

ПРИЙНЯТТЯ НЕВИЗНАЧЕНОСТІ ЯК ЧИННИКА ПСИХОЛОГІЧНОГО БЛАГОПОЛУЧЧЯ

Стаття присвячена аналізу вже напрацьованої інформації у напрямку дослідження феномену толерантності до невизначеності та її впливу на рівень психологічного благополуччя. Автори підкреслюють важливість розуміння та розвитку толерантності до невизначеності як ключового фактору, що впливає на психологічне благополуччя. Крім того, було проведено кореляційний аналіз щодо підтвердження гіпотези про наявність впливу підвищеного рівня толерантності до невизначеності на рівень психологічного благополуччя серед працівників ІТ сфери. Результати аналізу свідчать про потребу в розвитку програм та підходів, спрямованих на підвищення рівня толерантності до невизначеності для збереження та підтримки психічного благополуччя в сучасному світі.

Ключові слова: толерантність, інтолерантність, невизначеність, нетерпимість, психологічне благополуччя, емоційний комфорт, кореляційний аналіз.

Andrii Trofimov
Rita Chyhryn

ACCEPTANCE OF UNCERTAINTY AS A FACTOR OF PSYCHOLOGICAL WELL-BEING

The article is devoted to the analysis of the already developed information in the field of researching of the phenomenon of tolerance to uncertainty and its impact on the level of the psychological well-being. The authors emphasize the importance of understanding and developing of the tolerance for uncertainty as a key factor affecting psychological well-being. In addition, a correlation analysis was conducted to confirm the hypothesis of the presence of an effect of an increased level of uncertainty tolerance on the level of the psychological well-being among IT workers. The results of the analysis indicate the need to develop programs and approaches aimed at increasing the level of tolerance for uncertainty to preserve and support mental well-being in the modern world.

Keywords: tolerance, intolerance, uncertainty, impatience, psychological well-being, emotional comfort, correlational analysis.

Вступ
У наш час дослідницький інтерес до проблеми психологічного благополуччя особистості зростає з кожним роком. В сучасній психології вивчення факторів, що сприяють збереженню психологічного благополуччя та досягненню його, є однією з ключових тем.

Актуальність проведення дослідження полягає у тому, що Україна знаходиться у стані війни, яка почалася одразу після всесвітньої пандемії. Здатність адаптуватися до невизначеності і приймати рішення в умовах обмеженої інформації є ключовою для ефективної роботи. В цей час стрес є невід'ємною частиною буття. Саме тому важливо мати достатні рівні як толерантності до невизначеності, так і психологічного благополуччя для подолання труднощів і підтримання емоційної стійкості.

Беручи до уваги той факт, що, незважаючи на складну ситуацію у нашій країні, економіка все ж продовжує працювати, було б доцільно проаналізувати рівні толерантності до невизначеності та психологічного благополуччя людей, які продовжують працювати в межах України. Це дозволить дослідити теперішній стан працівників і розробити методичні рекомендації щодо підвищення рівня толерантності до невизначеності та психологічного благополуччя на майбутнє. Незважаючи на вже наявні опитувальники та досить широкий спектр визначень толерантності до невизначеності, в Україні дане поняття є все ще недостатньо вивченим та вимагає подальшого дослідження, особливо в сучасних умовах.

Проблему рівнів толерантності до невизначеності та психологічного благополуччя висвічували у своїх роботах як зарубіжні науковці, так і частина представників України: Г.Павленко, Т.Корнілова, І.Гусев, І.Томаржевська, С.Баднер, І.Леонов, М.Холодна, А.Трофімов, Е.Дюркгайм, В.Заболотна, Н.Сенфорд, С.Гренье, С.Кузікова, Л.Мітіна, В.Попик, В.Пічурін, Ю.Котова, N.Bennett, B.Lamberton, N.Huber, E.МакДональд, M.Lane, K.Klenke, G Lumpkin, S.Bakalis, T.Joiner та ін.

Толерантність до невизначеності не вивчається як самостійний феномен: науковці розглядають його у різних контекстах та на різних рівнях взаємодії. Невизначеність може викликати стрес у людей, оскільки його основу складають саме такі поняття як неоднозначність та непередбачуваність.

Оскільки люди можуть постійно переживати ситуацію, намагаючись передбачити її розвиток, невизначеність може створювати психологічну напругу. Отже, можна припустити, що невизначеність підвищує стрес, а стрес, у свою чергу впливає на рівень психологічного благополуччя.

Психологічне благополуччя досліджується не лише на побутовому рівні. Професійне благополуччя також перебуває в полі уваги наукової спільноти. Мова йде про дослідників у сфері організаційної психології, управління персоналом, фахівців із психології праці. За основу психологічного благополуччя працівника прийнято брати його психологічний стан, як цей стан впливає на продуктивність та ефективність виконання поставлених завдань, а також оцінюється рівень задоволеністю життям співробітника.

Враховуючи вищесказане, припускаємо, що має місце вплив толерантності до невизначеності на рівень психологічного благополуччя людини.

Таким чином, **метою** дослідження є: виявлення ступеню і характеру впливу толерантності до невизначеності на рівень психологічного благополуччя.

Реалізація поставленої мети передбачала виконання таких Завдань:

1. Здійснити теоретичний аналіз наукових досліджень толерантності до невизначеності та психологічного благополуччя.
2. Емпірично виявити залежність психологічного благополуччя від рівня толерантності до невизначеності.

Методи дослідження

1. Теоретичне дослідження проводилося з використанням наступних методів, а саме: огляд існуючих джерел, розгляд ключових понять, гіпотез та моделей, що допомагають зрозуміти явища толерантності до невизначеності та психологічного благополуччя з різних точок зору.

2. Для проведення емпіричного дослідження для виявлення впливу толерантності до невизначеності на показники психологічного благополуччя було використано дві методиками: С. Бандера «Виявлення толерантності до невизначеності» та Р. Pontin, М. Schwannauer, S. Tai, & М. Kinderman «Модифікована шкала суб'єктивного благополуччя БіБіСі».

Методика виявлення толерантності до невизначеності або шкала толерантності до неоднозначності С. Баднера є першою незалежною методикою,

спрямованою на діагностику толерантності до невизначеності.

Методика складається з 16 тверджень і має свою кількість балів. Згідно заданої шкали особа, яка проходить тестування, має дати відповіді на описані твердження, що характеризують уявлення чи думки людей. Показник інтолерантності оцінюється відповідно до набраної загальної суми балів. Окремі субшкали допомагають визначити, що є основою інтолерантності до невизначеності. Всього є три субшкали, які мають назви: новизна, складність і неможливість розв'язання. Чим вищий показник балів, тим вищий ступінь нетерпимості до невизначеності (Горонескуль, 2009, Мелоні, 2020).

Для того, щоб проаналізувати, чи впливає толерантність до невизначеності на психологічне благополуччя, було використано методику «Модифікована шкала суб'єктивного благополуччя БіБіСі». Дана методика була адаптована українською мовою у 2022 році Л.Карамушка, К.Терещенко, О.Креденцер (Перрі, 2020). Методика складається із трьох субшкал та норм, згідно яких можна визначити, наскільки задовільним є стан працівників. Показники по субшкалах розраховуються як сумарні бали по відповідних пунктах методики (Перрі, 2020). Виявлення кореляції між толерантністю до невизначеності та психологічним благополуччям проводилося за допомогою Аналізу Пірсона. Даний аналіз полягає у визначенні ступеня лінійного статистичного зв'язку між двома змінними, а також в оцінці сили та напрямку цього зв'язку. Даний показник був обрахований за допомогою програми IBM SPSS Statistics. Статистичну гіпотезу про те, що психологічне благополуччя людини залежить від рівня толерантності до невизначеності перевіряли на рівні $\alpha = 0,05$.

Вибірка

У дослідженні взяли участь співробітники ІТ компанії, яка має два офіси в Україні. У компанії працюють люди різного віку, статі, освіти. Свою згоду на участь у дослідженні надали 5 жінок та 25 чоловіків. Всього у даній компанії працює 72 людини, з яких 30 осіб взяли участь у нашому дослідженні, що становить 42% від загальної кількості. Всі досліджувані знаходяться зараз на території України.

Результати дослідження та їх обговорення

Невизначеність вплетена в повсякденне життя та практично в усі ситуації, з якими стикаються люди. Численні дослідження в різних галузях показали, що невизначеність провокує страх, занепокоєння та тривогу, сприйняття вразливості та уникнення прийняття рішень (Колісник-Гуменюк, 2022).

Вже у ХХ столітті, а саме у 40-х роках, питанням толерантності до невизначеності цікавилися вчені світу. Вже в той період часу вони відмічали реакцію суспільства на будь-які зміни, що призводило до дестабілізації людей. Нині питання толерантності до невизначеності стало ще актуальнішим (Колісник-Гуменюк, 2022).

Існує декілька підходів вивчення феномену толерантності до невизначеності. Так, до прикладу, згідно з підходом Френкель-Брунсвік, толерантність до невизначеності об'єднує у собі емоційні та когнітивні функції особистості.

Вони включають сам когнітивний стиль, міжособистісні та соціальні відносини, ставлення та системи переконань, а також принципи поведінки під час вирішення життєвих проблем (Баднер, 1962; Френкель-Брунсвік, 1948).

В психології С.Мадді толерантність до невизначеності є важливим аспектом життєвого героїзму. Основна ідея полягає в тому, що люди можуть розвивати толерантність до невизначеності та використовувати її для досягнення успіху в різних сферах життя.

За Т.Адорно, толерантність до невизначеності передбачає здатність розуміти складність сучасного світу, включаючи суперечливість цінностей, ситуацій і ідентичності. Це не означає прийняття будь-якого становища або відмову від моральних принципів, але вимагає глибокого аналізу і рефлексії стосовно складних питань (Павленко, 2019).

У 1962 р. ключовими факторами толерантності до невизначеності С.Баднер запропонував розглядати риси особистості та на підставі цього розробив перший опитувальник, який дозволяє провести діагностику толерантності до невизначеності. Щодо інтолерантності до невизначеності, то її С.Баднер характеризував як «тенденцію сприймати невизначені ситуації як джерело загрози» (Хан, 2011).

Себастьян Гренье зазначає, що, в залежності від неоднозначності ситуації, толерантність до неоднозначності складається з когнітивних, емоційних та поведінкових реакцій.

У процесі вивчення феномену толерантності до невизначеності, дослідники розділилися на дві групи. Одні з них використовують терміни толерантність до невизначеності та толерантності до неоднозначності як взаємозамінні, а друга група відокремлюють їх одне від одного (Томаржевська, 2018).

Поняття толерантність до невизначеності часто асоціюється з авторитаризмом, догматизмом, які є рисами особистості. Якщо прийняти за основу цей погляд щодо рівня толерантності до невизначеності, такі риси особистості, у своїй більшості, мають універсальний характер, не враховуючи специфічні ситуаційні прояви толерантності. Тобто, людина, яка проявляє високий рівень толерантності до невизначеності, може бути більш готовою приймати невизначені або змінні умови, тоді як ті, хто мають низький рівень, можуть відчувати дискомфорт чи бажання уникати таких ситуацій (Дугас, 2001).

Розуміння індивідуальних відмінностей у реакціях людей на невизначеність (нетерпимість) або толерантність до цих реакцій стає все більш важливим напрямком досліджень. Для кращого розуміння та аналізу таких реакцій можна розглянути професійну діяльність. Адже, здатність працівників терпіти невизначеність може вплинути на те, якою мірою керівник та підлеглий формують стосунки, шукають і обмінюються інформацією та приймають спільні рішення. Тому толерантність до невизначеності стала все більшою сферою інтересу серед дослідників (Волинець, 2018).

Разом з тим, не варто забувати і про психологічне благополуччя у контексті робочих взаємин. Людина, яка відчуває задоволення від життя, має більше енергії,

впевненості та радості. Психологічне благополуччя визначає якість життя, формує поведінку та впливає на загальне самопочуття працівників. Рівень емоційного комфорту обох сторін, як керівника, так і підлеглого, має безпосередній вплив на ефективність та якість виконання поставлених завдань.

Поняття «психологічне благополуччя», «психічне здоров'я», «психологічне здоров'я», «емоційний комфорт» дуже часто розглядаються як синоніми у роботах багатьох дослідників. Всі ці поняття мають соціально-психологічний компонент (Риф, 2014).

Психологічне благополуччя характеризується двома основними складовими: переважання позитивних емоцій над негативними і позитивний погляд на своє життя. На основі цього можна сказати, що психологічне благополуччя складається з когнітивного (оцінка життя) і емоційного аспектів (забарвлення життя). Приймаючи до уваги взаємозв'язок таких компонентів, як міжособистісні взаємини та соціальні ролі, можна говорити про їх цілісність. Варто зазначити, що на потенціал психологічного благополуччя має істотний вплив рівень соціальної підтримки особистості, тобто, в яких життєвих обставинах така особа перебуває більшу частину свого життя (Ханде, 2021).

Деякі вчені визначають психологічне благополуччя як екзистенціальне переживання особою позитивного досвіду у власному житті. При цьому зазначають, що сенс життя може мати зв'язок не тільки з позитивними емоціями, але й з такими, які є нейтральними чи взагалі негативними. Тим не менш, незважаючи на забарвлення, такі емоції також здатні привести, у кінцевому рахунку, до позитивних усвідомлень та відчуттів (Марій, 2017).

Протягом всього часу вивчення психологічного благополуччя, використовувалися різні підходи до визначення чинників та складових даного феномену. У сучасному світі науковці виділили два основних підходи: гедоністичний та евдемоністичний. Такі вчені як Н.Бредберн та Е.Дінер ґрунтовно підійшли до вивчення саме гедоністичного погляду на психологічне благополуччя та виклали свої результати у своїй дослідницькій роботі. Основою даного підходу є оцінка задоволеність життям, концентрація на позитивних емоціях та їх позитивний вплив (Карамушка, 2022).

Варто зазначити, що дане дослідження проведено серед співробітників ІТ компанії в період війни. Саме тому слід відмітити важливість обох вищезазначених феноменів: толерантності до невизначеності та психологічного благополуччя.

Деякі дослідники вважають, що більшої уваги заслуговують особистісні характеристики та ефективність співробітників, на відміну від зовнішніх чинників. Ф. Лутанса пропонує прийняти індивідуальні особливості, як такі, що є ключовими, а тому мають безпосередній вплив на високу продуктивність та благополуччя працівників.

У зв'язку з досить великою кількістю думок науковців щодо існування впливу толерантності до невизначеності на психологічного благополуччя, вважається доцільним проведення емпіричного дослідження. Його результати дадуть змогу оцінити фактичну наявність чи, навпаки, відсутність впливу одного феномену на інший.

Результати емпіричного дослідження та їх обговорення

Теоретичний аналіз наукових джерел не дає змоги визначити наявність залежності психологічного благополуччя від рівня толерантності до невизначеності. Для підтвердження припущення щодо наявності впливу між даними феноменами було використано дві методики та кореляційний аналіз Пірсона.

У результаті застосування методики виявлення толерантності до невизначеності С. Баднера, було отримано наступні результати (див. Таблиця 1).

Таблиця 1

Результати дослідження групи за методикою
«Виявлення толерантності до невизначеності»

Показники	Шкали			
	Новизна	Складність	Неможливість виконання	Загальна кількість
Мін.показник	8	25	6	64
Максимальний показник	23	41	17	85
Середній показник по групі	15,5	35,5	12,5	72,6

Що стосується загальних показників, то отримано наступні дані: мінімальне значення толерантності до невизначеності складає 64 бали, максимальне значення – 85 балів. Середній бал – 72,6. При цьому, середніми значеннями за даною методикою вважаються 44–48 балів. Отже, можна зробити висновок, що опитана група має високий ступінь інтолерантності до невизначеності. Навіть найнижчий показник не потрапив у діапазон середнього значення і перевищує його на 20 балів.

Важливо зазначити, що результати, які мають показники, що наближаються до верхньої межі, можуть свідчити про розмивання у людини «кордонів толерантності» або можуть демонструвати високу ступінь соціальної бажаності, тому не завжди високий рівень толерантності може говорити про те, що людина й насправді поводить себе толерантно стосовно тієї чи іншої ситуації або людини.

За допомогою «Модифікованої шкали суб'єктивного благополуччя БіБіСі» вдалося дослідити рівень психологічного благополуччя співробітників (див. Таблиця 2).

Таблиця 2

Результати, отримані за Методикою «Модифікована шкала суб'єктивного благополуччя БіБіСі», де показники субшкал відповідають кількості учасників згідно норм

Субшкали та загальний показник суб'єктивного благополуччя	Норми		
	Низький рівень	Середній рівень	Високий рівень
Психологічне благополуччя	30	0	0
Фізичне здоров'я та благополуччя	0	3	16
Стосунки	11	10	9
Суб'єктивне благополуччя	9	14	7

Згідно отриманих даних, всі 30 осіб з опитаних мають низькі показники по субшкалі «психологічного благополуччя». Можна зробити висновок, що психологічний стан працівників не є задовільним та потребує значної корекції. За субшкалою «фізичне здоров'я та благополуччя» ми отримали досить позитивний показник, а саме: 16 осіб продемонстрували високий рівень. Середній бал всіх досліджуваних склав 32, що також збігається з високим рівнем згідно вказаної норми. Варто зазначити, що результат 11 осіб по даній шкалі склав вище ніж 35 балів.

За субшкалою «стосунки» ситуація змінилася в інший бік, і більшість людей отримали низький чи середній рівень. Загалом середній бал складає 17 балів. Цей показник відповідає середньому рівню норми. Але також слід відмітити, що всього лише на 1 одиницю вище за норму, яка відповідає низькому рівню. Згідно з результатами даної шкали, лише 9 осіб мають високий рівень по даній субшкалі. Основна частина опитаних отримали низький та середній рівень. Оскільки за всіма іншими субшкалами ми бачимо середній або високий рівні, а по субшкалі «стосунки» зафіксовано низький та середній рівні, можна зробити висновок про дисбаланс між розподілом уваги серед опитуваних. Причиною може бути повномасштабне вторгнення у нашу державу, що спричинило вимушене розділення родин. Таким чином люди більше сфокусовані на роботі та кар'єрі, ніж на особистих стосунках.

За субшкалою під назвою «суб'єктивне благополуччя» ми отримали найбільшу кількість осіб з середнім рівнем. Середнє значення складає 82 бали, що є середнім рівнем відповідно до норми. Лише 7 людей отримали високі показники по даній субшкалі.

Проаналізувавши результати за обома методиками, можна зробити висновок про

те, що всі досліджувані мають високий рівень інтолерантності до невизначеності, при цьому - середні показники психологічного благополуччя. Варто зазначити, що за субшкалою «стосунки» відмічається значно нижчі результати, ніж за рештою субшкал.

Перш ніж перейти до виконання кореляційного аналізу, було зроблено перевірку на відповідність нормальному розподілу. Для цього було проведено перевірку статистичними критеріями відхилення від нормального розподілу, а саме проведено Тести Колгморова-Смірнова з поправкою Лил'єфорса та рекомендований для малих за обсягом вибірок Критерій Шапіро-Уїлка. Досягнуте в результаті розрахунку критеріїв значення статистичної значущості у двох змінних перевищує 0,05. Це означає, що емпіричні розподіли можна вважати нормально розподіленими. Наступним кроком було проведено кореляційний аналіз, його результати представлені у Таблиці 3.

Таблиця 3

Кореляційний аналіз впливу толерантності до невизначеності на рівень психологічного благополуччя

		Психологічне благополуччя	Толерантність до невизначеності
Психологічне благополуччя	Кореляція Пірсона	1	.363*
	Значення (двостороння)		.049
	N	30	30
Толерантність до невизначеності	Кореляція Пірсона	.363*	1
	Значення (двостороння)	.049	
	N	30	30

Примітка. *. Кореляція підтверджена при $\alpha = 0,05$ (двостороння)

Результати кореляційного аналізу нашого дослідження підтверджують припущення щодо існування впливу толерантності до невизначеності на психологічне благополуччя. Кореляція була визнана дійсною при $\alpha = 0,05$. Її значення у даній групі досліджуваних дорівнює .363.

Це означає, що чим вище у людини буде рівень інтолерантності до невизначеності, тим сильніше буде погіршуватися її психологічне благополуччя. Оскільки дана група досліджуваних не мала раніше досвіду визначення рівнів ні психологічного благополуччя, ні толерантності до невизначеності, ми можемо припустити, що причин для отриманих результатів може бути декілька:

1. Досить суттєвий вплив міг спричинити COVID-19.
2. Повномасштабне вторгнення
3. Особисті проблеми
4. Нестабільний емоційний стан, який не залежить від перших трьох пунктів та ін.

Висновки

На початку проведення дослідження було поставлено ряд задач. Отримані результати дають підстави зробити наступні висновки.

Аналіз теоретичних наукових досліджень показав інтерес науковців до обох феноменів: толерантності до невизначеності та психологічного благополуччя, що свідчить про актуальність даної тематики. Роботи дослідників свідчать, що потенціал психологічного благополуччя істотно залежить від життєвих обставин, зокрема рівня соціальної підтримки, а рівень толерантності до невизначеності демонструє готовність людини приймати невизначені або змінні умови.

У процесі проведення емпіричної частини дослідження, за допомогою кореляційного аналізу підтверджено вплив толерантності до невизначеності на рівень психологічного благополуччя. Дані, які ми отримали в результаті опитування 30 осіб, показали, що для даної вибірки існує кореляція даних понять.

ЛІТЕРАТУРА

1. Волинець, Н. В. (2018). Організаційні особливості психологічного благополуччя персоналу Державної прикордонної служби України. *Science and Education a New Dimension. Pedagogy and Psychology*, 6(173), 67–72.
2. Горонескуль, М. М. (2009). Таблиці функцій та критичних точок розподілу. Теорія ймовірностей. Математична статистика. Математичні методи в психології. УЦЗУ.
3. Карамушка, Л. М., Терещенко, К. В., & Креденцер, О. В. (2022). Адаптація на українській вибірці методик «The Modified BBC Subjective Well-Being Scale (Bbc-Swb)» Та «Positive Mental Health Scale (Pmh-Scale)». *Організаційна психологія. Економічна психологія*, 3(27), 85–94.
4. Колісник-Гуменюк, Ю. (2022). Обґрунтування організаційно-педагогічних умов формування професійно-педагогічної компетентності майбутніх педагогів профільного і професійного навчання. *Сучасні тенденції розвитку освіти й науки: проблеми та перспективи*, 10, 19–22.
5. Павленко, Г. В. (2019). Толерантність до невизначеності як ресурс психологічного благополуччя студентів. *Актуальні проблеми психології*, 47, 208–219.
6. Томаржевська, І . (2018). Теоретичний аналіз психологічного феномену «толерантність до невизначеності». *Вісник Київського національного університету імені Тараса Шевченка*, 3(40), 43–57.
7. Budner, S.N.Y. (1962). Intolerance of ambiguity as a personality variable. *Journal of Personality*, 30(1), 29–50.
8. Dugas, M.J., Gosselin, P., & Ladouceur, R. (2001). Intolerance of Uncertainty and Worry:

Investigating Specificity in a Nonclinical Sample. *Cognitive Therapy and Research*, 25(5), 551–558.

9. Frenkel-Brunswik, E. (1948). Tolerance of Ambiguity as a Personality Variable. *American Psychologist*, 3, 268.

10. Han, P.K.J., Klein W.M.P., & Arora, N.K. (2011). Varieties of Uncertainty in Health Care: A Conceptual Taxonomy Medical Decision Making, 31(6), 828–838.

11. Hande, K., & Güloğlu, B. (2021). The role of uncertainty tolerance and meaning in life on depression and anxiety throughout Covid-19 pandemic. *Personality and Individual Differences*, 179. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/34866725/>

12. Hillen, M.A., Gutheil, C.M., Strout, T.D., Smets, E.M.A., & Han, P.K.J. (2017). Tolerance of uncertainty: Conceptual analysis, integrative model, and implications for healthcare. *Social Science and Medicine*, 180, 62–75.

13. Maloney L. (2020). Improving your tolerance for uncertainty to thrive in uncertain times. *Forbes*. <https://www.forbes.com/sites/forbescoachescouncil/2020/11/16/improving-your-tolerance-of-uncertainty-to-thrive-in-uncertain-times/>

14. Пеппі Б. (2020). Кардинал у психічному здоров'ї. Отримано з <https://www.psycare.org/blog/how-to-build-tolerance-to-uncertainty/>

15. Ryff, C.D. (2014) Psychological well-being revisited: advances in eudaemonia science and practice. *Psychotherapy and Psychosomatics*, 83(1), 10–28.

REFERENCES

1. Volynets, N.V. (2018). Orhanizatsiini osoblyvosti psykholohichnoho blahopoluchchia personalu Derzhavnoi prykordonnoi sluzhby Ukrainy [Organizational features of the psychological well-being of the personnel of the State Border Service of Ukraine]. *Science and Education a New Dimension. Pedagogy and Psychology*, 6(173), 67–72 [In Ukrainian].

2. Horoneskul, M.M. (2009). Tablytsi funktsii ta krytychnykh tochok rozpodilu. Teoriia ymovirnostei. Matematychna statystyka. Matematychni metody v psykholohii [Tables of functions and critical distribution points. Probability theory. Mathematical statistics. Mathematical methods in psychology]. NUCZU [In Ukrainian].

3. Karamushka, L.M., Tereshchenko, K.V., & Kredentser, O.V. (2022). Adaptatsiia na ukraïnskii vybirtsi metodyky «The Modified BBC Subjective Well-Being Scale (Bbc-Swb)» Ta «Positive Mental Health Scale (Pmh-Scale)» [Adaptation on the Ukrainian sample of methods «The Modified BBC Subjective Well-Being Scale (Bbc-Swb)» Ta «Positive Mental Health Scale (Pmh-Scale)»] Orhanizatsiina psykholohiia. *Ekonomichna psykholohiia*, 3(27), 85–94 [In Ukrainian].

4. Kolisnyk-Humeniuk, Y. (2022). Obgruntuvannia orhanizatsiino-pedahohichnykh umov formuvannia profesiino-pedahohichnoi kompetentnosti maibutnykh pedahohiv profilnoho i profesiinoho navchannia [Substantiation of organizational and pedagogical conditions for the formation of professional and pedagogical competence of future teachers of specialized and professional training]. *Sucasni tendentsii rozvytku osvity y nauky: problemy ta perspektyvy*, 10, 19–22 [In Ukrainian].

5. Pavlenko, H.V. (2019). Tolerantnist do nevyznachenosti yak resurs psykholohichnoho

- blahopoluchchia studentiv [Tolerance to uncertainty as a resource of students' psychological well-being]. Aktualni problemy psykholohii, 47, 208–219 [In Ukrainian].
6. Tomarzhevska, I. (2018). Teoretychnyi analiz psykholohichnoho fenomenu «tolerantnist do nevyznachenosti» [Theoretical analysis of the psychological phenomenon «tolerance to uncertainty»]. Visnyk Kyivskoho natsionalnoho universytetu imeni Tarasa Shevchenka, 3(40), 43–57 [In Ukrainian].
 7. Budner, S.N.Y. (1962). Intolerance of ambiguity as a personality variable. *Journal of Personality*, 30(1), 29–50.
 8. Perry B. (2020). Cardinal in mental health. Retrieved from <https://www.psycare.org/blog/how-to-build-tolerance-to-uncertainty/>
 9. Dugas, M.J, Gosselin, P., & Ladouceur, R. (2001). Intolerance of Uncertainty and Worry: Investigating Specificity in a Nonclinical Sample. *Cognitive Therapy and Research*, 25(5), 551–558.
 10. Frenkel-Brunswik, E. (1948). Tolerance of Ambiguity as a Personality Variable. *American Psychologist*, 3, 268.
 11. Han, P. K.J., Klein W.M.P., & Arora, N.K. (2011). Varieties of Uncertainty in Health Care: A Conceptual Taxonomy Medical Decision Making, 31(6), 828–838.
 12. Hande, K., & Güloğlu, B. (2021). The role of uncertainty tolerance and meaning in life on depression and anxiety throughout Covid-19 pandemic. *Personality and Individual Differences*, 179. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/34866725/>
 13. Maloney L. (2020). Improving your tolerance for uncertainty to thrive in uncertain times. *Forbes*. <https://www.forbes.com/sites/forbescoachescouncil/2020/11/16/improving-your-tolerance-of-uncertainty-to-thrive-in-uncertain-times/>
 14. Hillen, M.A., Gutheil, C.M., Strout, T.D., Smets, E.M.A., & Han, P.K.J. (2017). Tolerance of uncertainty: Conceptual analysis, integrative model, and implications for healthcare. *Social Science and Medicine*, 180, 62–75.
 15. Ryff, C.D. (2014) Psychological well-being revisited: advances in eudaemonia science and practice. *Psychotherapy and Psychosomatics*, 83(1), 10–28.

Відомості про авторів

Андрій ТРОФІМОВ, Кандидат психологічних наук, доцент кафедри психології розвитку, КНУ імені Тараса Шевченка

Trofimov Andrii, PhD, associate professor of the Department of Developmental Psychology, Taras Shevchenko National University of Kyiv

E-mail: trofim060468@gmail.com

ORCIDID: 0000-0002-2207-7100

Ріта ЧИГРИН студентка, КНУ імені Тараса Шевченка

Rita Chyhryn, student, Taras Shevchenko National University of Kyiv

E-mail: ritachigrin2015@gmail.com

ORCIDID: 0009-0001-3190-864X