capacity for change.

**Key words:** COVID-19 pandemic, tolerance to uncertainty, psychological and emotional state, stress resistance, psychological well-being.

УДК 316.6

DOI <https://doi.org/10.32843/2663-5208.2022.36.19>

#### Бардин Н.М.

майор поліції, старший психолог відділу психологічного забезпечення управління кадрового забезпечення Головного управління Національної поліції у Львівській області

#### Пряхіна Н.О.

к.психол.н., доцент, доцент кафедри соціально-гуманітарної підготовки Львівський державний університет внутрішніх справ

#### Пташник-Середюк О.І.

к.соц.н., доцент кафедри соціально-гуманітарних дисциплін Прикарпатський факультет (м. Івано-Франківськ) Національної академії внутрішніх справ

Сучасне суспільство характеризується тим, що люди постійно перебувають у стані як внутрішньої, так і зовнішньої невизначеності, що вимагає від них витриманості й психологічної гнучкості. У таких умовах люди повинні вміти швидко приймати рішення навіть в умовах обмеженого чи надлишкового доступу до інформації. Тобто, для успішного функціонування, необхідно вміти застосовувати власні вну-

трішні ресурси в ситуаціях невизначеності. У цьому аспекті особливої актуальності набувають дослідження пов'язані з аналізом поняття толерантності до невизначеності.

Поняття толерантності до невизначеності вивчається у психології протягом 70 років. У багатьох роботах, присвячених історії конструкту і актуального стану його вивчення, відправною точкою вважаються роботи по дослідженню авторитарної осо-

бистості Т. Адорно і його колег Р. Сендфорд, Е. Френкель-Брунсвік, Д. Левінсона. В рамках досліджень відмінностей психології сприйняття і їх впливу на особливості авторитарної особистості вони прийшли до 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 [2, 3, 4].

За час вивчення толерантності до невизначеності було накопичено велику кількість теоретичних підходів і емпіричних даних, які розкривають окремі аспекти цього феномена. Так, дослідник А. І. Гусєв пропонує виділяти в історії становлення цього конструкту такі етапи:

1) 1950–1970 роки Перший етап досліджень припав на. В цей час в роботах Е. Френкель – Брунсвік б описаний сам феномен як особистісна риса і особливість перцептивної сфери. Розроблено перші опитувальники толерантності до невизначеності, в тому числі шкала С. Баднера і дано характеристики інтолерантності до невизначеності особистості.

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

3) З 1980 по 1990 роки – зниження інтересу до даної проблематики. Толерантність до невизначеності вивчається в соціальній психології, проводяться дослідження в різних вікових групах, з'являються нові вимірвальні шкали.

4) З 1990 року – зростаючий інтерес до проблеми. Проведення великого числа 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 розроблена шкала Д. Маклейн, опитувальник толерантності до невизначеності Т. В. Корнілової [1].

Таким чином, конструкт толерантності до невизначеності, методологічні підходи до його вивчення і шкали діагностики були розроблені в зарубіжній психології.

Сучасна соціальна ситуація сприймається і описується у різних дослідженнях, як ситуація невизначеності і нестабільності, що вимагає від суб'єктів активності відпо-

відної поведінкової реакції. Особливої актуальності проблема невизначеності набуває у зв'язку з пандемією COVID-19, яка є серйозним випробуванням для всього людства. Це пов'язано, насамперед, з тим, що життя в період карантину диктує нові умови. Зміни торкаються як макросоціального рівня, так і рівня психіки окремої особистості. Невизначеність одночасно виявляється як у повсякденному житті, так і під час міжособистісного спілкування, під час прийняття рішень, як у навчальній, так і в професійній сфері. До факторів, що породжують невизначеність варто віднести незрозумілий характер розвитку ситуації, нечіткі критерії результативності, а також відсутність необхідної інформації щодо передумов виникнення цієї ситуації та прогнозів щодо її розвитку в майбутньому. Саме це і зумовило здійснити дослідження формування толерантності до невизначеності серед правоохоронців, які не зважаючи на карантинні обмеження продовжували виконувати свої функціональні обов'язки в очному форматі.

**Методи дослідження.** Вивчення психоемоційного стану поліцейських в умовах коронавірусної хвороби (COVID-19) здійснювалося серед правоохоронців поліції Львівщини за допомогою методики «Шкала оцінки рівня депресії (PHQ-9)» і авторського опитувальника «Анкета для вивчення психоемоційного стану поліцейських в умовах карантину (COVID-19)». Дослідження проводилось у період з квітня по листопад 2020 року серед поліцейських блоку кримінальної поліції, досудового розслідування та превентивної діяльності Головного управління Національної поліції у Львівській області.

**Результати дослідження.** На початку дослідження кожному респонденту було запропоновано відповісти на запитання кластера «Шкала оцінки рівня депресії», що дозволяє виявити депресивні симптоми особистості. Здійснивши аналіз отриманих відповідей, було визначено, що для поліцейських Львівщини, що взяли участь в дослідженні, є характерними такі рівні депресивних станів:

у 57% респондентів відсутні ознаки депресії;

у 35% присутні мінімальні ознаки;

для 6% опитаних притаманні ознаки легкої депресії;

1% демонструє характерні ознаки помірної депресії;

та 1% має ознаки середньої та важкої форм депресії (табл. 1).

Опитувальник вивчення психоемоційного стану поліцейських у умовах карантину (COVID-19) складався із запитань, які

Результати за методикою «Шкала оцінки рівня депресії»

| % кількість опитаних | Результати опитування із оцінки самопочуття |                        |                   |                     |                                |                   |
|----------------------|---|------------------------|-------------------|---------------------|--------------------------------|-------------------|
|                      | 1. Відсутність депресії                     | 2. Мінімальна депресія | 3. Легка депресія | 4. Помірна депресія | 5. Депресія середньої важкості | 6. Важка депресія |
| 100%                 | 57%   | 35%                    | 6%                | 1%                  | 0,7%                           | 0,3%              |

стосувалися визначення стану ментального самопочуття правоохоронців в умовах невизначеності, спричиненій поширенням коронавірусної хвороби та несенні служби в нових нетипових для них умовах.

Перше запитання анкети стосувалося того, чи відбулися зміни психоемоційного стану респондентів в умовах пандемії корона вірусу. 19% опитаних зазначили, що їхній психоемоційний стан зазнав змін у зв'язку з пандемією. Відрадно, що для 81% опитаних правоохоронців не зазнали подібних психоемоційних потрясінь (рис. 1)

На запитання «Якщо Ваш психоемоційний стан змінився, то в якому напрямку?», 12% опитаних вказали, що «погіршився», 3% – «покращився» та 85% обрали варіант відповіді, що стан самопочуття залишився «стабільним» (див. рис. 2).

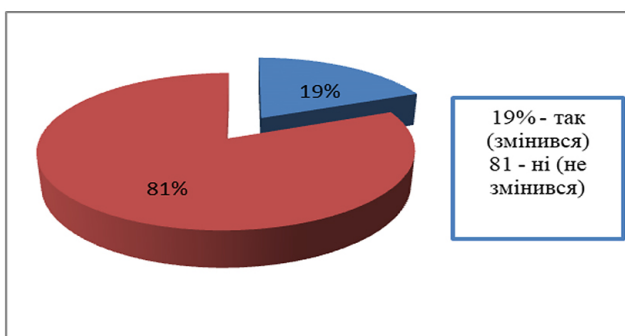


Рис. 1. Розподіл відповідей респондентів щодо зміни психоемоційного стану в умовах пандемії коронавірусу

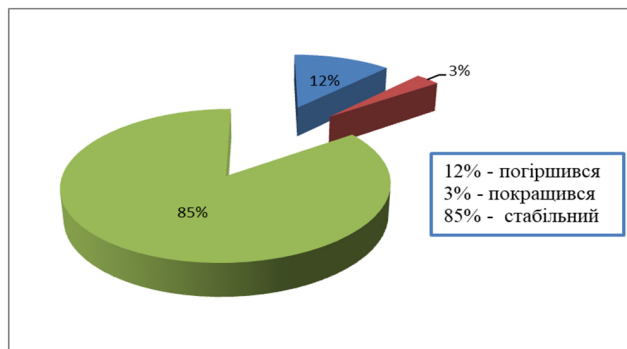


Рис. 2. Розподіл відповідей респондентів щодо вектору змін психоемоційного стану

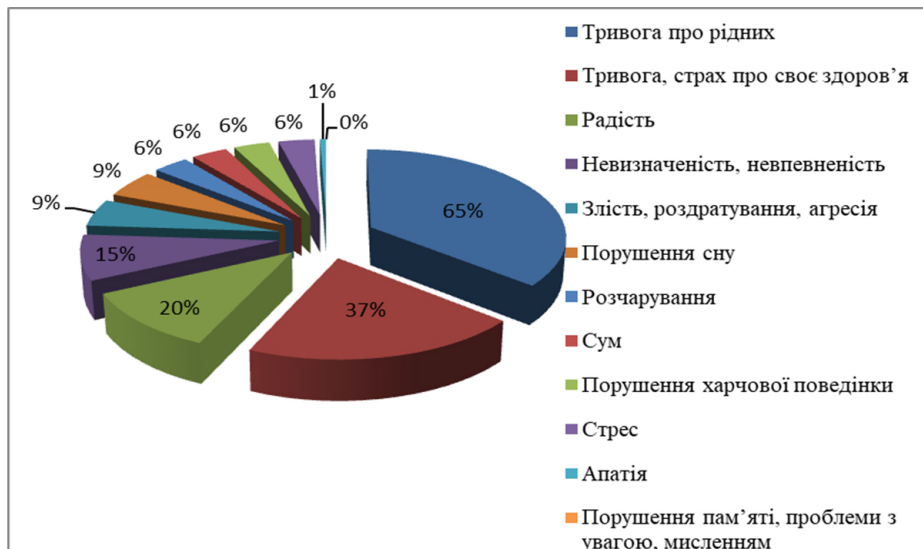
Якщо порівняти відповіді респондентів на перше і друге запитання, яке є уточнюючим першого, то варто зазначити, що спостерігаються певні відмінності чи то неточності у відповідях опитаних. Оскільки, про зміни у психоемоційному стані у відповідях на друге запитання повідомили 15% респондентів, тоді як на перше 19%. Так, як друге запитання є більш деталізованим, то результати відповідей на нього можна вважати більш достовірними.

Наступним було запитання яке стосувалося видів «емоцій та станів, які найчастіше супроводжували поліцейських від березня до листопада 2020 року». Відповіді респондентів розподілилися таким чином:

- 1) тривога про рідних;
- 2) тривога, страх про своє здоров'я;
- 3) радість;
- 4) невизначеність, невпевненість;
- 5) злість, роздратування, агресія;
- 6) порушення сну;
- 7) розчарування;
- 8) сум;
- 9) порушення харчової поведінки;
- 10) стрес;
- 11) апатія;
- 12) порушення пам'яті, проблеми з увагою, мисленням (див. рис. 3).

Основною емоцією у період пандемії, як бачимо, є тривога, яка є тією емоцією, що попереджає особу про небезпеку й мобілізує до відповідних дій. І тому тривога про власне здоров'я та здоров'я близьких є очікуваною емоцією у період пандемії, яка допомагає вчасно помітити загрозу та вжити заходів щодо її запобігання. Разом з тим, система тривоги, перебуваючи у постійному напруженні, може «вийти з ладу» і сформувати страх небезпеки якої немає, що може призвести до розвитку тривожних станів. Свідченням цього є відповіді респондентів, які зазначили, що за час корона вірусної пандемії вони часто відчували злість, роздратування, агресію, мали порушення сну.

Окремий блок запитань Анкети передбачав з'ясування рівня самооцінки психологічного благополуччя поліцейських. Респондентам було запропоновано оцінити рівень власного самопочуття(за шкалою від 1 до 10 (де 1-найгірший стан, 10-найкраще самопочуття) на 3 етапах пандемії Covid-



**Рис. 3. Результати відповідей респондентів на запитання «Які емоції та стани найчастіше Вас супроводжували від березня 2020 до сьогодні?»**

19 у 2020 році (період весни, літа та осені). Опрацьовані результати засвідчили, що на кожному із запропонованих етапів, рівень самопочуття поліцейських коливався в діапазоні від 7,1 до 7,8. Узагальнені дані наведені в таблиці 2.

Як видно з результатів таблиці, що найнижчий рівень самопочуття бу в зафіксований навесні 2020 року, коли розпочалося збільшення хворих на коронавірусну інфекцію в Україні. Зі спадом рівня захворюваності улітку 2020 року рівень психологічного благополуччя зростає і, відповідно, восени, коли знову спостерігається збільшення захворюваності, він знижується. Отже, можемо зробити висновок, що психологічне бдагополуччя особистості має пряму залежність від загрози її фізичному здоров'ю.

Наше дослідження стосувалося визначення змін психоемоційного стану поліцейським, тому доречним було включення до переліку запитань анкети питання про способи психологічної самопомоги, які допомагають респондентам справлятися зі своїми емоціями та переживаннями у період пандемії корона вірусу. Правоохоронцям було запропоновано розмістити способи, які вони використовують для налагодження власного психоемоційного стану за часто-

тою їх використання та важливістю. Відповіді розподілилися таким чином:

1. Дотримання заходів особистої безпеки та гігієни (маски, антисептики).
2. Сім'я, спілкування з рідними. Час, проведений з дітьми.
3. Спілкування з друзями.
4. Відпочинок. Прогулянки. Вихідні.
5. Хобі, заняття улюбленою справою.
6. «Холодний мозок (розум)». Здоровий глузд.
7. Зайнятість на роботі.
8. Підтримка колег.
9. Фільми, музика, книги.
10. Водіння автомобіля.
11. Здоровий спосіб життя.
12. Спорт, фізичні навантаження.
13. Оптимізм та віра в краще.
14. Інформаційна гігієна та поінформованість.
15. Підтримка служби психологічного забезпечення.
16. Врівноваженість, зібраність та внутрішній спокій.
17. Здоровий повноцінний сон.

Як бачимо з відповідей респондентів основним способами психоемоційного розвантаження є спілкування з рідними, дітьми та друзями, заняття улюбленою справою.

**Таблиця 2**  
**Результати оцінки психологічного благополуччя в залежності від періоду поширення коронавірусної хвороби**

| Період поширення коронавірусної хвороби                   | Весна 2020 року | Літо 2020 року | Осінь 2020 року |
|---|-----------------|----------------|-----------------|
| Оцінка психологічного благополуччя (за 10-бальною шкалою) | 7,1             | 7,8            | 7,3             |



Найбільш комфортним середовищем для них є сімейне оточення. Важливе місце посідає також і робочий колектив.

#### **Висновки з проведеного дослідження.**

Узагальнюючи огляд актуальної наукової літератури, практичні результати проведеного емпіричного дослідження, було здійснено наступні висновки. Опитування показало, що для поліцейських притаманна така особистісна риса як «толерантність до невизначеності», яка проявляється у таких рисах як:

- здатності переживати позитивні емоції в нових, неоднозначних ситуаціях, сприймаючи їх не як загрозу, але як виклик;
  - у постійній щоденній готовності до того, що може відбуватися будь-що;
  - стресостійкості до неможливості планування й передбачення;
  - здатності до комфортного переживання нестачі інформації;
  - усвідомленні власних способів привнесення визначеності, які спрацьовують автоматично;
  - швидкості та гнучкості пристосування до складних нетипових умов служби;
  - адаптаційному потенціалі до змін.
- Толерантність до невизначеності є пози-

тивною рисою, оскільки в умовах пандемії є гостра потреба в особистостях, які здатні опанувати власну поведінку. Оскільки сучасний мінливий світ загалом вимагає від соціальних акторів у ситуаціях кризової життєвої ситуації здатності вибудовування продуктивні стратегії конструювання нового досвіду та формувати систему внутрішньої регуляції й детермінації життєдіяльності.

#### **ЛІТЕРАТУРА:**

1. Гусев А. И. Толерантность к неопределенности как составляющая личностного потенциала. Личностный потенциал: структура и диагностика / под ред. Д. А. Леонтьева. М. : Смысл, 2011. С. 329.
2. Корнилова Т. В. Принятие решений и риск: психология неопределенности. URL: <https://docplayer.ru> (дата звернення: 02.10.21).
3. Леонов И. Н. Толерантность к неопределенности как психологический феномен: история становления конструкта. *Вестник Удмуртского университета*. 2014. № 4. С. 43–52.
4. Чагова М. А. История и современное развитие проблемы толерантности к неопределенности в психологической науке. *Вестник по педагогике психологии Южной Сибири*. 2013. № 4. С. 77–87.