

# ТОЛЕРАНТНІСТЬ ДО НЕВИЗНАЧЕНОСТІ ТА ПСИХОЛОГІЧНИЙ КАПІТАЛ ОСОБИСТОСТІ: ЩО СПІЛЬНОГО?

*Н. А.Скрипка, С. І. Бабатіна*

Херсонський державний університет, [2014.natasha65@gmail.com](mailto:2014.natasha65@gmail.com)

[svetababatina@gmail.com](mailto:svetababatina@gmail.com)

**Актуальність теми.** В сучасному світі дуже швидко змінюються умови життя: економічна криза, пандемія Covid-19, закриття кордонів, втрата роботи – спричиняють невизначеність в житті людини. Невміння впоратись зі складнощами та проблемами, з тими, переважно, невизначеними ситуаціями, що виникли з роботою чи у відносинах, ведуть до постійного проживання стресу. Сучасні суспільні умови життя спричиняють як зовнішню так і внутрішню невизначеність, некерованість, нестабільність в особистому житті людини.

Щоб упоратись з недетермінованими обставинами життя, сучасній людині потрібен весь запас її психологічного капіталу, певних психологічних якостей, які допоможуть їй, за недостатністю інформації і в обмежений час, прийняти рішення, що до зміни ситуації або власної трансформації та особистісного розвитку, для підтримки свого психологічного благополуччя.

Для більшості людей психологічне благополуччя – це стабільність життя, передбачуване, заплановане майбутнє, яке людина може контролювати та змінювати за своїм бажанням, воно ототожнюється з суб'єктивним відчуттям щастя та задоволеністю життям. Непередбачуваність в повсякденному житті, для більшості людей, не дає можливості відчувати радість та повноцінність життя і реалізовувати себе та свої здібності.

Невизначеність – це факт в житті сучасної молоді та стан, який передбачає постійну готовність до дій, до боротьби за можливість подальшого розвитку та реалізації свого потенціалу, за своє як психологічне, так і матеріальне благополуччя. А толерантність до невизначеності передбачає особистісну активність люди в умовах змін.

Толерантність до невизначеності, як особистісний конструкт людини, її особистісний ресурс, сприяє як психологічному так і фізичному подоланню ситуацій невизначеності, що виникають в життєвих планах особистості. Толерантність до невизначеності: допомагає прийняття майбутньої, нової ситуації, що вбудовується в плани особистості та стає невід'ємною частиною еволюції людини; є фактором адаптації та свідомої зміни свого життя та підтримки свого соціально-психологічного благополуччя на належному рівні; важливий чинник в арсеналі сучасної молоді для реалізації та досягнення своєї професійної та особистісної мети.

Вивченням та розкриттям конструкту толерантність до невизначеності та його психологічних складових займалися такі дослідники: С.Бендер, Т.Корнілова, О.Луковицька, Д.МакЛейн, Р.Нортон, Є.Осін, Е.Френкель-Брунsvік та інші. Науковці розглядали толерантність до невизначеності у взаємозв'язку: з іншими психологічними особистісними конструктами особистості, з мотиваційною сферою, з адаптацією до соціальних змін, з психологічним благополуччям, зі сферами діяльності людини тощо.

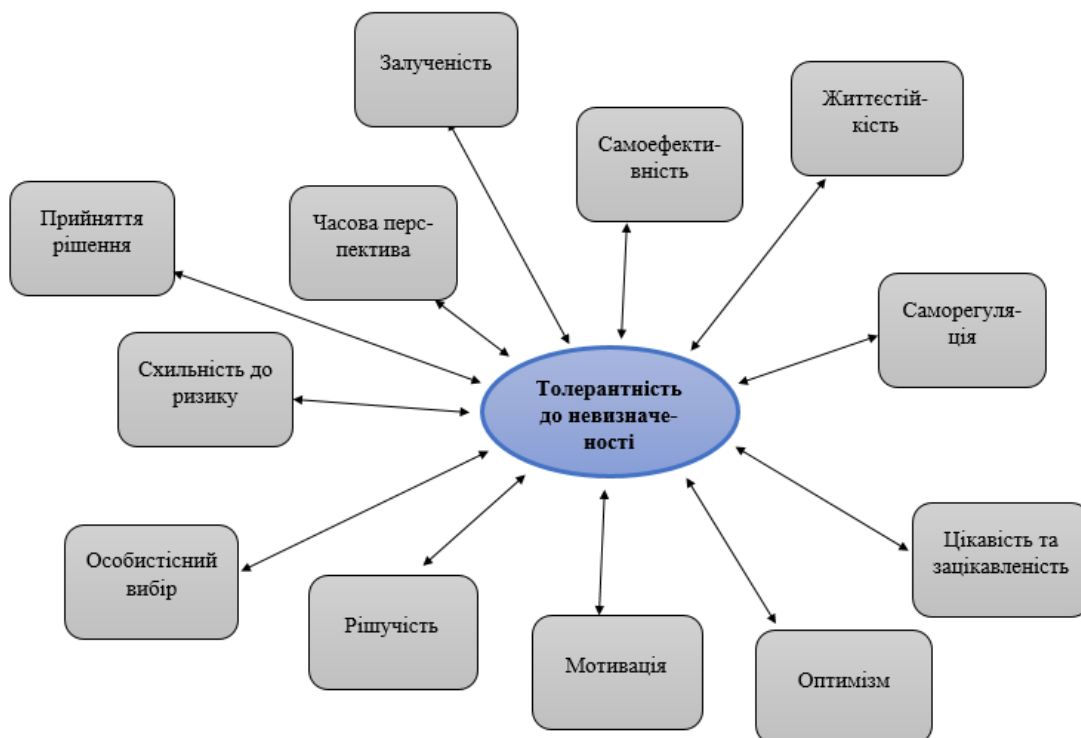
**Мета статті:** Теоретичний аналіз досліджень вчених за порушеною проблемою.

**Виклад основного матеріалу.** Вперше термін «Толерантність до невизначеності» був використаний Е. Френкель-Брунsvік у 1948 році у її статті «Tolerance toward ambiguities' personality variable». Вона розглядає цей конструкт як особистісну властивість – перцептивну та емоційну, в контексті реакцій сприйняття одних людей іншими і різницею в цьому сприйнятті [5].

В подальшому вчені розглядали толерантність до невизначеності як особистісну рису, яка дає можливість людині зрозуміти та прийняти «невизначеність» і, використовуючи певні свої особистісні якості, подолати ті внутрішні протиріччя, що виникають суперечливих ситуаціях; як модель поведінки; як активність людини в умовах, що потребують змін; як складову структури особистісного потенціалу тощо.

Сучасні дослідники та науковці розглядають толерантність до невизначеності як індивідуальні відмінності, що передбачають певні реакції (короткострокові та довгострокові) на різноманітні актуальні життєві ситуації чи події. Толерантність до невизначеності у сучасної молоді передбачає певні особистісні якості, які спонукають та допомагають особистості відновити свій психологічний стан від зіткнення з певними недетермінованими обставинами, до попереднього стану чи навіть покращити його.

Особистісні конструкти особистості, які можливо розглядати у зв'язку з толерантністю до невизначеності: життєстійкість, саморегуляція, самоефективність, залученість, занятість, цікавість та зацікавленість, оптимізм, мотивація, прийняття рішення, особистісний вибір, наявність часової /життєвої перспективи, рішучість, схильність до ризику тощо. Що є беззаперечним капіталом особистості, а отже її психологічним капіталом як функціональний ресурс.



**Рис.1 – «Толерантність до невизначеності» (авторська розробка, на ґрунті теоретичних розвідок)**

Життєстійкість, самоефективність, оптимізм, надія – є аспектами психологічного капіталу людини, її загального ресурсного стану. З огляду на складену схему та проаналізовані доробки вчених за порушеною темою, можемо стверджувати, що означені особистісні конструкти дозволяють у сучасному динамічному і стресовому світі бути «толерантним до невизначеності», а отже – адаптивним, відкритим до нових знань та умінь, змінених умов життя і праці, самоорганізованості, особливостей комунікування тощо. У міркуваннях порушеної теми, розглядаємо «життєстійкість» як особистісну властивість особистості, що дозволяє долати стресові ситуації у сьогодення, бути залученою до справи, контролювати діяльність (власну, професійну, побутову, особистісну) та готовність прийняти ризик у нових обставинах і умовах життя. Високий рівень життєстійкості, як адаптивного механізму особистості, дозволить бути ефективним та самоефективним у виконуваний діяльності – чи то навчальній, чи то професійній.

Теоретичний аналіз досліджень життєстійкості свідчить, що вона є психологічним ресурсом особистості, її потенціалом. Життєстійкість це система переконань людини про себе, про світ, про взаємовідносини з ним, які дозволяють їй як витримувати так і долати невизначені та стресові ситуації. Життєстійкість включає такі компоненти як: залученість, контроль, прийняття ризику. Залученість в процес життя дає впевненість людині у собі, у сприйнятті нею своєї здатності успішно діяти в різних ситуаціях. Контроль значущих подій свого життя дозволяє впевнитися в тому, що людина може впливати на невизначені та стресові ситуації, на протиположний стану безпорадності чи пасивності. Прийняття ризику, виклику життя – це потенційні можливості життєвих змін, рух і розвиток особистості в соціально-психологічному просторі. Життєстійкість – це запорука психологічного благополуччя особистості, це ресурс, який спряє соціально-психологічній адаптації людини, це «можливість особистості витримати стресову ситуацію, зберігаючи внутрішню збалансованість, не знижуючи успішності діяльності» [4].

Концепція самоефективності ґрунтується на соціально-когнітивній теорії А. Бандури. На його думку самоефективність це «переконання людини відносно його здатності керувати подіями, що впливають на її життя» [2]. Вчений визначає самоефективність як «переконання людини щодо її здатності управляти подіями, що впливають на її життя» та вважає самоефективність ключовою детермінантою поведінки людини [3].

Вчені розглядають оптимізм як фактор подолання стресових ситуацій, як чинник навчального та професійного процесу тощо. В структурі психологічного капіталу, оптимізм – це не тільки очікування позитивного розвитку подій, але й функція інтерпретації, пояснення зовнішніх/внутрішніх причин перебігу бажаних позитивних та негативних подій. Дві якості оптимізму – реалістичність та гнучкість, роблять його ефективним у самодисципліні, аналізі минулих та майбутніх рішень, плануванні бажаного майбутнього з урахуванням суперечливих, непередбачуваних подій чи ситуацій. Оптимізм сприяє позитивній інтерпретації подій, що виникають непередбачено, та спонукає пошуку і прогнозу позитивного перебігу подій.

Термін «часова перспектива», за визначенням вчених, це когнітивна здатність людини передбачати та прогнозувати майбутнє та уявляти себе в цьому майбутньому; це сукупність уявлень людини, в даний момент часу, про своє психологічне минуле та психологічне майбутнє. Ці уявлення набувають потенціал, який спонукає людину до дії та визначає особливості її поведінки в досягненні мети. Деякі вчені замість терміну «часова перспектива», використовують термін «життєва перспектива» та розглядають її як «цілісну картину майбутнього в складному та суперечливому взаємозв'язку програмованих та очікуваних подій» [1]. Використовуючи свій психологічний капітал, особистість вбудовує непередбачувану ситуацію в теперішньому в картину свого майбутнього, що робить ситуацію керованою, а життя прогнозованим та очікуваним.

Таким чином, толерантність до невизначеності є індивідуальною відмінністю, описує яким чином людина реагує на інформацію, як її обробляє

та інтерпретує, спонукає до активних дій в досягненні своєї мети. Досліджувана властивість пов'язана з іншими особистісними психологічними конструктами особистості, які перманентно допомагають підтримувати психологічне благополуччя людиною. Увесь проаналізований комплекс особистісних конструктів, а саме: життєстійкість, часова перспектива, оптимізм, самоефективність – дозволяють бути особистості у сучасному світі «толерантною до невизначеності» та високо адаптивною у швидкісному інфодемійному світі.

#### **Література:**

1. Головаха Е. И. Жизненная перспектива и профессиональное самоопределение молодежи: монография. К.: Наукова думка, 1988. 144 с.
2. Гордеева Т.О. Психология мотивации достижения. М. : Смысл; Академия, 2006. 336 с.
3. Bandura, A. Self-Efficacy Mechanism in Human Agency. American psychologist, 1982. Vol. 37, No. 2, P. 122-147.
4. Leont'ev D. A., Rasskazova E. I. Test zhiznestojkosti. М.: Smysl, 2006. 63 с.
5. Frenkel-Brunswik E. Tolerance toward ambiguity as a personality variable. American Psychologist, 1948. № 8. P. 268.