

## АНОТАЦІЯ

**Громова Г.М. Толерантність до невизначеності як чинник трансформації травматичного досвіду особистості.** – Кваліфікаційна наукова праця на правах рукопису.

Дисертація здобуття наукового ступеня доктора філософії за спеціальністю 053 – Психологія (05 – Соціальні науки). Інститут соціальної та політичної психології НАПН України, Київ, 2022.

У роботі представлено результати теоретичного та емпіричного дослідження толерантності до невизначеності, її ролі у трансформації посттравматичних станів внаслідок травматичних подій дорослого життя та дитинства. Актуальність дослідження зумовлена як постійним підвищенням рівня складності, непередбачуваності навколишнього світу, так і більш повним розумінням значущості та вагомості наслідків травматичних подій для життя людини, необхідністю вивчати чинники, що сприяють трансформації посттравматичних станів або зменшують вірогідність їх виникнення.

Протягом останніх десятиліть вміння взаємодіяти зі складною, суперечливою інформацією, приймати рішення, будувати плани та діяти в умовах невизначеності вихідних критеріїв, непередбачуваності результатів стають все більш затребуваним. Пандемія, повномасштабна війна між Російською Федерацією і Україною додали викликів і підвищили рівень травматизації багатьох людей. Наслідки травматичних подій різноманітні та охоплюють багато контекстів життя людини: додають складнощів у процес регуляції емоцій, підсилюють розвиток депресивних станів і тривоги, піднімають питання пошуку нових сенсів, перегляду відносин та перебудови звичного способу життя. Від того, наскільки толерантною до невизначеності є людина, залежить її здатність адаптуватися до змін, зустрічати несподівані події, з більшою легкістю або складністю сприймати постійно змінювані обставини. Саме тому тема дослідження «Толерантність до невизначеності як чинник трансформації травматичного досвіду особистості» є вкрай важливою в сучасних умовах.

Тема дисертації належить до комплексних науково-дослідних тем лабораторії соціальної психології особистості Інституту соціальної та політичної психології АПН України «Соціально-психологічний супровід постраждалих від воєнних дій у період переходу до умов мирного життя». Державний реєстраційний номер теми – № 0119U000141.

*Об'єктом* даного дослідження є толерантність до невизначеності як властивість особистості. *Предметом* дослідження є особливості толерантності до невизначеності в осіб з травматичним досвідом.

Аналіз різноманітних підходів до феномену невизначеності дозволяє розглядати невизначеність у трьох ракурсах: 1) як непізнану характеристику об'єктивного світу, що існує окремо від людини, 2) як обмежену здатність людини пізнавати зовнішній світ, 3) як суперечливе, неповне усвідомлення людиною свого внутрішнього світу, причин власних дій і вчинків.

Розвиток психології впродовж ХХ століття характеризується все більшим усвідомленням тотальної присутності невизначеності у житті людини і «призначенням» особистості відповідальною як за толерування цього факту, так і за зменшення невизначеності за допомогою власного сенсопородження, щоденних рішень та дій. Необхідність кожної миті знов і знов перевизначати себе нерозривно пов'язана з відчуттям плинності часу, необхідністю структурувати власне теперішнє, майбутнє та переінтерпретувати значення минулих подій. Важливим є формування та зберігання збалансованого ставлення до часу, тобто вміння перемикаєти увагу між минулим, теперішнім та майбутнім, не застрягати в одній темпоральній точці.

Теоретичний аналіз проблеми ставлення людини до невизначеності дозволив виокремити емоційно-поведінковий та когнітивний компоненти толерантності до невизначеності. Джерелами невизначеності виступають складність інформації, її неоднозначність; імовірнісність, вірогіднісність, непередбачуваність наслідків подій, діяльності, рішень.

У роботі використовувалася наступна дефініція поняття «толерантність до невизначеності»: ТН – це властивість особистості сприймати

непередбачуваність, неоднозначність та складність світу нейтрально або позитивно та зберігати здатність реагувати на неї проактивно. Відповідно, інтолерантність до невизначеності є властивістю особистості сприймати непередбачуваність, неоднозначність та складність світу як небажану, загрозливу і реагувати на неї підвищеною невпевненістю, тривогою, ступором, розгубленістю.

Представлено теоретичну модель трансформаційного потенціалу толерантності до невизначеності. Згідно результатів теоретичного аналізу травматичний досвід життя, особливо у дитинстві, має відчутний вплив на ставлення до невизначеності, формуючи стійкі негативні очікування щодо несподіванок. Знижена толерантність до невизначеності у свою чергу підсилює прояви посттравматичних станів, а також пов'язана із негативним ставленням людини до минулого і недовірою до майбутнього.

Модель і процедура емпіричного дослідження відповідає принципам некласичної раціональності, що зумовило двоетапну організацію дослідження та вибір кількісних методик вимірювання рівня толерантності до невизначеності, проявів посттравматичних станів та інших змінних.

На підготовчому етапі було зроблено переклад та адаптацію тесту «Шкала інтолерантності до невизначеності», коротка версія Н. Карлетона (IUS-12) для вимірювання емоційно-поведінкового та когнітивного компонентів реакцій на невідомість. Процес адаптації тесту складався з таких етапів: здійснення послідовних перекладів та адаптація опитувальника до етнолінгвістичних особливостей популяції; оцінка конструктної валідності тесту; оцінка конвергентної та дивергентної валідності тесту. Надійність тесту підтверджена високим рівнем внутрішньої консистентності та відтворюваністю результатів, отриманих в аналогічних дослідженнях. Перевагою опитувальника «Шкала інтолерантності до невизначеності», коротка версія Н. Карлетона (IUS-12) є його прогностична цінність для попередньої діагностики ризику виникнення та посилення посттравматичних станів.

Усього у дослідженні було задіяно 502 респонденти: на етапі перекладу і адаптації тесту «Шкала інтолерантності до невизначеності» – 227 осіб, у пілотажному дослідженні – 98 осіб, на основному етапі дослідження – 177 осіб. Вибірка представлена респондентами з різних областей України, різноманітна по професійному складу і віку (від 19 до 59 років), є достатньою за обсягом та репрезентативною щодо поставлених емпіричних завдань.

У результаті проведеного емпіричного дослідження підтверджено, що толерантність до невизначеності робить значущий внесок у трансформацію наслідків травматичних подій, який реалізується як у вигляді прямого впливу на наслідки травматизації, так і через посередницьку роль ТН у проявах посттравматичних станів. Толерантність до невизначеності виконує роль призми, яка або посилює посттравматичні стани, або пом'якшує зіткнення з несподіваним, складним, непередбачуваним та сприяє виходу зі стресової реакції. Емоційно-поведінковий компонент виявився більш значущим чинником зміни посттравматичних станів, ніж когнітивний.

Особливістю толерантності до невизначеності в осіб з наявністю травматичного досвіду дитинства є підвищений рівень гнітючої тривоги. Респонденти з високим рівнем гнітючої тривоги емоційніше реагують на ситуації невизначеності, частіше відчують страх та розгубленість у несподіваних обставинах, намагаються уникати складнощів та новизни. У респондентів з більш негативним досвідом дитинства ТН є нижчою. Але ця відмінність відсутня між підгрупами, які сформовані за наявністю травматичних подій всього життя. Такі дані свідчать на користь висновку, що травматичні події дорослого життя майже не змінюють ставлення до невизначеності; для людини характерно діяти в неочікуваних обставинах радше заданим з дитинства способом. Респонденти з різною вираженістю негативного дитячого досвіду відрізняються також за шкалою часової перспективи негативного минулого. Наявність травматичного досвіду в дорослому віці підсилює гедоністичне ставлення до теперішнього, актуалізує цінність життя та одномоментних задоволень.

Співставлення часової перспективи у підгруп з різним рівнем ТН виявило різницю за всіма шкалами, окрім гедоністичного теперішнього. Респонденти з низькою толерантністю до невизначеності мають менш збалансований профіль часової перспективи, ближчий до негативного. Респонденти з низьким рівнем ТН більш схильні зосереджуватися на негативних подіях минулого, фаталістичніше оцінюють теперішнє і менше вірять у ефективність власних зусиль, покладених для вибудовування майбутнього.

Окрім толерантності до невизначеності, значущими предикторами проявів посттравматичних станів є травматичний досвід життя та відхилення від збалансованого часового профілю. Часові перспективи як негативного, так і позитивного минулого та гедоністичного теперішнього роблять значущий внесок у прояви посттравматичних станів.

В осіб з різним рівнем толерантності до невизначеності порівняльний аналіз відмінностей планування життя у звичному режимі (до пандемії 2020-2021 рр.) та під час карантину виявив таке. При високій толерантності до невизначеності людина не схильна приділяти багато уваги довгостроковому плануванню. Але зниження толерантності до невизначеності необов'язково призводить до лінійного росту термінів планування, залежить від інших факторів та потребує додаткових досліджень. У звичайних умовах тривалість строків планування пов'язана зі шкалою прогностичної тривоги ТН та з часовою перспективою майбутнього. В умовах пандемії і підвищеного рівня невизначеності, певної неможливості щось запланувати завчасно і напевно, довгостроковість планування пов'язана з рівнем гнітючої тривоги та часовими перспективами гедоністичного та фаталістичного теперішнього.

Розуміння ролі толерантності до невизначеності та часової перспективи для наслідків травматичних подій дозволяє краще спланувати профілактичні і терапевтичні втручання для запобігання та/або виправлення дезадаптивних реакцій на складні події життя.

## **Наукова новизна отриманих даних.**

У ході виконання роботи *уперше*:

- *визначено* потенціал толерантності до невизначеності як чинника трансформації посттравматичних станів у осіб з травматичним досвідом. Потенціал реалізується як у вигляді прямого впливу на наслідки травматизації, так і через посередницьку роль ТН у динаміці посттравматичних станів. Більш значущим чинником для змін посттравматичних станів виявився емоційно – поведінковий компонент толерантності до невизначеності;

- *доведено*, що травматичні події життя, рівень толерантності до невизначеності і відхилення від збалансованого часового профілю роблять значущий внесок у розвиток посттравматичних станів і пояснюють майже 46% варіації ПТС;

- *доведено* посередницьку роль толерантності до невизначеності, яка виступає медіатором між травматичним досвідом дитинства і проявами посттравматичних станів у дорослому віці;

- *визначено*, що наявність негативного дитячого досвіду пов'язана з підвищенням рівня гнітючої тривоги, тобто зниженням рівня ТН. Травматичні події, що переживаються впродовж життя, не мають такого ефекту: підгрупи респондентів з різною кількістю травматичних подій життя не відрізняються за рівнем ТН;

- *підтверджено*, що в осіб з меншою толерантністю до невизначеності відхилення від збалансованого часового профілю є більшим: інтолерантні до невизначеності респонденти мають негативніше ставлення до минулого і фаталістичніші погляди на теперішнє;

- *встановлено*, що в звичайних умовах життя тривалість строків планування пов'язана зі шкалою прогностичної тривоги толерантності до невизначеності та з часовою перспективою майбутнє. В умовах підвищеного рівня невизначеності, зокрема, у часи пандемії, довгостроковість планування пов'язана з рівнем гнітючої тривоги та часовими перспективами гедоністичного та фаталістичного теперішнього;

*Уточнено:*

- уявлення про толерантність до невизначеності як властивість особистості сприймати непередбачуваність, неоднозначність та складність світу нейтрально або позитивно та зберігати здатність реагувати на неї проактивно;

- особливості і ефективність використання інтегрованих показників ставлення до часу – коефіцієнтів відхилення від збалансованого та негативного профілю часової перспективи;

- відмінності у ролі травматичного досвіду дитинства та всього життя у формуванні ставленні до невизначеності, а також у оцінки минулого, теперішнього і майбутнього.

### **Практичне значення одержаних результатів.**

Теоретичні положення роботи та висновки з емпіричного дослідження можуть бути використані при розробці рекомендацій для практичних психологів, психотерапевтів і соціальних працівників, що працюють з особами, які мають травматичний досвід. Перекладений та адаптований тест «Шкала інтолерантності до невизначеності» Н. Карлетона дозволить визначати рівень толерантності до невизначеності у його емоційно-поведінковому та когнітивному вимірах та буде корисним у діяльності психологів, профорієнаторів, менеджерів з персоналу. Використання тесту у подальших наукових дослідженнях толерантності до невизначеності відкриває можливості для кроскультурного співставлення результатів вивчення відносин з невідомістю, оскільки саме цей опитувальник є одним з найпопулярніших і перевірених в англійських публікаціях. Отримані результати допоможуть при розробці та у викладанні курсів з психології особистості, психологічного консультування, травма-терапії, психології управління.

Ключові слова: толерантність до невизначеності, інтолерантність до невизначеності, збалансований профіль часової перспективи, посттравматичні

стани, негативний досвід дитинства, травматичний досвід життя, трансформація, травма.

## SUMMARY

**Н. Нромова. Tolerance of uncertainty as a factor of a personal traumatic experience transformation.** – Qualification scientific work with the manuscript copyright.

The thesis for the Philosophy Doctor degree in the knowledge area 05 “Social and behavioral sciences” in specialty – 053 “Psychology.” – Institute for Social and Political Psychology of National Academy of Educational Sciences of Ukraine, Kyiv, 2022.

This thesis presents the results of theoretical and empirical research on tolerance of uncertainty and its role in the post-traumatic stress symptoms (PTSS) transformation after traumatic events of adulthood and childhood. The relevance of the study is conditioned by the constant increase of the world’s level of complexity and unpredictability and also by a fuller understanding of the significance and severity of the traumatic events and consequences for a person’s life with the need to study factors that support the post-traumatic stress symptoms development or reduce the likelihood of its occurrence.

During the last decades, the ability to interact with complex, contradictory information, make decisions, make plans, and act in conditions of uncertain initial criteria and unpredictability of results has become increasingly in demand.

The pandemic and the full-scale war between the Russian Federation and Ukraine added challenges and increased the level of traumatization of many people. The consequences of traumatic events are diverse and cover many contexts of a person’s life: they add difficulties to the process of emotional regulation, increase the development of depressive states and anxiety, raise the issue of finding new meanings, reconsider relationships, and restructure the usual way of life. A person’s tolerance of uncertainty affects their ability to adapt to changes, meet unexpected events, and perceive constantly changing circumstances with greater ease or



difficulty. That is why the research topic “Tolerance of uncertainty as a factor of personal traumatic experience transformation” is crucial in the modern context.

The study of the thesis was performed within the research project topic of the Laboratory of Social Psychology of Personality in the Institute for Social and Political Psychology of the National Academy of Educational Sciences of Ukraine “Socio-psychological assistance of military operations’ victims during the transition to peaceful life conditions.” State registration number of the topic № 0119U000141.

*The object* of this study is tolerance of uncertainty as a personality feature. *The research subject* is the tolerance of uncertainty peculiarities in persons with the traumatic experience.

Analysis of various approaches to the phenomenon of uncertainty allows us to consider uncertainty from three perspectives: 1) as an unrecognizable characteristic of the objective world that exists separately from a human; 2) as a limited ability of a human to know the external world; 3) as a contradictory, incomplete awareness of a human's inner world, the causes of their actions and deeds.

The development of psychology during the last decades is characterized by increasing awareness of the total presence of uncertainty in human life and the "appointment" of the individual responsible for tolerating this fact and reducing uncertainty through one's own meaning-making, daily decisions, and actions. The necessity to redefine oneself over and over again every moment is linked inextricably to the sense of the time passage, the need to structure one's present and future and reinterpret the meaning of past events. It is important to form and maintain a balanced attitude toward time, that is, the ability to switch attention between the past, present, and future, not to get stuck in one temporal point.

Theoretical analysis of the problem of personal attitude to uncertainty has identified emotional-behavioral and cognitive components of the tolerance of uncertainty. Sources of uncertainty are the complexity of information, its ambiguity, probability, and unpredictability of consequences of some events, activities, and decisions.

We used the following definition of tolerance of uncertainty: TU is an individual feature to perceive unpredictability, ambiguity, and complexity of the world neutrally or positively and maintain the ability to respond proactively. Accordingly, intolerance of uncertainty (IU) is an individual feature to perceive unpredictability, ambiguity, and complexity of the world as undesirable and threatening and tend to respond to it with increased insecurity, anxiety, stupor, and confusion.

A theoretical model of the mediation role of IU in the occurrence of posttraumatic stress symptoms (PTSS) is presented. According to the theoretical analysis results, traumatic life experiences, especially in childhood, have a certain impact on the attitude to uncertainty and form negative expectations from surprises. Decreased TU, in turn, increases predisposition to PTSS, as well as a negative attitude towards the past and distrust to the future.

The model and procedure of empirical study correspond to the principles of non-classical rationality, which led to a two-stage organization of research and to the choice of quantitative methods for measuring TU, PTSS, and other variables. At the preparatory stage, we translated and adapted N. Carleton's Intolerance of Uncertainty Scale – Short Form (IUS-12) to measure the emotional-behavioral and cognitive components of reactions to the unknown. The process of adaptation of the test consisted of the following stages: implementation of consecutive translations and adaptation of the questionnaire to the ethnical and linguistic features of the population; assessment of the constructive validity of the test; evaluation of convergent and divergent validity of the test. A high level of internal consistency and reproducibility of results obtained in similar studies confirm the reliability of the test. The advantage of N. Carleton's Intolerance of Uncertainty Scale – Short Form (IUS-12) questionnaire is its predictive value for preliminary diagnosis of the risk of occurrence and fixation on negative emotional states due to traumatic events.

A total of 509 respondents were involved in the study: 227 participants at the stage of translation and adaptation of the Intolerance of Uncertainty Scale, 105 respondents took part in the pilot research, and 177 respondents were included in the

sample of the main stage of the study. The sample represents participants from different regions of Ukraine, diverse by profession and age (from 19 to 59 years). It is sufficient in size and representative according to the empirical objectives.

The empirical study confirmed that tolerance of uncertainty makes a significant contribution to the transformation of the consequences of traumatic events, which are realized both in the form of a direct impact on the PTSS and as a mediator. TU acts as a prism that either increases PTSS or softens the encounter with something unexpected, complex, or unpredictable and helps to overcome the stress reaction. The emotional-behavioral component of TU turned out to be a significant factor for the posttraumatic stress symptoms.

Tolerance of uncertainty peculiarity in persons with many adverse childhood experiences is an increased level of inhibitory anxiety. Respondents with a high level of Inhibitory Anxiety react more emotionally to situations of uncertainty, feel fear and confusion in unexpected circumstances more often, and tend to avoid complicity and novelty. Respondents with more adverse childhood experiences have lower UT or, in other words, higher IU levels. This difference is absent while comparing subgroups that are formed by the presence of traumatic events throughout life. Such data support the conclusion that traumatic events in adulthood hardly change attitudes toward uncertainty; it is characteristic for a person to act in unexpected circumstances in a way set since childhood. Respondents with different degrees of adverse childhood experience also differ on the Past Negative time perspective scale. A traumatic experience in adulthood strengthens a hedonistic attitude to the present and actualizes the value of life and momentary pleasures.

Comparison of the time perspective in subgroups with different levels of TU revealed a difference on all scales, except for the Present Hedonic. Respondents with low tolerance to uncertainty (high IU) have a less balanced time perspective profile, closer to negative. Respondents with a high level of IU are more inclined to focus on negative events of the past, evaluate the present more fatalistically, and believe less in the effectiveness of their efforts to build the future.

In addition to the tolerance of uncertainty, significant predictors of the manifestations of PTSS are traumatic life experiences and deviation from a Balanced Time Perspective Profile. The time perspectives of the Past Negative, Past Positive, and the Present Hedonistic make a significant contribution to the manifestations of PTSS.

A comparative analysis was done to check differences in planning everyday life (before the pandemic 2020-2021) and during quarantine in people with different tolerance of uncertainty levels. With a high TU, a person does not tend to pay much attention to long-term planning. However, declining UT does not necessarily lead to a linear increase in the planning horizon, depends on other factors and requires further research.

Under normal circumstances (before the 2020-2021 pandemic), the planning period's length is correlated with the IU Perspective Anxiety scale and the Future Time Perspective. In the conditions of a pandemic and an increased level of uncertainty, a certain impossibility to plan something in good time and indeed, the long-term nature of planning is associated with the level of Inhibitory anxiety, Present Hedonistic and Present Fatalistic Time Perspectives.

Understanding the tolerance of uncertainty and time's prospective role in the consequences of traumatic events allows better planning of preventive and therapeutic interventions to prevent and/ or correct maladaptive reactions to difficult life events.

### **Scientific novelty of the data obtained.**

*For the first time:*

- the tolerance of uncertainty potential as a factor in transforming post-traumatic stress symptoms in persons with a traumatic experience is *described*. The potential is realized both in the form of a direct impact on the consequences of traumatization and through the mediating role of TU in the dynamics of post-traumatic states. The tolerance of uncertainty emotional-behavioral component turned out to be a more significant factor for changes in PTSS;

- it has been *proven* that traumatic life events, the level of tolerance of uncertainty, and deviation from a balanced time profile make a significant contribution to the development of PTSS and explain almost 46% of the variation of PTSS;

- the tolerance of uncertainty mediating role has been *proven*. Tolerance of uncertainty acts as a mediator between the traumatic experience of childhood and the manifestations of post-traumatic conditions in adulthood;

- it was *determined* that the presence of adverse childhood experiences is associated with an increase in the level of Inhibitory Anxiety. Traumatic events experienced during life do not have such an effect: subgroups of respondents with different numbers of traumatic life events do not differ in terms of TU level;

- it has been *confirmed* that people with lower tolerance of uncertainty level (high level of IU) have a greater deviation from the balanced Time Perspective Profile: uncertainty intolerant respondents have more negative attitudes towards the past and more fatalistic views about the present;

- it *has been established* that in normal living conditions (before the 2020-2021 pandemic), the length of planning periods is associated with the scale of Perspective Anxiety of IU and the Future Time Perspective. In conditions of increased uncertainty, particularly during a pandemic, long-term planning is associated with a level of Inhibitory Anxiety, the Present Hedonistic and Present Fatalistic Time Perspectives.

*There are clarified:*

- the idea of tolerance of uncertainty as an individual feature to perceive unpredictability, ambiguity, and the complexity of the world neutrally or positively and maintain the ability to respond to it proactively;

- features and effectiveness of using integrated indicators of attitude to time – coefficients of deviation from a balanced and negative Time Perspective Profile;

- differences in the role of a traumatic childhood and lifelong experiences in the formation of attitudes towards uncertainty, as well as in the assessment of the past, present, and future.

### **Practical significance of the obtained results.**

Theoretical findings and conclusions from empirical research can be used in the development of recommendations for practical psychologists, psychotherapists, and social workers who work with people with traumatic experiences. N. Carleton's Intolerance of Uncertainty Scale – Short Form (IUS-12) Ukrainian translation and adaptation will measure the tolerance of uncertainty level in its emotional-behavioral and cognitive dimensions and will be helpful in the work of psychologists, career counselors, and HR managers. Using the test in further research on tolerance of uncertainty opens up opportunities for cross-cultural comparison of the research results of the relationship with the Unknown since this questionnaire is one of the most popular and tested in English publications. The obtained results will help develop and teach courses in Psychology of Personality, Psychological Counseling, Trauma Therapy, and Management Psychology.

*Keywords:* tolerance of uncertainty, intolerance of uncertainty, time perspective, deviation of balanced time profile, post-traumatic stress symptoms, adverse childhood experience, traumatic life experience.