

Научная статья

УДК 159.9.072

ББК 88.9

DOI 10.25588/6993.2022.48.13.013

В. И. Долгова¹, О. А. Кондратьева², П. М. Маслова³

¹ORCID № 0000-0001-9059-5682

Профессор, доктор психологических наук, декан факультета психологии,
Южно-Уральский государственный гуманитарно-педагогический университет,
г. Челябинск, Российская Федерация.

E-mail: 23a12@list.ru

²ORCID № 0000-0002-9204-2827

Доцент, кандидат психологических наук,
заведующий кафедрой теоретической и прикладной психологии,
Южно-Уральский государственный гуманитарно-педагогический университет,
г. Челябинск, Российская Федерация.

E-mail: sobolevaao@cspu.ru

³ORCID № 0000-0001-5912-2502

Магистрант факультета психологии,
Южно-Уральский государственный гуманитарно-педагогический университет,
г. Челябинск, Российская Федерация.

E-mail: paulinemaslow@gmail.com

ИССЛЕДОВАНИЕ ВЗАИМОСВЯЗИ ТОЛЕРАНТНОСТИ К НЕОПРЕДЕЛЕННОСТИ И КОПИНГ-СТРАТЕГИЙ У СТУДЕНТОВ ФАКУЛЬТЕТА ПСИХОЛОГИИ

Аннотация

Введение. В актуальных условиях профессиональное становление не имеет жестких границ, исходя из этого студентам для сохранения способности конкурировать и развиваться, самостоя-

© Долгова В. И., Кондратьева О. А., Маслова П. М., 2022

Вестник Южно-Уральского государственного гуманитарно-педагогического университета, № 6, 2022

тельно моделировать свой профессиональный маршрут, кроме того, им придется преодолевать неопределенность во всех сферах социальной жизни, совладать конструктивно со стрессовыми ситуациями, чему может способствовать толерантность к неопределенности как личностная характеристика. Целью является теоретическое обоснование и экспериментальная проверка взаимосвязи толерантности к неопределенности и копинг-стратегий у студентов факультета психологии.

Материалы и методы. Исследование взаимосвязи толерантности к неопределенности и копинг-стратегий у студентов факультета психологии включает в себя три этапа: поисково-подготовительный, опытно-экспериментальный, контрольно-обобщающий. Экспериментальная база исследования: ФГБОУ ВО «ЮУрГГПУ», факультет психологии (N = 17). Исследование было реализовано с помощью теоретических (анализ и моделирование, обобщение, целеполагание) и эмпирических методов: констатирующий эксперимент, тестирование по методикам: (шкала толерантности к неопределенности Баднера (адаптация Т. В. Корниловой, М. А. Чумаковой); «Индикатор копинг-стратегий» (Д. Амирхан); «Диагностика копинг-поведения в стрессовых ситуациях» (С. Норман, Д. Ф. Эндлер, Д. А. Джеймс в адаптации Т. Л. Крюковой); метод математической статистики: критерий ранговой корреляции Ч. Спирмена.

Результаты. В результате исследования выявлено преобладание среднего уровня толерантности и интолерантности; толерантность на высоком уровне и выше среднего не выявлена. У большинства респондентов наблюдался средний уровень преобладания стратегии разрешения проблем; на среднем уровне находится и стратегия поиска социальной поддержки, что отражает

тенденцию к социальной мобильности и установлению межличностных взаимоотношений. Меньше всего опрошенных используют стратегию избегания проблем, преобладающим является копинг, ориентированный на эмоции. Результаты математико-статистической обработки показали, что между толерантностью/интолерантностью к неопределенности и показателями копинг-стратегий (ориентация на эмоции и разрешение проблем) установлена статистически значимая корреляционная связь.

Обсуждение. В процессе обсуждения когнитивных результатов толерантности к неопределенности выявилась ее потенциальная роль во влиянии на отношение студентов к образовательной среде. Студенты, толерантные к неопределенности, могут активнее принимать участие в общественной деятельности и вносить вклад не только в собственное развитие, но и в развитие образовательной организации. Для достижения необходимых результатов в учебной и общественной деятельности необходимо учитывать уровень стрессоустойчивости.

Заключение. Проведенное исследование показало необходимость мониторинга у студентов толерантности к неопределенности с последующим использованием его данных в процессе моделирования практических программ преобразования образовательной среды. В процессе реализации психолого-педагогических программ особое внимание следует уделять изучению толерантности, интолерантности, копинг-стратегиям, стрессоустойчивости и учитывать детерминанты, характеристики личности, интегральную индивидуальность, особенности психики каждого студента. Такой подход позволит студентам факультета психологии развивать конструктивные копинг-стратегии для преодоления ситуаций неопределенности и стресса.

Ключевые слова: толерантность; интолерантность; неопределенность; копинг-стратегии; стресс; студенты; факультет психологии.

Основные положения:

– модель формирования конструктивных копинг-стратегий студентов факультета психологии для преодоления ситуаций неопределенности состоит из взаимосвязанных компонентов: цели, задач, формирующего взаимодействия, методов, используемых в формирующей работе, результата;

– феномен толерантности к неопределённости ещё недостаточно раскрыт в психолого-педагогической литературе, однако имеющиеся выводы позволяют провести определение основных понятий, характеристик, выбор методик для констатирующего эксперимента, проведение упражнений, игр, беседы, решение ситуационных задач;

– уровень проявления у студентов факультета психологии конструктивных копинг-стратегий для преодоления ситуаций неопределенности подтверждает сочетание обоих полюсов (толерантности и интолерантности) с преобладанием одного из них.

1 Введение (Introduction)

Только за последние три года в мире произошли события, кардинально изменившие прежний жизненный уклад: пандемия, социальная дистанция и изоляция, глобальные перемены и кризисы, природные катастрофы, специальная военная операция. Неизвестность и страх перед будущим требуют от человека огромных внутренних ресурсов для адаптации к внешним условиям и понимании жизненной ситуации, совладания со стрессом и конструктивного поиска решения проблем.

Неопределенность для личности часто характеризуется отсутствием стабильных ценностных ориентиров, способствующих интеграции в любых процессах. Отсутствие структурированности и размытые цели, требующие от студентов включенности в образовательный процесс, активности, коммуникабельности и творческого подхода — еще одна тенденция, влияющая на неопределенность в жизни человека. В актуальных условиях в профессиональном становлении отсутствуют жесткие границы, исходя из этого студентам в начале своей профессиональной деятельности для сохранения способности конкурировать и развиваться важно научиться самостоятельно моделировать свой профессиональный маршрут.

Исходя из сказанного, определим необходимость изучения толерантности к неопределенности и сформулируем цель нашего исследования: теоретически обосновать и экспериментально проверить взаимосвязь толерантности к неопределенности и копинг-стратегий у студентов факультета психологии. Объект: толерантность к неопределенности и копинг-стратегии у студентов факультета психологии. Предмет: исследование взаимосвязи толерантности к неопределенности и копинг-стратегий у студентов факультета психологии. Гипотеза исследования: между толерантностью к неопределенности и копинг-стратегиями у студентов факультета психологии существует взаимосвязь, обуславливающая оптимальный выбор копинг-стратегий для преодоления ситуации неопределенности. Концепция совладающего поведения в настоящий момент является одной из основных содействующих адаптации личности в реагировании на различные стрессовые и неопределенные ситуации.

Психологическое благополучие указывает на оптимальное психологическое функционирование и обучение на жизненном опыте, а умение справляться со стрессом является определяющим фактором психологического благополучия. Стратегии преодоления были определены как реакции или усилия, направленные на преодоление, уменьшение или толерантность к требованиям, создаваемым стрессом. Стратегии совладающего поведения учитывают степень, в которой стресс может повлиять на физические, психологические и поведенческие проявления.

Толерантность к неопределенности (с англ. — uncertainty avoidance) — термин, введенный во второй половине двадцатого века социологом Гертом Хофстеде в процессе кросс-культурного исследования на выборке, включающей в себя участников из более 70 стран (Н. К. Jach, L.D. Smillie, 2019 [1]). Толерантность к неопределенности является одним из ключевых факторов, влияющих на терпимость общества к неопределенности и двусмысленности. Он отражает, насколько культура создает комфортные условия для функционирования социума, и в то же время фиксирует, насколько некомфортно себя чувствуют субъекты общественных отношений в хаотичных обстоятельствах. Такие ситуации являются новыми, неизвестными, удивительными и отличными от обычных. Общество, избегающее неопределенности, стремится сводить к минимуму возникновение подобных ситуаций с помощью строгих законов и правил, ограничительных мер с целью организовать безопасность. Последние годы исследователи проявляют большой интерес в изучении толерантности к неопределенности. Термин «неопределенность» часто не имел четкого определения или трактовался по-разному без выстроенной последовательности.

Однако ученые пришли к консенсусу относительно природы неопределенности и дали общую характеристику исследуемому феномену: «в основе своей является психическим состоянием, субъективным, когнитивным опытом человека, а не характеристикой объективного, материального мира. Кроме того, особое внимание в этом опыте уделяется невежеству, т. е. недостатку знания» (M. Caulfield, K. Andolsek, D. Grbic, L. Roskovensky, 2014 [2]). В постоянно меняющемся мире в процессе глобализации и интеграции, неопределенность занимает одно из важных положений в общественной жизни. Наиболее ярко она проявляется совместно с волатильностью, двусмысленностью и запутанностью.

Волатильность можно определить как нечто нестабильное, непредсказуемое. Неопределенность связана с неясными ситуациями или событиями. Запутанность была определена как «порог хаоса» и характеризуется технологическим прорывом и глобализацией. Наконец, двусмысленность основана на незнании причин и следствий событий, на которых нет прецедентов для прогнозирования (Blustein D.L., Ali S.R., Flores L.Y. 2019 [3]).

Все эти феномены в настоящее время бесконечно подкрепляются СМИ, социально-экономическим положением граждан, политической обстановкой внутри и вне страны.

Копинг-стратегии формируют индивидуальные реакции на эмоции и стрессовые ситуации. Было описано несколько функциональных и дисфункциональных копинг-стратегий, начиная от избегания стрессовой ситуации и заканчивая позитивным отношением к решению проблем и склонностью полагаться на социальную поддержку (Касымова Г. К. 2019 [4]). Копинг-стратегии можно разделить на три основные категории: а) ориентированные

на проблемы, б) ориентированные на эмоции, в) избегающие (дисфункциональные) стратегии совладания. Проблемно-ориентированное совладание направлено на поиск решения проблемы и (или) принятие мер по изменению ситуации, в то время как эмоционально-ориентированное совладание направлено на регулирование эмоций, связанных со стрессовой ситуацией (D. S. Eley, J. K. Leung, N. Campbell, C. R. Cloninger, 2017 [5]). Наконец, дисфункциональное (избегающее) совладание направлено на дистанцирование индивида от стрессовой ситуации. Проблемно-ориентированное совладание считается наиболее эффективным типом совладания.

Эффективные стратегии преодоления трудностей могут играть важную роль в способности студентов университета справляться со стрессовыми ситуациями. Однако, согласно исследованиям ученых из Китая, студенты университетов обычно справляются недостаточно зрело со стрессовыми ситуациями, обращаясь к избеганию проблем. Кроме того, было обнаружено, что во время пандемии увеличилось употребление психоактивных веществ среди студентов российских, белорусских и израильских университетов. В исследовании Б. Савицкого способы преодоления стрессовых ситуаций, включающие употребление алкоголя, седативных препаратов и чрезмерное переедание, использовались студентами с умеренным или тяжелым уровнем тревожности. Однако, то же исследование показало, что студенты, у которых выявлена высокая самооценка и которые использовали стратегии преодоления трудностей с юмором (ориентированные на эмоции), смогли справиться и снизить уровень своей тревожности. Стратегии, которые включают в себя устранение факторов стресса, могут быть более

эффективными, чем другие, для смягчения последствий стресса и поддержания психического здоровья.

Стратегии избегания могут помочь уменьшить краткосрочный стресс, но, как правило, считаются вредными в долгосрочной перспективе, поскольку не предпринимаются прямые действия для уменьшения стрессора, приводящие к длительному воздействию высоких уровней стресса.

Таким образом, взаимосвязь между толерантностью и интолерантностью к неопределённости и копинг-стратегиями обусловлена биохимическими процессами, регулирующими все реакции психики, социальной ситуацией, когнитивными функциями. Толерантность к неопределенности изучается как один из главных ресурсов личности при преодолении стрессовых ситуаций. Толерантность к неопределенности непосредственно оказывает значительное влияние на систему ценностей личности, установки, копинг-поведение, систему межличностных отношений, психологические установки, когнитивные искажения и способность устанавливать прочные социальные связи.

По мнению Т. В. Корниловой, при разработке методик диагностики наиболее актуальной стала интерпретация толерантности к неопределенности как личностного качества [6]. Толерантность не только рассматривается и является качеством личности, она реализуется в динамических процессах, связанных с возникновением и преодолением неопределенности.

Интолерантность к неопределенности относится к избеганию неопределенности, новизны или множественности, к поиску ясности и контроля; межличностная интолерантность к неопределенности проявляется в стремлении к ясности и контролю в межличностном общении. Пандемия заставила людей обратиться к но-

вой неопределенности и рискам. Показано, что у людей с высокой интолерантностью к неопределенности, связанной с коронавирусом и пандемией, более выражены негативные эмоциональные состояния (страх, тревога, депрессия).

Толерантность, в том числе, проявляется не только как качество личности, но и как способность человека переживать положительные эмоции в новых, хаотичных, неоднозначных ситуациях, воспринимая их не как угрозу, а как вызов. Ее рассматривают также как проявление внешне не проявляющейся переменной «принятия неопределенности», которая проявляется и на уровнях других личностных свойств — готовности к риску и предпочтение интуитивному стилю в регуляции выбора. Если попытаться смоделировать толерантность к неопределенности в контексте информационного потока, то можно предложить следующую метафору: предполагается, что существует нижний и верхний порог количества релевантной информации. Релевантная информация оптимальна именно для нее. При дальнейшем же нарастании количества релевантной информации и пересечении верхнего порога субъект снова покидает «зону комфорта» и встречается с неопределенностью. Таким образом, количество релевантной информации меньше нижнего порога — это неопределенность по типу недостатка эксплицитной (доступной) информации. А избыточность релевантной информации — это неопределенность по типу взаимопротиворечивых данных. Таким образом, по мнению G. Hein, Y. Morishima, S. Leiberg, S. Sul, E. Fehr E., ширина «зоны комфорта» — это мера выраженности личностной характеристики толерантности [7].

Существующим попыткам понять феномен толерантности к неопределенности не хватает последовательности, конкретности

и широты. Все теории отдают предпочтение конкретным проблемам, аспектам реальности и объяснительным рамкам, специфичным для дисциплин, из которых они исходят. При изучении толерантности к неопределенности необходимо учитывать детерминанты, характеристики личности, интегральную индивидуальность, особенности психики индивида.

Неотъемлемую часть формирования единства и сплоченности в студенческой группе занимают такие составляющие, как: общие идеи и цели, социальная позиция и активное участие в культурных и общественных мероприятиях. Актуальными являются культурно-массовые мероприятия, программы обмена опытом, направленные на улучшение качества жизни в период студенчества. Период студенчества характеризуется возникновением экзистенциальных вопросов, генерацией новых идей и желанием участвовать в развитии общества.

Э. Эриксон определил особенности развития возрастной группы студентов: становление качеств личности и приобретение опыта решения задач, характерных для более зрелого возраста, реализующихся на базе социально-психологической идентичности [8]. Характерны две полярные тенденции: изоляция и близость. В условиях успешного формирования идентичности личность получает благоприятный опыт, реализует свой потенциал в различных сферах, что остается неизменным критерием личностного прогресса. Студенты сталкиваются с неопределенностью, вовлекаясь в новые академические ситуации, принятие важных социально значимых решений и сложные межличностные отношения. Студенты с высоким уровнем толерантности к неопределенности показывают лучшие результаты, чем их сверстники с низким

уровнем в сложных ситуациях. И на всех уровнях ориентация на будущее — одна из фундаментальных психологических особенностей периода студенчества. Ключевым фактором развития ориентации на будущее является проектирование жизненного плана и целеполагание.

2 Материалы и методы (Materials and methods)

В ходе исследования с опорой на базовые понятия (цель, модель, моделирование, педагогическое моделирование) было составлено «дерево целей». Дерево целей — метод структурирования целей по иерархическому принципу, включающий в себя высшую цель («крона дерева»), а также уровни подцелей («ветви дерева») [9; 10]. Метод дерева целей направлен на создание относительно надежной модели целей, задач и проблемных ситуаций. Для реализации метода при создании исходного варианта модели, необходимо брать во внимание закономерности образования целей и руководствоваться принципом иерархических структур. Модель — это упрощенный, систематизированный объект, разработанный преимущественно в виде схем, формул, алгоритмов, используемый в качестве заменителя непосредственно самого объекта. Моделирование включает в себя: цель, элементы, структуру. Педагогическое моделирование — создание целей для формирования педагогических систем и главных путей их реализации.

Исследование взаимосвязи толерантности к неопределенности и копинг-стратегий у студентов факультета психологии реализовывалось в три этапа:

Первый этап — поисково-подготовительный: постановка проблемы исследования; изучение состояния проблемы: анализ психолого-педагогической литературы по теории изучаемого фе-

номена; составление плана экспериментально-опытной работы, содержания и методики исследования. Формулирование рабочей гипотезы, цели и задач исследования. Подбор методов и методик исследования взаимосвязи толерантности к неопределенности и копинг-стратегий у студентов факультета психологии.

Второй этап — опытно-экспериментальный. На этом этапе была проведена диагностика толерантности к неопределенности и копинг-стратегий; обработка данных; анализ и интерпретация.

Третий этап — контрольно-обобщающий. На третьем этапе реализуется проверка гипотезы; интерпретация данных и формулирование выводов; математико-статистическая обработка; оформление курсовой работы.

Исследование взаимосвязи толерантности к неопределенности и копинг-стратегий у студентов факультета психологии проводилось с помощью следующих методов и методик:

1) теоретические: анализ и моделирование, обобщение, целеполагание;

2) эмпирические: эксперимент (констатирующий); тестирование по методикам: шкала толерантности к неопределенности Баднера (адаптация Т. В. Корниловой, М. А. Чумаковой [6]); «Индикатор копинг-стратегий» (Д. Амирхан [11]); «Диагностика копинг-поведения в стрессовых ситуациях» (С. Норман, Д. Ф. Эндлер, Д. А. Джеймс в адаптации Т. Л. Крюковой [12]);

3) метод математической статистики: критерий ранговой корреляции Ч. Спирмена [13].

В экспериментальном исследовании участвовала академическая группа первого курса, 17 студентов. Академическая группа сформирована в 2021 году. Возраст студентов — преимущественно

18–19 лет на момент обследования. Взаимоотношения в коллективе основываются на доброжелательности и отзывчивости. Для студентов свойственны дружелюбие, инициативность, коммуникабельность. Основу исследования составляет авторская модель формирования конструктивных копинг-стратегий студентов факультета психологии для преодоления ситуаций неопределенности, которая состоит из взаимосвязанных компонентов: цели, задач, формирующего взаимодействия, результата.

1. Теоретический блок. Цель: изучить феномен в психолого-педагогической литературе, реализовать анализ, обобщение, формирование теоретического материала, определение главных понятий, характеристик, выбор методик для исполнения констатирующего эксперимента.

2. Диагностический блок. Цель: дать характеристику этапам, методам и методикам исследований. Охарактеризовать выборку, проанализировать результаты обследования.

3. Формирующий блок. Цель: разработать и реализовать программу формирования конструктивных копинг-стратегий студентов факультета психологии для преодоления ситуаций неопределенности. Данный блок включает в себя создание формирования конструктивных копинг-стратегий студентов факультета психологии для преодоления ситуаций неопределенности с помощью упражнений, игр, беседы, решения ситуационных задач.

4. Аналитический блок. Цель: проанализировать результаты опытно-экспериментального исследования и обработать результаты с помощью Т-Критерия Вилкоксона.

Предполагаемый результат: у студентов факультета психологии сформированы конструктивные копинг-стратегии для прео-

доления ситуаций неопределенности. Генеральной целью исследования является теоретическое обоснование и экспериментальная проверка взаимосвязи толерантности к неопределенности и копинг-стратегий у студентов факультета психологии.

3 Результаты (Results)

В процессе достижения цели была проведена методика «Шкала толерантности к неопределенности Баднера» (адаптация Т. В. Корниловой, М. А. Чумаковой) (рисунок 1).



Рисунок 1 — Результаты исследования толерантности и интолерантности к неопределенности у студентов

Figure 1 — The results of the study of tolerance and intolerance to uncertainty among students

В результате исследования получены следующие данные: у 47,06 % (8 человек) толерантность и интолерантность выявлены на среднем уровне; у 11,76 % (2 человека) — толерантность на низком уровне; у 5,88 % (1 человек) толерантность и интолерантность находятся на уровне ниже среднего; немного выше среднего толерантность выявлена у 17,65 % (3 человека), интолерантность — 5,88 % (1 человек); интолерантность выше среднего выявлена у 35,29 % (6 человек); интолерантность на высоком уровне — 5,88 % (1 человек). Толерантность на высоком уровне и выше среднего не выявлена. Полученные результаты характеризуются выраженностью толерантности и интолерантности на среднем уровне. Толерантность к неопределенности проявляется как способность личности воспринимать любую ситуацию как возможность выбора, точку роста, новый опыт, при этом не испытывая деструктивную тревогу в неопределенности, в том числе, способность продуктивно организовывать деятельность. Интолерантность к неопределенности, в свою очередь, проявляется как высокий уровень тревожности, восприятие неопределенности как угрозы, даже в случаях позитивных изменений в будущем. Для интолерантной к неопределенности личности характерна тенденция к систематизации и регламентации во всех жизненных сферах.

Таким образом, при исследовании по методике «Индикатор копинг-стратегий» (Д. Амирхан) у большинства респондентов наблюдался средний уровень преобладания стратегии разрешения проблем — 88,24 % (15 человек), что свидетельствует о тенденции к конструктивному подходу к решению проблемы. Преобладающим на среднем уровне находится стратегия поиска социальной поддержки — 41,18 % (7 человек), на высоком уровне — 35,29 %

(6 человек), что отражает тенденцию к социальной мобильности и установлению межличностных взаимоотношений. Меньше всего опрошенных используют стратегию избегания проблем, она выявлена преимущественно на низком уровне у 52,94 % (9 человек) (рисунок 2).

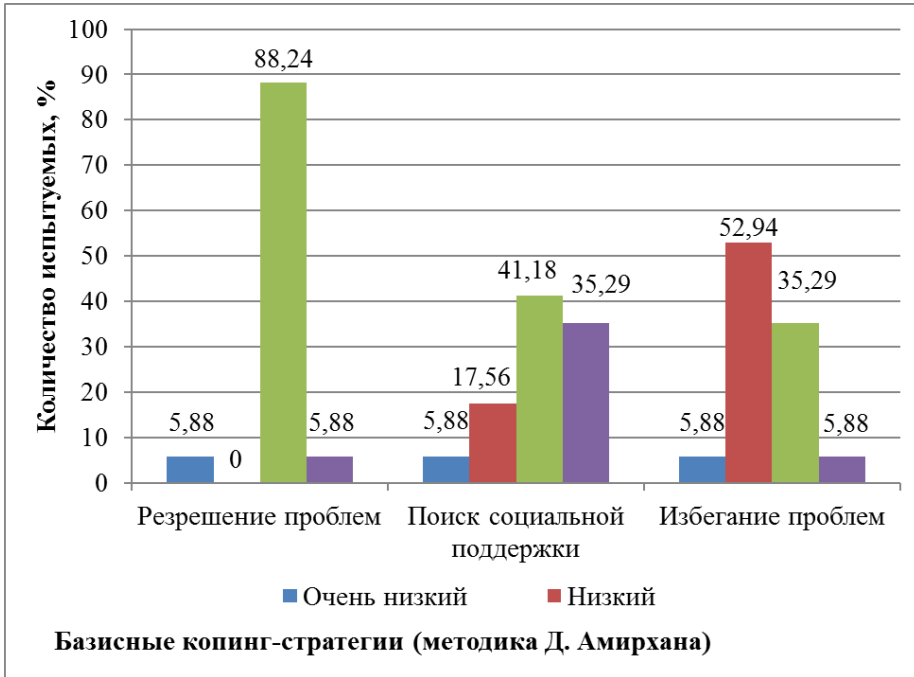


Рисунок 2 — Результаты исследования базисных копинг-стратегий у студентов факультета психологии, полученные по методике «Индикатор копинг-стратегий» (Д. Амирхан)

Figure 2 — The results of the study of basic coping strategies for students of the Faculty of Psychology, obtained by the method “Indicator of Coping Strategies” (D. Amirkhan)

Результаты исследования базисных копинг-стратегий в стрессовых ситуациях у студентов факультета психологии, полученные по методике «Диагностика копинг-поведения в стрессовых

ситуациях» (С. Норман, Д. Ф. Эндлер, Д. А. Джеймс в адаптации Т. Л. Крюковой), представлены на рисунке 3.

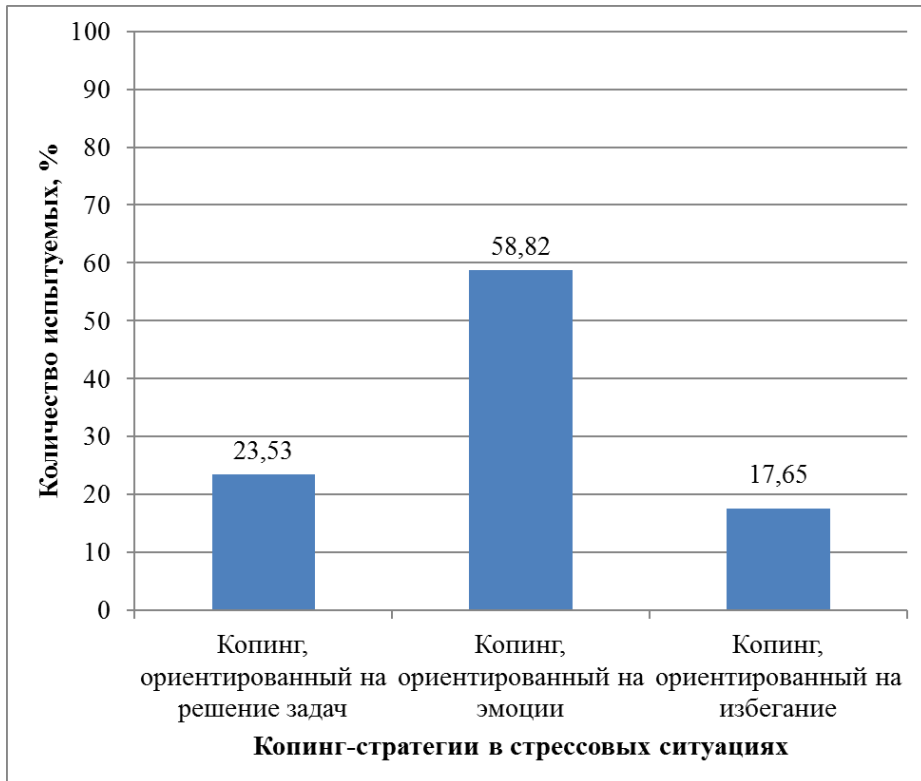


Рисунок 3 — Результаты исследования базисных копинг-стратегий в стрессовых ситуациях у студентов факультета психологии, полученные по методике «Диагностика копинг-поведения в стрессовых ситуациях» (С. Норман, Д. Ф. Эндлер, Д. А. Джеймс в адаптации Т. Л. Крюковой)

Figure 3 — The results of the study of basic coping strategies in stressful situations among students of the Faculty of Psychology, obtained by the method “Diagnostics of coping behavior in stressful situations” (S. Norman, D. F. Endler, D. A. James, adapted by T.L. Kryukova)

По результатам методики «Диагностика копинг-поведения в стрессовых ситуациях» (С. Норман, Д. Ф. Эндлер, Д. А. Джеймс в адаптации Т. Л. Крюковой) выявлено, что у 58,82 % (10 человек) преобладающим является копинг, ориентированный на эмоции; у 23,53 % (4 человека) — копинг, ориентированный на решение задач; у 17,65 % (3 человека) — копинг, ориентированный на избегание.

В выборке выявлена тенденция к применению копинга, ориентированного на эмоции, что свидетельствует о стремлении опрошенных уравнивать собственное эмоциональное состояние. В том числе, для них характерно стремление поделиться переживаниями с окружающими.

Таблица 1 — Коэффициенты корреляции между толерантностью и интолерантностью к неопределенности и базисными копинг-стратегиями

Table 1 — Correlation coefficients between tolerance and intolerance to uncertainty and basic coping strategies

Шкала	Толерантность к неопределенности	Интолерантность к неопределенности
Разрешение проблемы	0,792**	0,421*
Поиск социальной поддержки	0,441*	0,304*
Избегание проблем	0,325*	0,401*

Примечание – «**» — корреляция значима на уровне $\rho < 0,01$; «*» — корреляция значима при уровне $\rho < 0,05$

Выявлена статистически значимая прямая связь (при $\rho < 0,01$) между толерантностью к неопределенности и копингом разреше-

ния проблем. Таким образом, студенты с высоким уровнем толерантности к неопределенности чаще применяют стратегии, направленные на поиск социальной поддержки и разрешение проблем, в свою очередь, чем выше уровень толерантности к неопределенности в выборке, тем ниже тенденция к избеганию проблем.

Таблица 2 — Коэффициенты корреляции между толерантностью и интолерантностью к неопределенности и копинг-стратегиями в стрессовых ситуациях

Table 2 — Correlation coefficients between tolerance and intolerance to uncertainty and coping strategies in stressful situations

Шкала	Толерантность к неопределенности	Интолерантность к неопределенности
Копинг, ориентированный на решение задач	0,792**	0,401*
Копинг, ориентированный на эмоции	0,342*	0,812**
Копинг, ориентированный на избегание	0,429*	0,445*
Примечание — «**» — корреляция значима на уровне $\rho < 0,01$; «*» — корреляция значима при уровне $\rho < 0,05$		

Выявлена статистически значимая прямая связь (при $\rho < 0,01$) между толерантностью к неопределенности и следующими показателями: копинг, направленный на решение задач; между интолерантностью к неопределенности и копингом, ориентированным на эмоции.

Таким образом, студенты, толерантные к неопределенности, стараются включиться в решение задач и трудных жизненных

ситуаций. В свою очередь, интолерантные респонденты чаще применяют стратегию, направленную на эмоции, что может проявляться как тенденция к возникновению тревожных или депрессивных состояний. Между толерантностью/интолерантностью к неопределенности и показателями копинг-стратегий — ориентация на эмоции и разрешение проблем — установлена статистически значимая корреляционная связь.

4 Обсуждение (Discussion)

Что касается когнитивных результатов толерантности к неопределенности, исследования показали ее потенциальную роль во влиянии на отношение студентов к образовательной среде и обучению. Например, более высокий уровень успеваемости среди студентов привел к лучшим эмоциональным результатам, включая меньшее эмоциональное выгорание, большую устойчивость и лучшее качество жизни.

На первый взгляд, создание стабильной образовательной среды может показаться лучшим способом помочь студентам справляться с неопределенностью. Однако это может быть наихудшим из возможных решений, т. к. мы живем в мире, который все больше определяется быстрыми изменениями. От быстрых темпов внедрения технологий до кризисов мир находится в состоянии постоянного изменения. А в ближайшие годы новые технологии, такие как искусственный интеллект, обещают трансформировать экономику так, как мы едва ли можем себе представить. Тем, кто не может приспособиться к такому нестабильному миру, будет гораздо труднее добиться успеха.

Толерантность к неопределенности и конструктивные копинг-стратегии, по мнению I. Gol, O. Erkin (2019 г.) [14], могут

способствовать повышению работоспособности, эффективности, обучаемости. Студенты, толерантные к неопределенности, смогут активнее принимать участие в общественной деятельности и смогут вносить вклад не только в собственное развитие, но и в развитие образовательной организации. В свою очередь, студенты, интолерантные к неопределенности, могут воспринимать подобные ситуации как угрозу и реагировать деструктивно. Избегание неопределенности имеет значение для развития личности, поскольку оно обозначает тенденцию избегать риска и любых сложных ситуаций.

Для достижения необходимых результатов в учебной и общественной деятельности необходимо учитывать следующие компоненты: самосознание, самоуправление, самомотивацию, межличностное управление и лидерство. Низкое самосознание препятствует конструктивным изменениям личности. Именно с осознанием происходят эти изменения, осознанность развивает ответственность, самосознание, способности ощущать, идентифицировать и понимать эмоции. Мы присоединяемся к авторам А. А. Dimitrijevic, J. Starchevich, Z. J. Marjanovich [15], которые подчеркивают, насколько важно осознавать свои чувства до конца для того, чтобы принимать решения и действовать. Люди с высоким самосознанием, как правило, уверенные в себе, искренние, восприимчивые к обратной связи и способные сохранять поведение на всех этапах деятельности, не испытывают стресса.

Обсудим проблемы, связанные с использованием социальных сетей в качестве инструментов совладания со стрессом. Так, группой авторов (M. Lauriola, R. Foschi, O. Mosca, J. Weller (2019) [16]) было доказано, что стресс провоцирует использование соци-

альных сетей для трех основных стратегий преодоления трудностей. Во-первых, стресс провоцирует поиск социальной поддержки в социальных сетях; во-вторых, можно использовать социальные сети для улучшения вызванных стрессом негативных эмоций (эмоционально-ориентированное преодоление): социальные сети, в частности, использовались для отвлечения от стрессовой ситуации и для выхода эмоций; в-третьих, социальные сети использовались для решения проблемы, вызывающей стресс (проблемно-ориентированное преодоление). Но, по мнению авторов K.T. Liou, D. S. Jamorabo, R. M. Geha, C. M. Crawford, P. George, F. J. Schiffman, эффективность использования социальных сетей зависит от того, насколько оно эффективно и соответствует ли выбранная стратегия совладания внешним ситуационным обстоятельствам [17] и особенно проявлению эмпатии (Corradini A., Antonietti A. 2019 [18]; Е. А. Троицкая (2018 г.) [19]). Например, использование социальных сетей для поиска поддержки у большой аудитории может быть эффективным, если необходимо найти решение исследованной нами ранее проблемы сотрудничества [20], в то время как такой поиск социальной поддержки может быть менее эффективным в ситуациях, когда только эмпатийная поддержка может смягчить чувство стресса в процессе развития толерантности к неопределенности.

5 Заключение (Conclusion)

Проведенное исследование убедительно доказало необходимость изучения у студентов толерантности к неопределенности. Выбор методов, методик, дизайн исследования и его результаты подтвердили выдвинутую гипотезу о существовании взаимосвязи между толерантностью к неопределенности и копинг-стратегиями

у студентов факультета психологии, обуславливающей оптимальный выбор конструктивных копинг-стратегий.

Обсуждение результатов с акцентом на развитие стрессоустойчивости позволяет сделать вывод о роли образовательной среды, активного участия в общественной деятельности в развитии стрессоустойчивости и развитии конструктивных копинг-стратегий для преодоления ситуаций неопределенности и стресса.

Библиографический список

1. Jach H.K., Smillie L.D. (2019), “To fear or fly to the unknown: tolerance for ambiguity and Big Five personality traits”, *Journal of Research in Personality*, vol. 79, pp. 67–78. DOI 10.1016/j.jrp.2019.02.003
2. Caulfield M., Andolsek K., Grbic D. (2014), “Roskovensky L. Ambiguity tolerance of students matriculating to U.S. medical schools”, *Academic Medicine*, vol. 89, pp. 1526–1532. DOI 10.1097/ACM.0000000000000485.
3. Blustein D.L., Ali S.R. & Flores L.Y. (2019), “Vocational Psychology: Expanding the Vision and Enhancing the Impact”, *The Counseling Psychologist*, vol. 47 (2), pp. 166–221. DOI: 10.1177/0011000019861.
4. Касымова Г. К. Интегративная модель преодоления стресса студента и преподавателя: коррекция отношений в образовательном, профессиональном и личностном взаимодействии // Вестник Национальной академии наук Республики Казахстан. 2019. № 3. С. 169–179.
5. Eley D.S., Leung J.K., Campbell N. & Cloninger C.R. (2017), “Tolerance of ambiguity, perfectionism and resilience are associated with personality profiles of medical students oriented to rural practice”, *Medical Teacher*, vol. 39, pp. 512-519. DOI 10.1080/0142159X.2017.1297530.
6. Корнилова Т. В. Ригидность, толерантность к неопределенности и креативность в системе интеллектуально-личностного потенциала человека // Вестник Московского университета. 2013. № 4. С. 36–47. (14. Психология).
7. Hein G., Morishima Y., Leiberg S., Sul S., E. Fehr E. (2019), “The brain’s functional network architecture reveals human motives”, *Science*, vol. 351 (6277). pp. 1074–1078. DOI 10.1126/science.aac7992.

8. Эриксон Э. Идентичность: юность и кризис. М. : Прогресс, 1996. – 344 с. ISBN 5-01-004479-X.

9. Han P.K., Schupack D., Daggett S., Holt C.T. & Strout T.D. (2015), “Temporal changes in tolerance of uncertainty among medical students: insights from an exploratory study”, *Medical Education Online*, vol. 20, pp. 285. DOI 10.3402/meo.v20.28285.

10. Долгова В. И., Кондратьева О. А., Сенчева Л. А. Модель педагогической коррекции конфликтного поведения студентов в образовательной среде колледжа // Концепт : научно-методический электронный журнал. 2018. № 9. С. 39–46. DOI 10.24422/МСИТО.2018.9.16650

11. Amirkhan J.H. (1990), “A factor analytically derived measure of coping: The Coping Strategy Indicator”, *Journal of Personality and Social Psychology*, vol. 59 (5), pp. 1066–1074. DOI 10.1037/0022-3514.59.5.1066.

12. Крюкова Т. Н. О методологии исследования и адаптации опросника диагностики совладающего (копинг) поведения // Психология и практика : сб. научн. трудов / отв.ред. В. А. Соловьева. Кострома : Изд-во КГУ им. Н. А. Некрасова, 2001. Вып. 1. С. 70–82.

13. Сорокова М. Методы математической статистики в психологии. Saarbrucken : Palmarium Academic Publishing, 2014. – 405 с. ISBN 978-3-659-98884-4.

14. Gol I. & Erkin O. (2019), “Association between cultural intelligence and cultural sensitivity in nursing students: A cross-sectional descriptive study”, *Collegian*, vol. 26, pp. 485–491.

15. Dimitrijevič A.A., Starčevič J. & Marjanovič Z.J. (2019), “Can ability emotional intelligence help explain intercultural effectiveness? Incremental validity and mediation effects of emotional vocabulary in predicting intercultural judgment”, *International Journal of Intercultural Relations*, vol. 69, pp. 102–109. DOI 10.1016/j.ijintrel.2019.01.005.

16. Lauriola M., Foschi R., Mosca O. & Weller J. (2016), “Attitude toward ambiguity: empirically robust factors in self-report personality scales”, *Assessment*, vol. 23, pp. 353–373. DOI: 10.1177/1073191115577188.

17. Liou K.T., Jamorabo D.S., Geha R.M., Crawford C.M., George P. & Schiffman F.J. (2019), “Foreign bodies: is it feasible to develop tolerance

for ambiguity among medical students through Equine-Facilitated learning?”, *Medical Teacher*, vol. 41, pp. 960–962. DOI 10.1080/0142159X.2019.1578876.

18. Corradini A., Antonietti A. (2019), “Mirror neurons and their function in cognitively understood empathy”, *Consciousness and Cognition*, vol. 22(3), pp. 52–61. DOI 10.1016/j.concog.2013.03.003.

19. Троицкая Е. А. Особенности эмпатии в поликультурной среде // Вестник Московского государственного лингвистического университета. Образование и педагогические науки. 2018. № 6 (814). С. 217–229.

20. Dolgova V.I., Belikov V.A. & Kozhevnikov M.V. (2019), “Partnership as a factor in the effectiveness of practiceoriented education of students”, *International Journal of Education and Practice*, vol. 2, pp. 78–87. DOI 10.18488/journal.61.2019.72.78.87.

V. I. Dolgova¹, O. A. Kondrat'yeva², P. M. Maslova³

¹ORCID No. 0000-0001-9059-5682

Professor, Doctor of Psychological Sciences,

Dean of the Faculty of Psychology,

South-Ural state Humanities-Pedagogical University,

Chelyabinsk, Russia.

E-mail: 23a12@list.ru

²ORCID No. 0000-0002-9204-2827

Docent, Candidate of Psychological Sciences,

Head of the Department of Theoretical and Applied Psychology,

South-Ural state Humanities-Pedagogical University,

Chelyabinsk, Russia.

E-mail: sobolevaova@cspu.ru

³ORCID No. 0000-0001-5912-2502

Master's student of the Faculty of Psychology,

South-Ural state Humanities-Pedagogical University,

Chelyabinsk, Russia.

E-mail: paulinemaslow@gmail.com

STUDY OF THE RELATIONSHIP BETWEEN TOLERANCE FOR UNCERTAINTY AND COPING STRATEGIES AMONG STUDENTS OF THE FACULTY OF PSYCHOLOGY

Abstract

Introduction. In current conditions, professional development does not have rigid boundaries, so students, in order to maintain the ability to compete and develop, independently model their professional route, in addition, they will have to overcome uncertainty in all areas of social life, cope constructively with stressful situations, which can be facilitated by tolerance to uncertainty as a personal characteristic. The goal is a theoretical substantiation and experimental verification of the relationship between tolerance for uncertainty and coping strategies among students of the Faculty of Psychology.

Materials and methods. The study of the relationship between uncertainty tolerance and coping strategies among students of the Faculty of Psychology includes three stages: search and preparatory, experimental, control and generalizing. Experimental base of the study: South-Ural state Humanities-Pedagogical University”, faculty of psychology (N = 17). The study was implemented using theoretical (analysis and modeling, generalization, goal setting) and empirical methods: ascertaining experiment, testing according to the following methods: (Badner uncertainty tolerance scale (adaptation by T.V. Kornilova, M.A. Chumakova); “Indicator coping-strategies” (D. Amirkhan); “Diagnosis of coping behavior in stressful situations” (S. Norman, D. F. Endler, D. A. James, adapted by T. L. Kryukova);

method of mathematical statistics: rank correlation criterion C. Spearman.

Results. The study revealed the predominance of the average level of tolerance and intolerance; tolerance at a high level and above average — not revealed. The majority of respondents showed an average level of dominance of the problem-solving strategy; the strategy of seeking social support is also at the middle level, which reflects the trend towards social mobility and the establishment of interpersonal relationships. Least of all respondents use the strategy of avoiding problems; emotion-oriented coping is predominant. The results of mathematical and statistical processing showed that a statistically significant correlation was established between tolerance/intolerance to uncertainty and indicators of coping strategies (orientation to emotions and problem solving).

Discussion. In the process of discussing the cognitive results of tolerance for uncertainty, its potential role in influencing the attitude of students towards the educational environment was revealed. Students who are tolerant of uncertainty can take an active part in social activities and can contribute not only to their own development, but also to the development of the educational organization. To achieve the necessary results in educational and social activities, it is necessary to take into account the level of stress tolerance.

Conclusion. The study showed the need to monitor students' tolerance for uncertainty with the subsequent use of its data in the process of modeling practical programs for transforming the educational environment. In the process of implementing

psychological and pedagogical programs, special attention should be paid to the study of tolerance, intolerance, coping strategies, stress resistance and take into account the determinants, personality characteristics, integral individuality, and mental characteristics of each student. This approach will allow psychology students to develop constructive coping strategies to overcome situations of uncertainty and stress.

Keywords: Tolerance; Intolerance; Uncertainty; Coping strategies; Stress; Students; Faculty of psychology.

Highlights:

The model for the formation of constructive coping strategies for students of the Faculty of Psychology to overcome situations of uncertainty consists of interrelated components: goals, objectives, formative interactions, methods used in formative work, results.

The phenomenon of tolerance for uncertainty is not yet sufficiently disclosed in the psychological and pedagogical literature, however. The available conclusions allow defining the basic concepts, characteristics, choosing methods for the ascertaining experiment, conducting exercises, games, conversations, solving situational problems.

The level of manifestation of constructive coping strategies among students of the Faculty of Psychology to overcome situations of uncertainty confirms the combination of both poles (tolerance and intolerance) with the predominance of one of them.

References

1. Jach H.K., Smillie L.D. (2019), “To fear or fly to the unknown: tolerance for ambiguity and Big Five personality traits”, *Journal of Research in Personality*, vol. 79, pp. 67–78. DOI 10.1016/j.jrp.2019.02.003
2. Caulfield M., Andolsek K., Grbic D. (2014), “Roskovensky L. Ambiguity tolerance of students matriculating to U.S. medical schools”, *Academic Medicine*, vol. 89, pp. 1526–1532. DOI 10.1097/ACM.0000000000000485.
3. Blustein D.L., Ali S.R. & Flores L.Y. (2019), “Vocational Psychology: Expanding the Vision and Enhancing the Impact”, *The Counseling Psychologist*, vol. 47 (2), pp. 166–221. DOI: 10.1177/0011000019861.
4. Kasymova, G.K. (2019), Integrativnaya model' preodoleniya stressa studenta i prepodavatelya: korrektsiya otnosheniy v obrazovatel'nom, professional'nom i lichnostnom vzaimodeystvii [Integrative model of overcoming student and teacher stress: correction of relations in educational, professional and personal interaction]. *Vestnik Natsional'noy Akademii Nauk Respubliki Kazakhstan*, 3, 169-179. (In Russian).
5. Eley D.S., Leung J.K., Campbell N. & Cloninger C.R. (2017), “Tolerance of ambiguity, perfectionism and resilience are associated with personality profiles of medical students oriented to rural practice”, *Medical Teacher*, vol. 39, pp. 512-519. DOI 10.1080/0142159X.2017.1297530.
6. Kornilova, T.V. (2013), Rigidnost', tolerantnost' k neopredelennosti i kreativnost' v sisteme intellektual'no-lichnostnogo potentsiala cheloveka [Rigidity, tolerance for uncertainty and creativity in the system of intellectual and personal potential of a person]. *Vestnik Moskovskogo universiteta*, 4, 36-47. (In Russian).
7. Hein G., Morishima Y., Leiberg S., Sul S., E. Fehr E. (2019), “The brain’s functional network architecture reveals human motives”, *Science*, vol. 351 (6277). pp. 1074–1078. DOI 10.1126/science.aac7992.
8. Erickson, E. (1996), Identichnost': yunost' i krizis [Identity: youth and crisis]. Progress, Moscow, Russia. ISBN. 5-01-004479-X (In Russian).
9. Han P.K., Schupack D., Daggett S., Holt C.T. & Strout T.D. (2015), “Temporal changes in tolerance of uncertainty among medical students: insights from an exploratory study”, *Medical Education Online*, vol. 20, pp. 285. DOI 10.3402/meo.v20.28285.

10. Dolgova V.I., Kondratieva O.A. & Sencheva L.A. (2018), *Model' pedagogicheskoy korrektsii konfliktnogo povedeniya studentov v obrazovatel'noy srede kolledzha* [Model of pedagogical correction of conflict behavior of students in the educational environment of the college], *Kontsept*, 9, 39–46. (In Russian). DOI 10.24422/MCITO.2018.9.16650. (In Russian).
11. Amirkhan J.H. (1990), “A factor analytically derived measure of coping: The Coping Strategy Indicator”, *Journal of Personality and Social Psychology*, vol. 59 (5), pp. 1066–1074. DOI 10.1037/0022-3514.59.5.1066.
12. Kryukova T.I. (2001), *O metodologii issledovaniya i adaptatsii oprosnika diagnostiki sovladayushchego (koping) povedeniya* [On the methodology of research and adaptation of the questionnaire for the diagnosis of coping (coping) behavior], *Sbornik nauchnykh trudov “Psikhologiya i praktika”* [Collection of scientific papers “Psychology and practice”], Izdatel'stvo Kostromskogo gosudarstvennogo universiteta imeni N. A. Nekrasova, Kostroma, no. 1, pp. 70–82. (In Russian).
13. Sorokova M. (2014), *Metody matematicheskoy statistiki v psikhologii* [Methods of mathematical statistics in psychology], Palmarium Academic Publishing, Saarbrucken. ISBN 978-3-659-98884. (In Russian).
14. Gol I. & Erkin O. (2019), “Association between cultural intelligence and cultural sensitivity in nursing students: A cross-sectional descriptive study”, *Collegian*, vol. 26, pp. 485–491.
15. Dimitrijevič A.A., Starchevič J. & Marjanovič Z.J. (2019), “Can ability emotional intelligence help explain intercultural effectiveness? Incremental validity and mediation effects of emotional vocabulary in predicting intercultural judgment”, *International Journal of Intercultural Relations*, vol. 69, pp. 102–109. DOI 10.1016/j.ijintrel.2019.01.005.
16. Lauriola M., Foschi R., Mosca O. & Weller J. (2016), “Attitude toward ambiguity: empirically robust factors in self-report personality scales”, *Assessment*, vol. 23, pp. 353–373. DOI 10.1177/1073191115577188.
17. Liou K.T., Jamorabo D.S., Geha R.M., Crawford C.M., George P. & Schiffman F.J. (2019), “Foreign bodies: is it feasible to develop tolerance for ambiguity among medical students through Equine-Facilitated learning?”, *Medical Teacher*, vol. 41, pp. 960–962. DOI 10.1080/0142159X.2019.1578876.

18. Corradini A., Antonietti A. (2019), “Mirror neurons and their function in cognitively understood empathy”, *Consciousness and Cognition*, vol. 22(3), pp. 52–61. DOI 10.1016/j.concog.2013.03.003.

19. Troitskaya E.A. (2018), *Osobennosti empatii v polikul'turnoy srede* [Features of empathy in a multicultural environment], *Vestnik Moskovskogo gosudarstvennogo lingvisticheskogo universiteta*, 6 (814), 217–229.

20. Dolgova V.I., Belikov V.A. & Kozhevnikov M.V. (2019), “Partnership as a factor in the effectiveness of practiceoriented education of students”, *International Journal of Education and Practice*, vol. 2, pp. 78–87. DOI 10.18488/journal.61.2019.72.78.87.

Статья поступила в редакцию 22.12.2022; одобрена после рецензирования 26.12.2022; принята к публикации 26.12.2022.

The article was submitted 22.12.2022; approved after reviewing 26.12.2022; accepted for publication 26.12.2022.

