

УДК 316.62:159.923

*Л. Березовська, к. психол. н., доц., доц. каф. (ORCID 0000-0002-5972-7883)
Український католицький університет*

ТОЛЕРАНТНІСТЬ ДО НЕВИЗНАЧЕНОСТІ ТА ПСИХОЛОГІЧНЕ БЛАГОПОЛУЧЧЯ МОЛОДІ

У статті розглянуто теоретико-емпіричний аналіз толерантності до невизначеності та психологічного благополуччя молоді. Проаналізовано сучасні наукові підходи до розуміння феноменів толерантності / інтолерантності до невизначеності та психологічного благополуччя, окреслено їх взаємозв'язок. Емпіричне дослідження проведено серед студентської молоді ($n = 200$) з використанням опитувальників IUS-12 (Carleton RN, адапт. Громова Г.М., 2022) та «Шкали психологічного благополуччя» С. Ryff (адапт. García D. та ін., 2023). Отримані результати засвідчили обернені кореляційні зв'язки між інтолерантністю до невизначеності та показниками психологічного благополуччя (самоприйняттям і особистісним зростанням). Виявлено, що вищий рівень тривоги та інтолерантності до невизначеності пов'язаний із нижчим рівнем позитивного ставлення до себе й гальмуванням особистісного розвитку. Підкреслено роль толерантності до невизначеності як ресурсу психологічної адаптації, гнучкості та стресостійкості молоді в умовах воєнного часу.

Ключові слова: толерантність до невизначеності, інтолерантність до невизначеності, психологічне благополуччя, самоприйняття, особистісне зростання, молодь, тривога.

Вступ. Сучасні виклики для українців (повномасштабне вторгнення [12], пандемія COVID-19 [27; 29], соціально-економічні зміни [36], техно-логічний прогрес) створюють постійне середовище невизначеності, до якого молодь має адаптуватися. Нездатність переносити невизначеність асоціюється зі зростанням тривожності, депресії та зниженням психологічного благополуччя [29].

Толерантність до невизначеності визначається як здатність особистості конструктивно справлятися з відсутністю надійної, достовірної або адекватної інформації [25]. Розглядається як позитивна характеристика, що сприяє благополуччю та задоволеності [19], пом'якшує негативний вплив стресових подій, як чинник трансформації травматичного досвіду інформації [5]. Толерантність до невизначеності виступає ключовим психологічним ресурсом для

адаптації та підтримки ментального здоров'я, особливо серед молоді [32]. Інтолерантність до невизначеності пов'язана з тривожними розладами, надмірним хвилюванням та депресивною симптоматикою [16].

Психологічне благополуччя є комплексним конструктом, що включає емоційне, когнітивне та соціальне функціонування, задоволеність життям, відсутність психічних розладів, а також наявність таких позитивних аспектів, як сенс життя, цілеспрямованість та позитивні відносини [15; 34]. Благополуччя можна схарактеризувати як інтегральне соціально-психологічне утворення, яке містить когнітивну (задоволеність життям) та афективну (щастя) складові, є заснованим на активності та визначається як психологічна винагорода за виявлену соціальну активність. В структуру

психологічного благополуччя входить шість складових: позитивні стосунки, наявність мети в житті, самосприйняття, особистісне зростання, автономія, управління оточенням [1].

Аналіз останніх досліджень та публікацій. *Психологічний аналіз толерантності / інтолерантності до невизначеності.* В результаті аналізу наукової літератури визначено, що дослідження толерантності / інтолерантності до невизначеності має тривалу історію і має витоки від початку робіт І. Френкель-Брунsvік [22; 23].

А. Гусев вирізняв чотири етапи у дослідженні толерантності до невизначеності як психологічного конструкту [7].

Початок дослідження толерантності до невизначеності у 1950-х роках тривав до початку 1970-х років. За цей період появився перший опитувальник О'Коннора (1952 р.), роботи С. Бандера (1962 р.), в яких запропоновано шкалу толерантності до невизначеності, що актуальною є до цього часу. В цей період С. Бочнером (1965 р.) системно представлені характеристики інтолерантності до невизначеності особистості.

Впродовж 1970-1980 рр. поживався інтерес до природи конструкту та пошуку зв'язків з іншим конструктами, а саме: сприйманням гумору, віковими особливостями, самоактуалізацією, локус контролю, догматизму тощо. А також з'явилися нові вимірювальні шкали толерантності до невизначеності.

Впродовж 1980-1990 рр. – зниження цікавості до конструкту. В основному досліджується у соціальній та віковій психології, а також розширення географії досліджень. А також появляється психодіагностичний інструментарій: шкала Вігано ля Роса, шкала толерантності до невизначеності / інтолерантності до невизначеності.

З 1990 р. по даний час – підвищення інтересу, значна кількість досліджень

винятково мають практичну орієнтацію (толерантність до невизначеності в процесі підготовки бізнесменів, менеджерів, медичних та педагогічних працівників, студентів, у зв'язку з креативністю, дивергентним мисленням, сном, політичними орієнтаціями, у ефективному консультуванні, як чинника благополуччя людини). Актуальними стали дослідження толерантності до невизначеності в рамках нейропсихологічного підходу. Особливий інтерес проявляється в останні роки у нашій країні в умовах невизначеності, що породжені війною.

Термін «толерантності до невизначеності» («tolerance for ambiguity») у психологічній науці почали використовувати у 1948 році, який Е. Френкель-Брунsvік визначила як ставлення до ситуації, неоднозначної, динамічної, невідомої тощо (1948 р.). У 1949 році авторка визначила, що толерантність до невизначеності є емоційною та перцептивною особистісною властивістю. Р. Нортон визначає її тенденція сприймати інформацію, що є неоднозначною, як різновид психологічного дискомфорту або загрози. А також виокремлює вісім різних категорій, які вказують на невизначеність: множинність суджень; неповнота, неточність та фрагментарність; вірогідність; неструктурованість; дефіцит інформації; ненадійність; суперечливість та несумісність; незрозумілість [13]. Г. Громова зазначає, що толерантність до невизначеності є властивістю «особистості сприймати непередбачуваність, неоднозначність та складність ситуації нейтрально або позитивно та зберігати здатність реагувати на неї проактивно» [5, с. 50].

Толерантність до невизначеності як базову рису особистості розглядали Е. МакДоналд, С. Баднер, У. Сіданіус та розуміли її як загрозу, яка сприймається людиною як основа ідентифікації

тенденцій відносно до невизначених стимулів. Тобто є тенденцією сприймати невизначені ситуації як бажані. Інтолерантність до невизначеності це сприйняття неоднозначних, суперечливих ситуацій як джерела загрози. Ознаками невизначеної ситуації за С. Бандером є: новизна (нова ситуація, в якій досвіду проживання не існує); складність (складна ситуація з великою кількістю складових); невирішеність (різні елементи ситуації породжують суперечливі інтерпретації).

Аналізуючи толерантність до невизначеності С. Бандер, вважав, що люди на феноменологічному та операційному рівнях реагують на ситуації невираженості. До феноменологічного рівня відноситься сприйняття, оцінка та почуття, яке описується як «феноменологічне заперечення» або «феноменологічне придушення». Реакції є двох типів: перший проявляється у механізмі витіснення і заперечення; другий – у підвищенні тривоги і почутті дискомфорту. До операційного рівня відноситься поведінка та діяльність, що спрямована на зовнішню соціальну та предметну реальність. Він може бути представлений як «операційне заперечення» (проявляється як реконструктивна або деконструктивна поведінка) або «операційне придушення» (має вигляд як поведінка уникання) [5].

Психологічні підходи до феномену благополуччя людини. Термін «психологічне благополуччя» у науковому обігу визначається як «суб'єктивне відчуття щастя та загальної задоволеності життям» [17]. У «Психологічному словнику Американської психологічної асоціації» благополуччям вважається «стан щастя і задоволеності з низьким рівнем переживання дистресу, загальним хорошим фізичним та психічним

здоров'ям, світоглядом, або хороша якість життя назагал» [35].

Дослідження благополуччя людини у психології має тривалу історію, беручи свої витoki у філософії. Традиційно благополуччя розглядається у двох підходах: гедоністичному та евдомоністичному. Гедоністичний напрям розглядає благополуччя як прагнення людини отримати насолоду від життя, що є сенсом та метою. В евдомоністичному напрямі – як зусилля зрозуміти сенс життя та реалізувати себе як повноцінну функціонуючого індивіда.

Початок використання терміну благополуччя пов'язаний з іменем Norman M. Bradburn, який у 1969 році опублікував працю «The Structure of Psychological well-being». Науковець розглядав благополуччя як баланс позитивного та негативного афектів, які виникають як відповідь на події, зовнішні стосовно людини [1; 17].

Ed Diener ввів поняття суб'єктивного благополуччя, досліджуючи психологічні фактори впливу на нього, а також запропонував концептуальну модель з трьох основних компонентів: задоволеність життям (рефлексивна оцінка індивідом якості свого життя загалом або в окремих сторонах свого життя) як когнітивний компонент, позитивний афект (позитивні емоції – радість, гордість, любов) та негативний афект (негативні емоції – смуток, тривога, гнів) як емоційні компоненти [1; 20].

Подальші дослідження благополуччя розширила С. Ryff, яка на основі теоретичних концепцій, орієнтованих на дослідження позитивного психологічного функціонування особистості, розробила інтеграційну, багатовимірну модель психологічного благополуччя, як «модель позитивного особистісного функціонування» [1; 28]. Авторкою запропоновано модель, яка складається з шести

компонентів: самоприйняття, цілі в житті, компетентність, особистісне зростання, позитивні відносини з іншими та автономність [1; 28]. С. Ryff розроблено психометричний інструментарій для вимірювання психологічного благополуччя, який має задовільні психометричні властивості.

В рамках позитивної психології було продовжено дослідження благополуччя Martin E. P. Seligman, який наголошував на тому, що необхідно вивчати позитивні якості. На початку концептуалізації позитивної психології було виділено три основні компоненти благополуччя: позитивні суб'єктивні переживання, позитивні індивідуальні риси та позитивні інституції [30], обмеження якої спонукали до удосконалення моделі. Тоді автором було запропоновано модель PERMA, яка розглядалася як процвітання та включала п'ять компонентів: позитивні емоції, залученість, стосунки, смисл та досягнення [31].

В українській психології дослідження благополуччя в основному зосереджені на визначенні характеристик, що детермінують його переживання. В останні роки виконано дисертаційні дослідження з визначення психологічних чинників суб'єктивного благополуччя студентів з Китаю [2], з обмеженими можливостями здоров'я [6], підлітків в умовах спеціалізованої школи-інтернату [8], індивідуально-особистісних детермінант суб'єктивного благополуччя майбутніх психологів [11], соціально-психологічних чинників суб'єктивного благополуччя пенсіонерів Горбаль І. С. [3], ресурси та чинники [9] та інші.

Українською дослідницею О. Гринів синтезовано різні групи підходів (гедоністичні та евдомоністичні теорії, концепцію позитивного особистісного функціонування тощо) та запропоновано власну модель психологічного благополуччя. Ця модель побудована на двох

вимірах, які передбачають полярність параметрів. Так, вісь ОХ представляють діаметрально протилежні параметри «збереження рівноваги» (спокій, гармонія) та «розвиток» (рух, реалізація); вісь ОУ – з полюсами «суб'єктивні переживання особистості» (задоволення / незадоволення власним життям) та «об'єктивні досягнення» (життєвий успіх, що є матеріалізованим у доступній для сприйняття іншими формами) [4].

Взаємопов'язаність толерантності / інтолерантності до невизначеності та психологічного благополуччя. У сучасних психологічних дослідженнях показано взаємозалежність між толерантністю / інтолерантністю до невизначеності та складовими психологічного благополуччя, психічного здоров'я. Так, вищий рівень інтолерантності до невизначеності корелює з підвищеною тривожністю, частішими проявами занепокоєння, більш вираженою депресивною симптоматикою як у дорослих, так у підлітків та юнаків [16]. Прямий зв'язок інтолерантності до невизначеності та погіршення психічного здоров'я часто опосередковується когнітивно-афективними процесами: катастрофізація, унікальні поведінкові патерни (уникнення). Непереносимість невизначеності була тісно пов'язана з тривогою, помірно пов'язана з нав'язливими/компульсивними станами та слабо пов'язана з панічними відчуттями [21]. В той же час виділяють, що психологічна гнучкість послаблює негативні наслідки, спричинені тривогою.

Толерантність до невизначеності пов'язана з вищою психологічною гнучкістю, адаптивними копінг-стратегіями та нижчими показниками загального стресового навантаження та суб'єктивним благополуччям в умовах воєнного часу [12]. Модераційними ефектами між толерантністю до невизначеності та психологічним

благополуччям виступають військовий досвід, соціальна підтримка, резильєнтність, демографічні чинники (вік, стать). Є психологічним ресурсом суб'єктивного благополуччя студентської молоді; прогностичними детермінантами виступають: надання переваги невизначеності, відкритість до невизначеності та її прийняття, позитивне ставлення до невизначених ситуацій та складних завдань [10].

Мета дослідження – визначення впливу толерантності до невизначеності на психологічне благополуччя молоді.

Методика дослідження. Методика дослідження включала декілька взаємопов'язаних етапів: 1) теоретичний аналіз наукової літератури з проблем толерантності / інтолерантності до невизначеності, психологічного благополуччя; 2) емпіричне дослідження прояву толерантності до невизначеності та психологічного благополуччя молоді; 3) статистична обробка та аналіз отриманих результатів. Під час опису психологічних понять «толерантність / інтолерантність до невизначеності», «психологічне благополуччя» використовувалися методи теоретичного аналізу літератури, порівняння теоретичних концепцій. В процесі емпіричного дослідження застосовувалися методики: «Шкала інтолерантності до невизначеності» (IUS-12) (Carleton RN, адапт. Громова Г.) [5], за якою визначено загальний показник інтолерантності до невизначеності, а також рівень прояву гнітючої та прогностичної тривоги як її компонентів; «Шкала психологічного благополуччя» С. Ryff (адапт. Garcia D., Kazemitabar M., Asgarabad M.H.) [24], за якою визначено такі компоненти: самоприйняття, цілі в житті, компетентність, особистісне зростання, позитивні відносини з іншими та автономність. Зазначений психо-

діагностичний інструментарій дозволяє дослідити визначені психологічні феномени, має задовільні психометричні властивості. Для статистичної обробки та аналізу отриманих даних використано програму IBM SPSS, застосовано наступні методи математичного аналізу: порівняння показників груп, кореляційний аналіз.

Дослідження здійснено за допомогою Інтернет-ресурсів з використанням гугл-форм серед студентів закладів вищої освіти різних регіонів України, що значно спростило процедуру підготовки та проведення опитування. Текст кожного опитувальника було подано в окремому розділі форми та оформлено наступним чином: в заголовку наведено назву опитувальника, опис інструкції для досліджуваних, далі розміщено тестові питання. В опитуванні взяли участь 200 досліджуваних, з них 94 особи (47%) чоловічої статі, 106 осіб (53%) жіночої, що вказує на рівномірність вибірки за статевою ознакою. Віковий склад досліджуваної групи від 16 до 23 років: 16-18 років – 68 осіб (34%), 19-20 років – 60 осіб (30%) та 21-23 роки – 72 особи (36%). В дослідженні взяли участь студенти різних спеціальностей: 77 осіб (38.5%) отримували освіту за спеціальностями «комп'ютерні науки», «енергетична галузь», «прикладна математика», «архітектура», «географія»; 61 особа (30,5%) – за спеціальностями «економіка», «облік і оподаткування», «менеджмент (та суміжні)», «міжнародні відносини», «готельно-ресторанна справа; та 62 особи (31%) – за спеціальностями «психологія», «право», «соціальна робота», «соціальне забезпечення», «хімія», «біологія», «філологія».

Результати дослідження та їх обговорення. Надійність шкал опитувальників з'ясовано на основі застосування коефіцієнта альфа Кронбаха (табл. 1)

Табл. 1. Показники надійності шкал

Методика, шкали	Кількість елементів	α
IUS-12		
Гнітюча тривога	7	.754
Прогностична тривога	5	.786
«Шкала психологічного благополуччя» С. Ryff		
самоприйняття	3	.714
цілі в житті	3	.337
компетентність	3	.543
особистісне зростання	3	.725
позитивні відносини з іншими	3	.533
автономність	3	.550

Обидві шкали опитувальника IUS-12 [5] мають задовільну надійність (.754 та .786), що відповідає показникам адаптації тесту, зробленого Г. Громовою [5]. Шкали «самоприйняття» та «особистісне зростання» опитувальника «Шкала психологічного благополуччя» С. Ryff [24] також мають задовільну надійність (.714 та .725 відповідно). Інші шкали мають нижчий рівень надійності, що вказує на сумнівну узгодженість між питаннями та ненадійність. Оскільки не всі шкали психологічного благополуччя є надійними, то для подальшого аналізу застосовувалися тільки два компоненти: самоприйняття та особистісне зростання.

Перевірка даних на нормальність за тестами Колмогоро-Смірнова та Шапіро-

Уїлка, гістограмами показав про те, що отримані дані не демонструють нормального розподілу. Це стало основою для порівняння показників толерантності до невизначеності, психологічного благополуччя за статевою ознакою за використання непараметричних методів дослідження (критерій Мана-Уїтні), а також для визначення кореляційних зв'язків за критерієм Спірмена.

Середні значення, стандартні відхилення, Медіана, Мода показників толерантності до невизначеності за статевою ознакою, а також результати відмінностей (за критерієм Мана-Уїтні) представлено у таблиці 2.

Табл. 2. Показники інтолерантності до невизначеності у групах за статевою ознакою (1 група (90 осіб) – чоловіча стать, 2 група (100 осіб) – жіноча стать)

Шкали	Гнітюча тривога		Прогностична тривога		Інтолерантність до невизначеності	
	1 група	2 група	1 група	2 група	1 група	2 група
M $\pm$ SD	14.70 $\pm$ 4.01	15.42 $\pm$ 4.15	22.37 $\pm$ 5.02	23.26 $\pm$ 4.12	37.07 $\pm$ 7.94	38.68 $\pm$ 7.02
Me	14.50	16.00	22.00	24.00	37.00	39.00
Mo	13.00	18.00	18.00	21.00	32.00	36.00
Mann-Whitney U	3944.000		3946.500		3852.000	
Wilcoxon W	8039.000		8041.500		7947.000	
Z	-1.473		-1.466		-1.714	
Asymp. Sig. (2-tailed)	.141		.143		.087	

Як зазначено в таблиці 2 значимих відмінностей за показниками інтоле-

рантності до невизначеності між групами різної статі не виявлено. Проте, у дівчат

показники як гнітючої, так і прогностичної тривоги, а також загальний показник інтолерантності до невизначеності є вищими. Це вказує на те, що дівчата частіше усвідомлюють своє очікування та переконання щодо майбутнього та невизначених ситуацій, а також сильніше відчують на тілесному та емоційному рівні ситуації, які є для них невизначеними. Наші дослідження

показують вищі показники інтолерантності до невизначеності за всіма шкалами, ніж у дослідженні А. Трофімова та В. Заболотної [33].

Середні значення, стандартні відхилення, Медіана, Мода показників шкал психологічного благополуччя за статевою ознакою, а також результати відмінностей (за критерієм Мана-Уїтні) представлено у таблиці 3.

Табл. 3. Показники шкал психологічного благополуччя у групах за статевою ознакою (1 група – чоловіча стать, 2 група – жіноча стать)

Шкали	Самоприйняття		Особистісне зростання	
	1 група	2 група	1 група	2 група
M±SD	8.08±2.10	7.84±2.08	14.09±2.10	14.22±2.91
Me	8.00	8.00	14.00	15.00
Mo	7.00	8.00	13.00	17.00
Mann-Whitney U	4203.500		4232.500	
Wilcoxon W	9253.500		8327.000	
Z	-.792		-.713	
Asymp. Sig. (2-tailed)	.428		.476	

Як зазначено в таблиці 3 значимих відмінностей за шкалами «самоприйняття» та «особистісне зростання» психологічного благополуччя між групами різної статі не виявлено. Середні значення, значення Медіани та Моді є практично рівними.

Хоч відмінностей на статистично значимому рівні не визначено, проте ми надаємо та проаналізуємо результати кореляційного аналізу окремо за групами, що виділено за статевою ознакою (табл. 4).

Табл. 4. Результати кореляційного аналізу (1 група – чоловіча стать, 2 група – жіноча стать)

Шкали		1 група		2 група	
		Самоприйняття	Особистісне зростання	Самоприйняття	Особистісне зростання
Прогностична тривога	r_s	-.359**	-.190	-.038	-.125
	Знач. (2стор.)	.001	.073	.709	.215
Гнітюча тривога	r_s	-.382**	-1.199	-.367**	-.398**
	Знач. (2стор.)	.000	.060	.000	.000
Інтолерантність до невизначеності	r_s	-.421**	-.213*	-.218*	-.297**
	Знач. (2стор.)	.000	.043	.029	.003

Отримані дані кореляційного аналізу групи хлопців вказують на

обернену взаємозалежність між самоприйняттям та прогностичною

тривогою ($r = -.359, p = .001$), та гнітючою тривогою ($r = -.382, p = 0$), а також із загальним показником інтолерантності до невизначеності ($r = -.421, p = 0$). Тобто з підвищенням тривоги як на когнітивному рівні, так і тілесно-емоційному, тобто з підвищенням інтолерантності до невизначеності, погіршується сприйняття та ставлення себе, до свого минулого, впевненості у собі.

Щодо групи дівчат, то виявлено взаємозалежності між гнітючою тривогою та самоприйняттям ($r = -.367, p = 0$), та особистісним зростанням ($r = -.398, p = 0$). А також між загальним показником інтолерантності до невизначеності та самоприйняттям ($r = -.367, p = 0$), та особистісним зростанням ($r = -.297, p = .003$). Тобто з підвищенням тривоги на тілесно-емоційному, з підвищенням нетерпимості до невизначеності погіршується сприйняття та ставлення до себе та свого минулого, зниження можливостей реалізації своїх задумів, бажань та планів. Наші дослідження показують зворотні взаємозалежності шкал інтолерантності до невизначеності та шкал психологічного благополуччя, що відповідає результатам, отримані Г. Чуйко, Я. Чаплаком, Т. Колпуновичем [14], І. Коробко [10], але суперечить результатам дослідження А. Трофімова та В. Заболотної [33].

Висновки. У ході теоретичного та емпіричного дослідження встановлено, що толерантність до невизначеності є важливим психологічним ресурсом, який забезпечує адаптацію особистості до змінних умов життя та сприяє збереженню психологічного благополуччя молоді. Зокрема, інтолерантність до невизначеності виявляє негативні кореляції з показниками самоприйняття та особистісного зростання, що свідчить про її деструктивний вплив на внутрішню гармонію, самооцінку та розвиток особистості. Підвищення рівня

тривожності, як когнітивної (прогностичної), так і емоційно-соматичної (гнітючої), супроводжується зниженням здатності до позитивного самосприйняття й реалізації власних цілей.

Отримані результати підтверджують, що толерантність до невизначеності виступає чинником психологічної гнучкості, стресостійкості та адаптивності молоді людини. Вона забезпечує конструктивне ставлення до невідомих або неоднозначних ситуацій і є показником психологічного здоров'я. Водночас інтолерантність до невизначеності асоціюється з вищими рівнями тривоги та нижчим рівнем психологічного благополуччя. Таким чином, розвиток толерантності до невизначеності має бути важливою складовою психопрофілактичних і психоосвітніх програм для молоді, особливо в умовах соціальних криз і воєнних загроз.

Література

1. Березовська Л.І. Психологічне благополуччя особистості в реаліях сучасного життя: колективна монографія. Івано-Франківськ: Симфонія форте, 2021. 200 с.
2. Ван Сяолунь. Психологічні чинники суб'єктивного благополуччя студентів з Китаю: дис... канд. психол. наук: 19.00.01. Харківський нац. у-т ім. В.Н. Каразіна, 2016. 228 с.
3. Горбаль І.С. Соціально-психологічні чинники суб'єктивного благополуччя пенсіонерів : дис. ... канд. психол. наук : 19.00.05; Ін-т соц. та політ. психології НАПН України. К., 2016. 271 с.
4. Гринів О. Аналіз підходів до дослідження психологічного благополуччя особистості. Збірник наукових праць: філософія, соціологія, психологія, Вип. 19, Ч. 1, 2014. 25-34.
5. Громова Г.М. Толерантність до невизначеності як чинник трансформації травматичного досвіду особистості. Дис. на здобуття

наук. ступ. докт. філософії. Ін-т соц. та політ. психології НАПН України. К. 2022. 208 с.

6. Гуляєва О.В. Чинники психологічного благополуччя у студентів з обмеженими можливостями здоров'я: автореф. дис. ... канд. психол. наук.: 19.00.01. Харківський нац. у-тет ім. В.Н. Каразіна, Харків. 2018. 20 с.

7. Гусєв А.І. Толерантність до невизначеності як чинник розвитку ідентичності особистості : дис. ... канд. психол. наук : 19.00.01; Ун-т менеджменту освіти АПН України. К., 2009. 233 с.

8. Єзерська Н. В. Психологічні чинники суб'єктивного благополуччя підлітків в умовах спеціалізованої школи-інтернату: дис. ... канд. психол. наук : 19.00.07; Київський нац. у-тет ім. Тараса Шевченка. К., 2018. 247 с.

9. Каргіна Н.В. Ресурси та чинники психологічного благополуччя особистості: дис. ... канд. психол. наук : 19.00.01 : 05; Державний заклад «Південноукр. нац. пед. ун-т ім. К. Д. Ушинського». Одеса. 269.

10. Коробка І.М. Толерантність до невизначеності як психологічний ресурс суб'єктивного благополуччя. Дисертація на здобуття наук. ступ. докт. філософії. Ін-т соц. та політ. психології НАПН України. Київ. 239 с.

11. Курова А.В. Психологічні індивідуально-особистісні детермінанти суб'єктивного благополуччя майбутніх психологів: дис. ... канд. психол. наук: 19.00.01. Одеса, 2018. 226 с.

12. Терещенко К.В. Толерантність до невизначеності освітнього персоналу та її зв'язок із суб'єктивним благополуччям в умовах воєнного часу. Українська психологія. XXI століття. Початок. (Дні української психології в Берліні) : матеріали науково-практичної конференції з міжнародною участю (м.

Київ, 27-28 квітня 2023 р.). Київ, 2023. С. 292-296. URL: <https://lib.iitta.gov.ua/735227/>

13. Томаржевська І. В. Феномен «толерантність до невизначеності» і його психологічний аналіз. *Психологічний журнал*, (1), 2018. 64-70 <http://psyj.udpu.edu.ua/article/view/152564>

14. Чуйко Г., Чаплак Я., Колтунович Т. Толерантність до невизначеності в ситуації війни. *Психологічний часопис*, 10 (1). 2024. 18-30 <https://doi.org/10.31108/1.2024.10.1.2>

15. Bacaro V., Miletic K., & Crocetti E. A meta-analysis of longitudinal studies on the interplay between sleep, mental health, and positive well-being in adolescents. *International Journal of Clinical and Health Psychology*, 24 (1). 2024.

<https://doi.org/10.1016/j.ijchp.2023.100424>

16. Boswell J.F., Thompson-Hollands J., Farchione T.J., Barlow D.H. Intolerance of uncertainty: a common factor in the treatment of emotional disorders. *J Clin Psychol*. 2013 Jun;69(6):630-45. doi: 10.1002/jclp.21965. Epub 2013 Feb 4. PMID: 23381685; PMCID: PMC3712497.

17. Bradburn N. The Structure of Psychological well-being. Chicago : Aldine Pub. Co. 1969. P. 320.

18. Carleton R.N., Norton M.A., Asmundson G.J. Fearing the unknown: a short version of the Intolerance of Uncertainty Scale. *J Anxiety Disord*. 2007;21(1):105-17. doi: 10.1016/j.janxdis.2006.03.014. Epub 2006 May 2. PMID: 16647833.

19. Carlson J.F. Tolerance of ambiguity: Counterpoint to intolerance of uncertainty. *Clinical Psychology: Science and Practice*, 31(2), 2024. 205–207. <https://doi.org/10.1037/cps0000216>

20. Diener E. Subjective well-being is essential to well-being. E. Diener, J.

Sapyta, E.Suh. *Psychological Inquiry*. 1998. Vol. 9 (1). P. 94-99.

21. Dugas V.J., Gosselin P., Ladouceur R. Intolerance of Uncertainty and Worry: Investigating Specificity in a Nonclinical Sample. *Cognitive Therapy and Research*. 25(5). 2001. 551-558.

22. Frenkel-Brunswik E. Tolerance toward ambiguity as a personality variable. *American Psychologist*. 1948. №8. P. 268

23. Furnham A., Marks J. Tolerance of Ambiguity: A Review of the Recent Literature. *Psychology*, 4, 2013. 717-728. doi: 10.4236/psych.2013.49102.

24. Garcia D., Kazemitabar M., Asgarabad M.H. The 18-item Swedish version of Ryff's psychological wellbeing scale: psychometric properties based on classical test theory and item response theory. *Front Psychol*. 2023 Oct 3;14:1208300. doi: 10.3389/fpsyg.2023.1208300.

25. Hancock J., Mattick K. Tolerance of ambiguity and psychological well-being in medical training: A systematic review. *Medical Education*, 54(2), 2019. 125–137.

<https://doi.org/10.1111/medu.14031>

26. Majumder S., Chowdhury I. R. Beyond the leaves: Unveiling the societal impact of research on the self-perceived quality of life among indigenous female tea garden workers. *Societal Impacts*, 3, 2024. <https://doi.org/10.1016/j.socimp.2023.100028>

27. Moss S.J., Racine N., Ahmed S., Birnie K., Cherak M. S., Curran J. A., Halperin D., Halperin S.A., Harley M., Hu J., Leppan L., Nickel A., Russell K., Solis M., Smith S., Soo A., Stelfox M., Tutelman P.R., Stelfox H.T. Parsons Leigh, J. Codesigning a user-centred digital psychoeducational tool for youth mental well-being with families in Canada: study protocol for a sequential exploratory mixed methods study. *BMJ Open*, 13(6), 2023.

<https://doi.org/10.1136/bmjopen-2023-072533>

28. Ryff C.D., & Keyes C.L.M. The structure of psychological well-being revisited. *Journal of Personality and Social Psychology*, 4(69), 1995. 719-727.

29. Satıcı B., Saricali M., Satıcı S.A., Griffiths M.D. Intolerance of Uncertainty and Mental Wellbeing: Serial Mediation by Rumination and Fear of COVID-19. *Int J Ment Health Addict*. 2022; 20(5): 2731-2742. doi: 10.1007/s11469-020-00305-0.

30. Seligman M.E., Csikszentmihalyi M. Positive psychology. An introduction. *Am Psychol*. 2000 Jan;55(1):5-14. doi: 10.1037//0003-066x.55.1.5.

31. Seligman M. Flourishing: A visionary new understanding of happiness and well-being. New York: Free Press, 2011. 368 c.

32. Semychenko V., Oleksyuk O., Artyushina K. Tolerance to Uncertainty in Adolescence as a Psychological Problem. *Intellectual Archive*, 10(2). 2021. https://doi.org/10.32370/ia_2021_06_5

33. Trofimov A., Zabolotna V. Tolerance to uncertainty as a factor in the mental health of the population in conditions of war. *Соціально-правові студії*. 2023. Т. 6, № 3. 189-201

34. Velez M.J., Marujo H.A., Charepe Z., Querido A., Laranjeira C. Well-Being and Dispositional Hope in a Sample of Portuguese Citizens: The Mediating Role of Mental Health. *European Journal of Investigation in Health, Psychology and Education*, 14(7), 2024. 2101-2115. <https://doi.org/10.3390/ejihpe14070140>

35. Well-being. APA Dictionary of Psychology. URL: <https://dictionary.apa.org/well-being>

36. Zuilkowski S.S., Quinones S., Kihanzah H., Marwerwe G., Prencipe L., Kajula L., Palermo T. Economic vulnerabilities, mental health, and coping

strategies among Tanzanian youth during COVID-19. BMC Public Health, 24(1).

2024. <https://doi.org/10.1186/s12889-024-18074-z>

*L. Berezovska, Ph.D. in Psychology, Associate Professor
Ukrainian Catholic University, Lviv (Ukraine)*

TOLERANCE FOR UNCERTAINTY AND PSYCHOLOGICAL WELL-BEING OF YOUTH

The article presents a theoretical and empirical analysis of tolerance for uncertainty and the psychological well-being of youth. Contemporary scientific approaches to understanding the phenomena of tolerance/intolerance for uncertainty and psychological well-being are analyzed, and their interrelation is outlined. The empirical study was conducted among university students ($n = 200$) using the IUS-12 questionnaire (Carleton RN, adapted by H. Hromova, 2022) and the Ryff Psychological Well-Being Scale (adapted by Garcia D. et al., 2023). The results revealed inverse correlations between intolerance for uncertainty and indicators of psychological well-being (self-acceptance and personal growth). It was found that higher levels of anxiety and intolerance for uncertainty are associated with lower levels of positive self-attitude and hindered personal development. The study emphasizes the role of tolerance for uncertainty as a resource for psychological adaptation, flexibility, and stress resilience of young people in wartime conditions.

Keywords: tolerance for uncertainty, intolerance for uncertainty, psychological well-being, self-acceptance, personal growth, youth.

Reference

1. Berezovska L.I. Psykholohichne blahopoluchchia osobystosti v realiiakh suchasnoho zhyttia [Psychological well-being of the individual in the realities of modern life: a collective monograph.] kolektyvna monohrafiia: Ivano-Frankivsk: Symfoniia forte, 2021. 200 p. [in Ukrainian]

2. Van Siaolun. Psykholohichni chynnyky subiektyvnoho blahopoluchchia studentiv z Kytaiu [Psychological factors of subjective well-being of students from China] : dys... kand. psykol. nauk: 19.00.01. Kharkivskiy nats. u-tet im. V.N. Karazina, 2016. 228 p. [in Ukrainian]

3. Horbal I. S. Sotsialno-psykholohichni chynnyky subiektyvnoho blahopoluchchia pensioneriv [Socio-psychological factors of subjective well-being of pensioners] : dys. ... kand. psykol. nauk : 19.00.05; In-t sots. ta polit.

psykholohii NAPN Ukrainy. K., 2016. 271 p. [in Ukrainian]

4. Hryniv O. Analiz pidkhodiv do doslidzhennia psykholohichnoho blahopoluchchia osobystosti [Analysis of approaches to researching psychological well-being of an individual]. Zbirnyk naukovykh prats: filosofii, sotsiologii, psykholohii, Vyp. 19, Ch. 1, 2014. p. 25-34. [in Ukrainian]

5. Hromova H.M. Tolerantnist do nevyznachenosti yak chynnyk transformatsii travmatychnoho dosvidu osobystosti [Tolerance to uncertainty as a factor in the transformation of traumatic personal experiences]. Dysertatsiia na zdobuttia nauk. stup. dokt. filosofii. In-t sots. ta polit. psykholohii NAPN Ukrainy. K. 2022. 208 p. [in Ukrainian]

6. Huliaieva O.V. Chynnyky psykholohichnoho blahopoluchchia u

studentiv z obmezenymy mozhlyvostiamy zdorovia [Factors of psychological well-being in students with disabilities]: avtoref. dys. ... kand. psykol. nauk.: 19.00.01. Kharkivskiy nats. u-tet im. V.N. Karazina, Kh. 2018. 20 p. [in Ukrainian]

7. Husiev A.I. Tolerantnist do nevyznachenosti yak chynnyk rozvytku identychnosti osobystosti [Tolerance for uncertainty as a factor in the development of personal identity]: dys. ... kand. psykol. nauk : 19.00.01; Un-t menedzhmentu osvity APN Ukrainy. K., 2009. 233 p. [in Ukrainian]

8. Yezerska N. V. Psykholohichni chynnyky subiektyvnogo blahopoluchchia pidlitkiv v umovakh spetsializovanoi shkoly-internatu [Psychological factors of subjective well-being of adolescents in a specialized boarding school]: dys. ... kand. psykol. nauk : 19.00.07; Kyivskiy nats. u-tet im. Tarasa Shevchenka. K., 2018. 247 p. [in Ukrainian]

9. Karhina N.V. Resursy ta chynnyky psykholohichnoho blahopoluchchia osobystosti [Resources and factors of psychological well-being of an individual]: dys. ... kand. psykol. nauk : 19.00.01 : 05; Derzhavnyi zaklad «Pivdenoukr. nats. ped. un-t im. K. D. Ushynskoho». Odesa. 2018. 269 p. [in Ukrainian].

10. Korobka I.M. Tolerantnist do nevyznachenosti yak psykholohichniy resurs subiektyvnogo blahopoluchchia [Tolerance for uncertainty as a psychological resource of subjective well-being]. Dysertatsiia na zdobuttia nauk. stup. dokt. filosofii. In-t sots. ta polit. psykholohii NAPN Ukrainy. K. 239 p. [in Ukrainian]

11. Kurova A.V. Psykholohichni indyvidno-osobystisni determinanty subiektyvnogo blahopoluchchia maibutnikh psykholohiv [Psychological individual-personal determinants of subjective well-being of future psychologists]: dys. ... kand. psykol. nauk: 19.00.01. Odesa, 2018. 226 p. [in Ukrainian]

12. Tereshchenko K.V. Tolerantnist do nevyznachenosti osvithnoho personalu ta yii zviazok iz subiektyvnym blahopoluchchiam v umovakh voiennoho chasu [Tolerance for uncertainty of educational personnel and its relationship with subjective well-being in wartime conditions]. Ukrainska psykholohiia. KhKhI stolittia. Pochatok. (Dni ukrainskoi psykholohii v Berlini) : materialy naukovo-praktychnoi konferentsii z mizhnarodnoiu uchastiu (m. Kyiv, 27-28 kvitnia 2023 r.). K., 2023. P. 292-296. URL: <https://lib.iitta.gov.ua/735227/> [in Ukrainian]

13. Tomarzhevskaya, I. V. Fenomen «tolerantnist do nevyznachenosti» i yoho psykholohichniy analiz [The phenomenon of "tolerance for uncertainty" and its psychological analysis]. Psykholohichniy zhurnal, (1), 2018. P. 64-70 <http://psyj.udpu.edu.ua/article/view/152564> [in Ukrainian]

14. Chuiko H., Chaplak Ya., Koltunovych T. Tolerantnist do nevyznachenosti v sytuatsii viiny [Tolerance for uncertainty in a war situation]. Psykholohichniy chasopys, 10 (1). 2024. P. 18-30 <https://doi.org/10.31108/1.2024.10.1.2> [in Ukrainian]

15. Bacaro V., Miletic K., & Crocetti E. A meta-analysis of longitudinal studies on the interplay between sleep, mental health, and positive well-being in adolescents. International Journal of Clinical and Health Psychology, 24 (1). 2024. <https://doi.org/10.1016/j.ijchp.2023.100424> [in English]

16. Boswell J.F., Thompson-Hollands J., Farchione T.J., Barlow D.H. Intolerance of uncertainty: a common factor in the treatment of emotional disorders. J Clin Psychol. 2013 Jun;69(6):630-45. doi: 10.1002/jclp.21965. Epub 2013 Feb 4. PMID: 23381685; PMCID: PMC3712497. [in English]

17. Bradburn N. The Structure of Psychological well-being. Chicago : Aldine Pub. Co. 1969. P. 320. [in English]
18. Carleton R.N., Norton M.A., Asmundson G.J. Fearing the unknown: a short version of the Intolerance of Uncertainty Scale. *J Anxiety Disord.* 2007;21(1):105-17. doi: 10.1016/j.janxdis.2006.03.014. Epub 2006 May 2. PMID: 16647833. [in English]
19. Carlson J.F. Tolerance of ambiguity: Counterpoint to intolerance of uncertainty. *Clinical Psychology: Science and Practice*, 31(2), 2024. 205–207. <https://doi.org/10.1037/cps0000216>[in English]
20. Diener E. Subjective well-being is essential to well-being. E. Diener, J. Sapyta, E.Suh. *Psychological Inquiry*. 1998. Vol. 9 (1). P. 94-99. [in English]
21. Dugas V.J., Gosselin P., Ladouceur R. Intolerance of Uncertainty and Worry: Investigating Specificity in a Nonclinical Sample. *Cognitive Therapy and Research*. 25(5). 2001. 551-558. [in English]
22. Frenkel-Brunswik E. Tolerance toward ambiguity as a personality variable // *American Psychologist*. 1948. No 8. P. 268 [in English]
23. Furnham A., Marks J. Tolerance of Ambiguity: A Review of the Recent Literature. *Psychology*, 4, 2013. 717-728. doi: 10.4236/psych.2013.49102. [in English]
24. Garcia D., Kazemitabar M., Asgarabad M.H. The 18-item Swedish version of Ryff's psychological wellbeing scale: psychometric properties based on classical test theory and item response theory. *Front Psychol.* 2023 Oct 3;14:1208300. doi: 10.3389/fpsyg.2023.1208300. [in English]
25. Hancock J., Mattick K. Tolerance of ambiguity and psychological well-being in medical training: A systematic review. *Medical Education*, 54(2), 2019. 125–137. <https://doi.org/10.1111/medu.14031> [in English]
26. Majumder S., Chowdhury I. R. Beyond the leaves: Unveiling the societal impact of research on the self-perceived quality of life among indigenous female tea garden workers. *Societal Impacts*, 3, 2024. <https://doi.org/10.1016/j.socimp.2023.100028> [in English]
27. Moss S.J., Racine N., Ahmed S., Birnie K., Cherak M. S., Curran J. A., Halperin D., Halperin S.A., Harley M., Hu J., Leppan L., Nickel A., Russell K., Solis M., Smith S., Soo A., Stelfox M., Tutelman P.R., Stelfox H.T. Parsons Leigh, J. Codesigning a user-centred digital psychoeducational tool for youth mental well-being with families in Canada: study protocol for a sequential exploratory mixed methods study. *BMJ Open*, 13(6), 2023. <https://doi.org/10.1136/bmjopen-2023-072533> [in English]
28. Ryff C.D., & Keyes C.L.M. The structure of psychological well-being revisited. *Journal of Personality and Social Psychology*, 4(69), 1995. 719-727. [in English]
29. Satıcı B., Saricali M., Satıcı S.A., Griffiths M.D. Intolerance of Uncertainty and Mental Wellbeing: Serial Mediation by Rumination and Fear of COVID-19. *Int J Ment Health Addict.* 2022; 20(5): 2731-2742. doi: 10.1007/s11469-020-00305-0. [in English]
30. Seligman M.E., Csikszentmihalyi M. Positive psychology. An introduction. *Am Psychol.* 2000 Jan;55(1):5-14. doi: 10.1037//0003-066x.55.1.5. [in English]
31. Seligman M. Flourishing: A visionary new understanding of happiness and well-being. New York: Free Press, 2011. 368 p. [in English]
32. Semychenko V., Oleksyuk O., Artyushina K. Tolerance to Uncertainty in Adolescence as a Psychological Problem. *Intellectual Archive*, 10(2). 2021.

https://doi.org/10.32370/ia_2021_06_5 [in English]

33. Trofimov A., Zabolotna V. Tolerance to uncertainty as a factor in the mental health of the population in conditions of war. Соціально-правові студії. 2023. Т. 6, № 3. 189-201 [in English]

34. Velez M.J., Marujo H.A., Charepe Z., Querido A., Laranjeira C. Well-Being and Dispositional Hope in a Sample of Portuguese Citizens: The Mediating Role of Mental Health. European Journal of Investigation in Health, Psychology and

Education, 14(7), 2024. 2101-2115. <https://doi.org/10.3390/ejihpe14070140> [in English]

1. Well-being. APA Dictionary of Psychology. URL:<https://dictionary.apa.org/well-being> [in English]

2. Zuilkowski S.S., Quinones S., Kihanzah H., Marwerwe G., Prencipe L., Kajula L., Palermo T. Economic vulnerabilities, mental health, and coping strategies among Tanzanian youth during COVID-19. BMC Public Health, 24(1). 2024. <https://doi.org/10.1186/s12889-024-18074-z> [in English]

Надійшло до редакції 10.11.2025

Прийнято до друку 25.11.2025