

Інститут соціальної та політичної психології НАПН України  
Інститут соціальної та політичної психології НАПН України

Кваліфікаційна наукова праця  
на правах рукопису

**Коробка Ілля Миколайович**

УДК 159.932:316.64

## **ДИСЕРТАЦІЯ**

### **ТОЛЕРАНТНІСТЬ ДО НЕВИЗНАЧЕНОСТІ ЯК ПСИХОЛОГІЧНИЙ РЕСУРС СУБ'ЄКТИВНОГО БЛАГОПОЛУЧЧЯ МОЛОДІ**

за спеціальністю 053 – Психологія

(Галузь знань 05 - Соціальні та поведінкові науки)

(спеціалізація – соціальна психологія; психологія соціальної роботи)

Подається на здобуття наукового ступеня доктора філософії

Дисертація містить результати власних досліджень. Використання ідей, результатів і текстів інших авторів мають посилання на відповідне джерело.

\_\_\_\_\_ Коробка І.М.

Науковий керівник: Кочубейник Ольга Миколаївна, доктор психологічних наук,  
старший науковий співробітник, головний науковий співробітник відділу  
психології політико-правових відносин

Київ – 2024

## АНОТАЦІЯ

**Коробка І.М.** Толерантність до невизначеності як психологічний ресурс суб'єктивного благополуччя молоді. – Кваліфікаційна наукова праця на правах рукопису. Дисертація здобуття наукового ступеня доктора філософії за спеціальністю 053 – Психологія. Інститут соціальної та політичної психології НАПН України, Київ, 2024.

У дисертаційній роботі представлено теоретичне узагальнення та наукове вирішення проблеми толерантності до невизначеності як психологічного ресурсу суб'єктивного благополуччя студентської молоді в умовах посилення соціальної нестабільності й невизначеності внаслідок війни, розв'язаної рф проти України. Актуальність дослідження зумовлено посиленням в умовах сьогодення, внаслідок повномасштабної війни, розв'язаної рф проти України, таких явищ як нестабільність, непередбачуваність та невизначеність, що позначається на стані здоров'я та психологічного благополуччя різних верств населення, й молоді зокрема. Фокусування на невизначеності як на особливому тлі суспільного життя в умовах війни проблематизує окремі аспекти досягання суб'єктивного благополуччя молоді, зокрема її студентської частини, перед якою постає ряд важливих завдань – це і побудова життєвих планів, і пошук сенсу життя, і професійне становлення, і прийняття відповідальності за своє життя, своє майбутнє тощо, вирішення яких в таких умовах ускладнюються.

В таких умовах актуальним та перспективним є розгляд феномену толерантності до невизначеності, дослідницький ресурс якого не вичерпано, і в контексті нашого дослідження толерантність до невизначеності може розкрити нові грані такого складного явища як суб'єктивне благополуччя та постати в якості психологічного ресурсу суб'єктивного благополуччя студентської молоді. Актуальність та соціальна значущість проблеми зумовили вибір теми дисертаційної роботи «Толерантність до невизначеності як психологічний ресурс суб'єктивного благополуччя молоді».

Тема дисертаційної роботи тісно пов'язана з проблематикою науково-дослідної роботи відділу психології політико-правових відносин Інституту

соціальної та політичної психології НАПН України в межах наукової теми «Психологічні чинники готовності індивідуальних і колективних суб'єктів до конструктивної поведінки у надзвичайних ситуаціях» (2020-2022) – державний реєстраційний номер теми 0120U000157.

*Об'єктом* дослідження постало суб'єктивне благополуччя молоді. *Предметом* дослідження є особливості толерантності до невизначеності як психологічного ресурсу суб'єктивного благополуччя студентської молоді.

За результатами теоретичного аналізу проблеми благополуччя зазначено, що сучасна психологія через поняття «благополуччя» розкриває узагальнений зміст переживання людиною позитивності свого існування, передаючи різні специфікації цього стану через такі категорії як суб'єктивне благополуччя, емоційне благополуччя, щастя, психологічне благополуччя як найбільш узагальнені та такі, що включають низку чинників, які детермінують повноцінний психологічно здоровий стан особистості.

Попри відмінності у визначеннях благополуччя виокремлено змістову інваріанту, що акумулює доробки різноманітних психологічних інтерпретацій цього феномену й, як інтегральне соціально-психологічне утворення, суб'єктивне благополуччя визначено як емоційно-оцінне ставлення особи до власного життя, власної особистості, взаємостосунків з іншими людьми, що суб'єктивно виражається у задоволеності різними сторонами свого буття, життям загалом (суб'єктивне благополуччя), задоволеності собою, домінуванні позитивних емоційних станів (емоційне благополуччя як переживання щастя) та є основою для позитивного функціонування, досягнення автономії, розкриття свого потенціалу та самореалізації (психологічне благополуччя).

В умовах невизначеності психологічні ресурси особистості постають своєрідними засобами трансформації сприйняття таких умов, ініціації поведінки й відповідно відіграють ключову роль в їх опануванні та підтриманні психологічного здоров'я та благополуччя. Толерантність до невизначеності цьому контексті розглянуто як одну з ключових категорій. На основі узагальнення результатів теоретичного розгляду проблеми розроблено

теоретичну модель впливу толерантності до невизначеності на суб'єктивне благополуччя молоді, за якою толерантність до невизначеності як багатогранне явище охоплює різноманітне ставлення до невизначеності – від негативного – інтолерантного, до позитивного – толерантного, розглядається як властивість особистості на основі оцінок – від позитивних до негативних та осмислення невизначеності – як множинності можливостей чи загрози; емоційно (позитивно, нейтрально чи негативно) сприймати та поведінково реагувати на неї – уникати невизначеної ситуації чи змінювати її, що певним чином (негативно чи позитивно) позначатиметься на суб'єктивному благополуччі як інтегральному соціально-психологічному утворенні.

Емпіричне дослідження здійснювалося через системну реалізацію низки взаємопов'язаних завдань в рамках концептуально і логічно узгоджених дослідницьких блоків, з різним рівнем складності вирішуваних завдань та способами отримання емпіричних даних.

У дослідженні брали участь **576 осіб**, студентська молодь, яка здобуває ступінь освіти бакалавр та магістр в закладах вищої освіти різних міст України: Львів – 163 особи, Луцьк та Рівне – 47 осіб, Чернівці – 41 особа, Ужгород – 29 осіб; Чернігів – 69 осіб, Суми – 61, Глухів – 7 осіб, Дніпро – 74 особи, Запоріжжя – 20 осіб та м. Київ – 65 осіб; за різними напрямками фахової підготовки – за напрямом психологія 186 осіб; менеджмент, економіка, право – 223 особи; педагогіка (спеціальна, дошкільна та середня освіта) – 167 осіб; респондентів чоловічої статі – 98 осіб, жіночої – 478. Опитування студентської молоді було проведено у березні-травні 2023 року з використанням google-інструментів.

В результаті проведеного емпіричного дослідження встановлено, що в невизначених ситуаціях молоді люди можуть відчувати тривогу, дещо обмежувати себе у кількості можливих виборів, зважаючи на ступінь складності і невизначеності ситуації, виявляють прагнення до безпечного, стабільного, передбачуваного світу без безладдя і хаосу. Водночас вони здатні помірковано й позитивно ставитися до нових ситуацій, досить відкриті до нового досвіду, готові до новизни та до вирішення складних завдань, здатні усвідомлювати себе як

суб'єкта власних дій, розуміють, що можуть контролювати своє життя та певною мірою оптимістично оцінюють свої успіхи й невдачі. Це дає підстави узагальнено говорити про урівноваженість толерантного й інтолерантного ставлення до невизначеності досліджуваних представників студентської молоді, адже невизначеність представляє серйозний адаптивний виклик, що відповідно активує мотивацію молодих людей на утримання її на прийнятному рівні, особливо в сьогоденних складних умовах війни.

Встановлено статистично значущі зв'язки між загальними показниками толерантності/інтолерантності до невизначеності та показниками суб'єктивного, психологічного та емоційного благополуччя, які свідчать про те, що *чим більше* проявленими є схильність студентської молоді сприймати себе суб'єктом власних дій, більш оптимістично оцінювати власні успіхи й невдачі та передбачати досягнення успіху у майбутньому, бачити наявність можливостей та здійснювати вибір в ситуаціях невизначеності, *тим більше вони відчують* задоволення на чуттєвому рівні та усвідомлення причетності до соціуму, як його частини, задоволеність від прикладених зусиль для досягання благополуччя, подієво смислової насиченості життя, впевненість у собі, задоволеність собою і тим, як відбуваються процеси власного життя. Натомість негативний зв'язок між загальним показником інтолерантності до невизначеності та показниками суб'єктивного, психологічного та емоційного благополуччя свідчить про те, що зі зростанням показника інтолерантності до невизначеності показники благополуччя знижуються.

За допомогою методу факторного аналізу визначено змістовно-структурні компоненти суб'єктивного благополуччя студентської молоді як специфічний комплекс інтегральних диспозицій суб'єктивного благополуччя: *«екзистенційно-діяльнісного благополуччя»* – як продукту усвідомлення власної суб'єктності у реалізації життєвих цілей; *«позитивного функціонування і розвитку»* – як результату реалізації основних компонентів позитивного особистісного функціонування; *«емоційного благополуччя»* – як відчуття задоволеності життям як таким, собою і тим, як відбуваються процеси власного життя.

На підставі результатів множинного лінійного регресійного аналізу визначено характеристики толерантності до невизначеності, які детермінують, тобто здійснюють найбільший вплив на суб'єктивне благополуччя студентської молоді та емпірично підтверджено толерантність до невизначеності якості психологічного ресурсу суб'єктивного благополуччя студентської молоді. Зазначено, що сутність толерантності до невизначеності як психологічного ресурсу суб'єктивного благополуччя студентської молоді полягає у здатності та вмінні молоді ефективно діяти та ухвалювати рішення в умовах неповної або суперечливої інформації; у схильності переживати позитивні емоції у невизначених, непередбачуваних, неструктурованих та неоднозначних ситуаціях, сприймати їх не як загрозу, а як такі, що кидають виклик, як можливість власної здійсненності, що уможливорює проактивне реагування в ситуаціях невизначеності.

#### **Наукова новизна дослідження.**

*Уперше:*

– *емпірично підтверджено толерантність до невизначеності в якості психологічного ресурсу суб'єктивного благополуччя студентської молоді – визначено характеристики толерантності до невизначеності, які в умовах невизначеності детермінують високий рівень суб'єктивного благополуччя студентської молоді як комплексу інтегральних диспозицій:*

- *для диспозиції «екзистенційно-діяльнісного благополуччя» як продукту усвідомлення власної суб'єктності у реалізації життєвих цілей в різних сферах життя – це надання переваги невизначеності, позитивне ставлення до невизначених ситуацій та складних завдань, відкритість до невизначеності та її прийняття, низький рівень гнітючої тривоги та загальної інтолерантності до невизначеності;*

- *для диспозиції «емоційного благополуччя» як відчуття задоволеності життям як таким, собою і тим, як відбуваються процеси власного життя – відкритість до невизначеності та її прийняття, позитивне ставлення до невизначених ситуацій та складних завдань, надання переваги невизначеності, позитивне ставлення та*

цікавість до новизни, адекватне сприйняття нерозв'язності ситуації та спроба знайти шляхи виходу з неї, або ж прийняти її як даність;

- для диспозиції *«позитивного функціонування і розвитку»* як результату реалізації основних компонентів позитивного особистісного функціонування – позитивне ставлення до невизначених ситуацій та складних завдань, відкритість до невизначеності та її прийняття, надання переваги невизначеності, сприйняття складності ситуації як поштовху до розкриття внутрішніх ресурсів, до саморозвитку, адекватне сприйняття нерозв'язності ситуації, низький рівень гнітючої тривоги та загальної інтолерантності до невизначеності;

- *розкрито* особливості вираженості цих диспозицій:

- у студентів різної *статі* відмінності виявлено за диспозицією *«позитивного функціонування і розвитку»* та *«екзистенційно-діяльнісного благополуччя»*. Порівняно з жіночою частиною випробуваних, у молодих людей чоловічої статі спостерігається достовірно вищий ступінь вираженості диспозиції *«позитивного функціонування і розвитку»*, натомість у молоді жіночої статі зафіксовано достовірно вищий ступінь вираженості диспозиції *«екзистенційно-діяльнісного благополуччя»*;

- залежно від *курсу навчально-професійної підготовки* відмінності виявлено за диспозицією *«емоційного благополуччя»*. Молодь, яка перебуває на завершальному етапі бакалаврської підготовки, порівняно з бакалаврами 1-2 року навчання і магістрами, найбільш повно переживає емоційне благополуччя як щастя, що має своїм джерелом загальне відчуття задоволеності життям як таким та задоволеності собою, настанову розуміти оточуючий світ як високоресурсне джерело можливостей, а себе – здатними знаходити та отримувати ресурси;

- залежно від *напрямку фахової підготовки* відмінності виявлено за диспозицією *«екзистенційно-діяльнісного благополуччя»* – у майбутніх психологів у порівнянні з майбутніми педагогами і менеджерами спостерігається достовірно вищий рівень вираженості суб'єктивного благополуччя як

інтегрального почуття, яке змістовно визначається ступенем реалізації, задоволення широкого спектру їх фундаментальних життєвих потреб і прагнень;

- залежно від *регіону навчання* відмінності виявлено за всіма інтегральними диспозиціями. Молодь, яка навчається у закладах вищої освіти *північно-західного регіону* України, демонструють достовірно найвищий, а студенти закладів *північно-східного регіону* – достовірно найнижчий рівень вираженості диспозиції «екзистенційно-діяльнісного благополуччя». Молодь, яка навчається у закладах вищої освіти *західного регіону*, демонструє достовірно найвищий, а студенти, які навчаються у закладах *столиці нашої держави*, – достовірно найнижчий рівень вираженості диспозиції «позитивного функціонування і розвитку». Молодь, яка навчається у закладах вищої освіти *північно-західного регіону*, демонструє достовірно найвищий, тоді як студенти закладів *північно-східного та східного регіонів* – достовірно найнижчий рівень вираженості інтегральної диспозиції «емоційного благополуччя»;

*поглиблено:*

– розуміння сутності суб'єктивного благополуччя як багатовимірного психологічного феномену, який визначається системою об'єктивних чинників та комплексом специфічних прогностичних детермінант;

– уявлення про особливості толерантності до невизначеності та суб'єктивного благополуччя студентської молоді в умовах нестабільності й невизначеності внаслідок повномасштабної агресії РФ проти України

*додовнено:*

– практичні розробки з підтримання психологічного здоров'я та благополуччя молоді рекомендаціями щодо підвищення усвідомлення та активізації ресурсності толерантності до невизначеності у підтриманні благополуччя студентської молоді в умовах нестабільності й невизначеності.

**Практичне значення результатів дисертації.** Отримані результати розширюють уявлення про феномени суб'єктивного благополуччя та толерантності до невизначеності, що може стати підґрунтям для подальших наукових пошуків, практичних форм роботи з молодими людьми щодо



підвищення усвідомлення та активізації ресурсності толерантності до невизначеності у підтриманні суб'єктивного благополуччя; активізації та розвитку здатності долати складнощі в умовах невизначеності і непередбачуваності. Важливою сферою застосування результатів дослідження є сфера надання соціально-психологічної підтримки молоді через психоедукацію, консультування, психокорекцію, психотерапію задля підтримання їхнього благополуччя, підвищення самоефективності, актуалізації та активізації психологічних ресурсів для збереження психологічного здоров'я та благополуччя. Основні положення дослідження можуть бути використані при розробці та оновленні програм навчальних дисциплін «Психологія здоров'я», «Психологія травмуючих ситуацій», «Основи психокорекції», «Соціальна психологія».

**Ключові слова:** суб'єктивне, психологічне, емоційне благополуччя, здоров'я, невизначеність, толерантність до невизначеності, ресурси, подолання, поведінкові стратегії, рефлексія, ціннісна детермінація, визначеність політичної, економічної сфер життя, настановлення, потенціал розвитку, емоційна стійкість, компетентність, молодь, освітнє середовище, психологічна підтримка, війна.

### ABSTRACT

**Korobka I.M.** Tolerance to Uncertainty as a Psychological Resource of Youth Subjective Well-being. – Qualifying scientific work according to manuscript rights. Dissertation for the degree of Doctor of Philosophy degree in Social and Behavioral Sciences, Specialty 053 – Psychology. Institute of the Social and Political Psychology of the National Academy of Educational Sciences of Ukraine, Kyiv, 2024.

In the dissertation, a theoretical synthesis and scientific solution is presented regarding the problem of tolerance to uncertainty as a psychological resource for the subjective well-being of student youth under conditions of increased social instability and uncertainty due to the war initiated by the Russian Federation against Ukraine. The relevance of the study is emphasized by the rise in instability, unpredictability, and uncertainty, resulting from the ongoing full-scale war by Russia against Ukraine, which impacts the health and psychological well-being of various social groups,

particularly youth. Focusing on uncertainty as a unique backdrop to social life during wartime highlights specific challenges in achieving subjective psychological well-being for young people, especially students. They face critical tasks such as planning life trajectories, seeking life's meaning, professional development, and taking responsibility for their lives and futures, all of which are complicated under these circumstances.

Under these conditions, examining the phenomenon of tolerance to uncertainty becomes relevant and promising, as its research potential remains underexplored. In the context of our study, tolerance to uncertainty can reveal new facets of the complex phenomenon of subjective well-being, emerging as a psychological resource for the subjective well-being of student youth. The relevance and social significance of this issue determined the choice of the dissertation topic: "Tolerance to Uncertainty as a Psychological Resource of Youth Subjective Well-being".

The dissertation topic is closely related to the research focus of the Department of Political-Legal Psychology at the Institute of Social and Political Psychology of the National Academy of Educational Sciences of Ukraine, as part of the scientific project "Psychological factors of readiness of individual and collective subjects for constructive behavior in emergency situations" (2020-2022) - state registration number of the topic 0120U000157.

The research object is the subjective well-being of youth. The research subject is the features of tolerance to uncertainty as a psychological resource for the subjective well-being of student youth.

The theoretical analysis of well-being indicates that modern psychology, through the concept of "well-being," conveys a generalized sense of an individual's experience of positivity in existence. This concept encompasses different specifications, such as subjective well-being, emotional well-being, happiness, and psychological well-being, all as broad categories that include various factors determining a psychologically healthy state.

Despite variations in definitions, a core invariant was identified that synthesizes the diverse psychological interpretations of this phenomenon. Subjective well-being, as

an integrative socio-psychological construct, is viewed as an emotionally evaluative attitude of an individual toward their life, self, and relationships with others. This is subjectively expressed through satisfaction with different aspects of one's being, life as a whole (subjective well-being), self-satisfaction, a predominance of positive emotional states (emotional well-being, as a feeling of happiness), and serves as a foundation for positive functioning, autonomy, personal potential development, and self-realization (psychological well-being).

In conditions of uncertainty, an individual's psychological resources serve as tools for transforming perceptions of these conditions, initiating behaviors, and thus play a key role in managing and maintaining psychological health and well-being. In this context, tolerance to uncertainty is considered a central concept. Based on a synthesis of theoretical research, a theoretical model was developed to illustrate the impact of tolerance to uncertainty on youth subjective well-being. In this model, tolerance to uncertainty is viewed as a multifaceted phenomenon encompassing a range of attitudes toward uncertainty—from negative (intolerance) to positive (tolerance). It is regarded as a personal trait that involves assessments, ranging from positive to negative, and interpretations of uncertainty—as an opportunity or a threat. This tolerance influences how uncertainty is emotionally perceived (positively, neutrally, or negatively) and how one responds behaviorally—whether by avoiding or adapting to uncertain situations, which in turn affects subjective well-being as an integrative socio-psychological construct.

The empirical study was conducted through a systematic implementation of a series of interrelated tasks within conceptually and logically coordinated research blocks, involving tasks of varying complexity and methods of obtaining empirical data.

The study included 576 participants—students pursuing bachelor's and master's degrees at higher education institutions across various cities in Ukraine: Lviv (163), Lutsk and Rivne (47), Chernivtsi (41), Uzhgorod (29), Chernihiv (69), Sumy (61), Hlukhiv (7), Dnipro (74), Zaporizhzhia (20), and Kyiv (65). They represented different fields of study: psychology (186 students), management, economics, and law (223), and pedagogy (special, preschool, and secondary education) (167). Among the

respondents, there were 98 males and 478 females. The survey was conducted from March to May 2023 using Google tools.

The empirical findings reveal that in the uncertain social context associated with Russia's full-scale aggression against Ukraine, young people may experience anxiety and somewhat limit their choices due to the complexity and uncertainty of the situation. They show a desire for a safe, stable, and predictable world with minimal disorder and chaos. At the same time, they are moderately and positively receptive to new situations; open to new experiences; ready for novelty and challenging tasks; capable of perceiving themselves as agents of their own actions, understanding that they can control their lives, and viewing their successes and failures with a certain degree of optimism. This suggests a balanced approach to tolerance and intolerance toward uncertainty among the studied student youth. Uncertainty presents a significant adaptive challenge, which, in turn, motivates young people to maintain it at an acceptable level, particularly in today's difficult conditions of war.

Significant correlations were found between general indicators of tolerance/intolerance to uncertainty and overall indicators of subjective, psychological, and emotional well-being as experiences of happiness. These correlations suggest that the more pronounced the tendency among student youth to perceive themselves as agents of their own actions, to optimistically evaluate their successes and failures, to anticipate future success, to recognize opportunities, and to make choices in uncertain situations, the greater their satisfaction at a sensory level and sense of belonging to society as a part of it. This also includes a sense of fulfillment from efforts made toward achieving well-being, the meaningfulness of life events, self-confidence, and contentment with themselves and the processes of their lives. Conversely, as intolerance to uncertainty increases, well-being indicators decline.

Through factor analysis, three structural components of subjective well-being in student youth were identified as a specific complex of integral dispositions: "existential-activity well-being" – as the outcome of recognizing one's agency in pursuing life goals; "positive functioning and development" – as the result of fulfilling

primary aspects of positive personal functioning; and "emotional well-being" – as satisfaction with life as a whole, with oneself, and with the processes of one's life.

Based on the results of multiple linear regression analysis, characteristics of tolerance to uncertainty were identified that most significantly influence the subjective well-being of student youth and were empirically verified as psychological resources for subjective well-being. It was noted that the essence of tolerance to uncertainty as a psychological resource for the subjective well-being of student youth lies in the ability and willingness of young people to act effectively and make decisions under conditions of incomplete or contradictory information; to have a tendency to experience positive emotions in uncertain, unpredictable, unstructured, and ambiguous situations; and to view these situations not as threats but as challenges or opportunities for self-realization, which enables proactive responses to uncertainty.

### **Scientific Novelty of the Research.**

*For the first time:*

– *empirically confirmed* tolerance for uncertainty as a psychological resource for the subjective well-being of student youth. Informative characteristics of tolerance for uncertainty have been identified, which, in conditions of instability and uncertainty, determine a high level of subjective well-being among student youth as a complex of integral dispositions:

- for the disposition of "*existential and functional well-being*" as a product of awareness of one's own subjectivity in the realization of life goals in various spheres of life - this is a preference for uncertainty, a positive attitude to uncertain situations and difficult tasks, openness to uncertainty and its acceptance, a low level of oppressive anxiety and general intolerance to uncertainty;

- for the disposition of "*emotional well-being*" as a feeling of satisfaction with life as a whole, with oneself, and with the processes of one's own life – openness to uncertainty and its acceptance, a positive attitude toward uncertain situations and complex tasks, a preference for uncertainty, positive attitude and curiosity toward novelty, an adequate perception of an unsolvable situation, and an attempt to find ways out or accept it as given;

- for the disposition of "positive functioning and development" as a result of the realization of the main components of positive personal functioning – a positive attitude toward uncertain situations and complex tasks, openness to uncertainty and its acceptance, a preference for uncertainty, perception of the complexity of a situation as a trigger to unlock internal resources for self-development, adequate perception of an unsolvable situation, a low level of overwhelming anxiety and general intolerance for uncertainty;

– *specific features of the expression of these dispositions have been revealed:*

- *among students of different genders*, differences were identified in the dispositions of "positive functioning and development" and "existential-activity well-being." Compared to female participants, young male students show a significantly higher degree of expression in the disposition of "positive functioning and development," while female students show a significantly higher degree of expression in the disposition of "existential-activity well-being";

- *depending on the stage of educational and professional training*, differences were identified in the disposition of "emotional subjective well-being." Youth at the final stage of bachelor's training, compared to first- and second-year bachelor students and master's students, experience emotional well-being most fully as a sense of happiness, which stems from an overall sense of satisfaction with life and self, and a tendency to view the surrounding world as a high-resource source of opportunities, and themselves as capable of finding and acquiring resources;

- *based on the direction of professional training*, differences were identified in the disposition of "existential-activity well-being" – future psychologists, compared to future educators and managers, show a significantly higher level of subjective well-being as an integral feeling, which is substantially defined by the degree of realization and satisfaction of a wide range of their fundamental life needs and aspirations;

- *based on the region of study*, differences were identified across all integral dispositions. Youth studying in higher education institutions in the northwestern region of Ukraine demonstrate a significantly highest level, while students in institutions in the northeastern region exhibit a significantly lowest level of the disposition

"existential-activity well-being." Youth in higher education institutions in the western region show the highest level, while students in the institutions of the capital city show the lowest level of the disposition "positive functioning and development." Youth in higher education institutions in the northwestern region demonstrate the highest level, while students in institutions in the northeastern and eastern regions exhibit the lowest level of the integral disposition "emotional well-being."

*deepened:*

- the understanding of the essence of subjective well-being as a multidimensional psychological phenomenon, which is determined by a system of objective factors and a complex of specific prognostic determinants, has been deepened;

- the perception of the characteristics of tolerance for uncertainty and subjective psychological well-being of student youth in conditions of instability and uncertainty due to the full-scale aggression of the Russian Federation against Ukraine has been clarified.

- *supplemented:* practical developments on maintaining the psychological health and well-being of young people with recommendations for raising awareness and activating the resourcefulness of tolerance for uncertainty in supporting the well-being of student youth in conditions of instability and uncertainty.

**Practical Significance of the Dissertation Results.** The results obtained expand the understanding of the phenomena of subjective well-being and tolerance for uncertainty, which can serve as a foundation for further scientific exploration, practical forms of work with young people aimed at increasing awareness and activating the resourcefulness of tolerance for uncertainty in maintaining subjective psychological well-being; activating and developing the ability to overcome difficulties in conditions of uncertainty and unpredictability. An important area of application for the research results is the provision of social and psychological support to youth through psychoeducation, counseling, psycho-correction, and psychotherapy to maintain their well-being, enhance self-efficacy, and actualize and activate psychological resources to preserve mental health and well-being. The main provisions of the research can be

used in the development and updating of educational programs in subjects such as "Health Psychology," "Psychology of Traumatic Situations," "Fundamentals of Psycho-Correction," and "Social Psychology".

**Key words:** subjective, psychological, emotional well-being, health, uncertainty, tolerance to uncertainty, resources, coping, behavioral strategies, reflection, value determination, definiteness of political and economic spheres of life, orientation, development potential, emotional stability, competence, youth, educational environment, psychological support, war.

## СПИСОК ПУБЛІКАЦІЙ ЗДОБУВАЧА ЗА ТЕМОЮ ДИСЕРТАЦІЇ

**А) Наукові праці, в яких опубліковано основні наукові результати дисертації.**

*Статті у наукових фахових видання затверджених МОН України, які входять до міжнародних наукометричних баз:*

**1. Коробка, І. М.** (2022). Суб'єктивне благополуччя: теоретичні інтерпретації, чинники й ресурси підтримання. *Науковий вісник Херсонського державного університету. Серія Психологічні науки*. № 2 (2022). 85-93. (Index Copernicus).

DOI: <https://doi.org/10.32999/ksu2312-3206/2022-2-12>

<http://pj.journal.kspu.edu/index.php/pj/article/view/1275>

**2. Коробка, І. М.** (2022). Ресурсність толерантності до невизначеності у підтриманні суб'єктивного благополуччя: теоретичні розвідки. *Габітус*, 41. 245-250. (Index Copernicus). <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2022.41.43>

[http://habitus.od.ua/journals/2022/41-2022/41\\_2022.pdf](http://habitus.od.ua/journals/2022/41-2022/41_2022.pdf)

**3. Korobka, I. M.** (2024). Tolerance/intolerance to uncertainty and subjective well-being of student youth: empirical interpretations. *«Наукові інновації та передові технології» (Серія «Управління та адміністрування», Серія «Право», Серія «Економіка», Серія «Психологія», Серія «Педагогіка»): журнал*. 2024. № 8 (36). С. 1504-1517. (Index Copernicus) DOI: [https://doi.org/10.52058/2786-5274-2024-8\(36\)](https://doi.org/10.52058/2786-5274-2024-8(36)); [https://doi.org/10.52058/2786-5274-2024-8\(36\)-1504-1517](https://doi.org/10.52058/2786-5274-2024-8(36)-1504-1517)



**Статті у міжнародних наукових виданнях, які входять до Організації економічного співробітництва і розвитку та Європейського Союзу, включені до міжнародних наукометричних баз:**

**4. Коробка, Ілля** (2023). Особливості впливу толерантності/інтолерантності до невизначеності на суб'єктивне благополуччя студентської молоді (Features of the influence of tolerance/intolerance to uncertainty on the subjective well-being of student youth). *Věda a perspektivy*, 10 (29). 230-246. (Index Copernicus). [https://doi.org/10.52058/2695-1592-2023-10\(29\)-230-246](https://doi.org/10.52058/2695-1592-2023-10(29)-230-246); DOI: [https://doi.org/10.52058/2695-1592-2023-10\(29\)](https://doi.org/10.52058/2695-1592-2023-10(29))

**Б) Наукові праці, які засвідчують апробацію матеріалів дисертації:**

**5. Коробка, І. М.** (2021) До проблеми суб'єктивного благополуччя молоді в умовах невизначеності. *Соціально-психологічні технології розвитку особистості : зб. наук. праць за матеріалами VI Міжнар. науково-практ. конф. молодих вчених, аспірантів та студентів* (м. Херсон, 22 квітня 2021 р.). Херсон, 189-192. <http://ekhsuir.kspu.edu/handle/123456789/13791>;

**6. Коробка, І. М.** (2021). До проблеми суб'єктивного благополуччя сучасної молоді та психологічних ресурсів його підтримання». *Інтеграційні можливості сучасної психології та шляхи її розвитку. Матер. V Всеукр. науково-практ. конф. (з міжнар. участю) (21-22 жовтня 2021 року, м. Запоріжжя)*. Запоріжжя : ЗНУ. 46-47.

**7. Коробка, І. М.** (2023). Толерантність до невизначеності як ресурс адаптації особи до кризових умов. *Актуальні проблеми психологічної та соціальної адаптації в умовах кризового суспільства* [Електронне видання] : зб. матеріалів VIII Міжнар. науково-практ. конф., м. Ірпінь, 20 квітня 2023 року. – Ірпінь : Державний податковий університет, 2023. С. 384-386.

URL: [https://drive.google.com/file/d/1JtAZs69A6CV5q\\_bE05OWbnNjIJ9xPJ1/view](https://drive.google.com/file/d/1JtAZs69A6CV5q_bE05OWbnNjIJ9xPJ1/view)

**8. Коробка, І. М.** (2023). Психологічне благополуччя студентської молоді в умовах війни: емпіричні розвідки. *Інтеграційні можливості сучасної психології та шляхи розвитку. Матер. VII Всеукр. науково-практ. конф. (м. Запоріжжя, 27-28 жовтня 2023 р.)* Запоріжжя : ЗНУ. 24-25.

**9. Korobka, I.** (2024). Characteristics of tolerance to uncertainty as prognostic determinants of the subjective well-being of student youth in the conditions of war. *Сучасні аспекти модернізації науки: стан, проблеми, тенденції розвитку: матеріали XLVIII-ої Міжнар. науково-практ. конф.* (м. Констанца, Румунія) : ВАДНД, 07 вересня 2024 р., 141-144. DOI: <https://doi.org/10.52058/48;http://perspectives.pp.ua/public/site/conferency/conf-48.pdf>

## ЗМІСТ

ВСТУП.....	21
РОЗДІЛ I. ТЕОРЕТИЧНІ ЗАСАДИ ВИВЧЕННЯ ТОЛЕРАНТНОСТІ ДО НЕВИЗНАЧЕНОСТІ ЯК ПСИХОЛОГІЧНОГО РЕСУРСУ СУБ'ЄКТИВНОГО БЛАГОПОЛУЧЧЯ МОЛОДІ.....	33
1.1. Підходи до розуміння суб'єктивного благополуччя та його структури.....	33
1.2. Соціально-психологічний аналіз толерантності до невизначеності.....	47
1.3. Психологічні ресурси суб'єктивного благополуччя молоді в умовах невизначеності.....	59
Висновки до розділу 1.....	67
РОЗДІЛ II. МЕТОДИЧНІ ЗАСАДИ ДОСЛІДЖЕННЯ ТОЛЕРАНТНОСТІ ДО НЕВИЗНАЧЕНОСТІ ЯК ПСИХОЛОГІЧНОГО РЕСУРСУ СУБ'ЄКТИВНОГО БЛАГОПОЛУЧЧЯ СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ.....	70
2.1. Огляд методичного інструментарію дослідження толерантності до невизначеності та суб'єктивного благополуччя в сучасних дослідженнях.....	70
2.2. Організація емпіричного дослідження толерантності до невизначеності та суб'єктивного благополуччя студентської молоді: етапи, завдання, методичний інструментарій, процедура дослідження.....	76
2.3. Загальна характеристика вибірки та методи статистичного аналізу результатів дослідження.....	92
2.4. Особливості прояву толерантності до невизначеності, суб'єктивного благополуччя студентської молоді та суб'єктивної оцінки нею визначеності сфер життя.....	95
Висновки до розділу 2.....	116
РОЗДІЛ III. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ТОЛЕРАНТНОСТІ ДО НЕВИЗНАЧЕНОСТІ ЯК ПСИХОЛОГІЧНОГО РЕСУРСУ СУБ'ЄКТИВНОГО БЛАГОПОЛУЧЧЯ СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ.....	119
3.1. Особливості прояву толерантності/інтолерантності до невизначеності залежно від характеристик вибіркової сукупності.....	119

3.2. Особливості зв'язку толерантності до невизначеності із компонентами суб'єктивного благополуччя студентської молоді.....	124
3.3. Особливості вираженості інтегральних диспозицій суб'єктивного благополуччя студентської молоді .....	132
3.3.1. Факторна структура психологічних показників суб'єктивного благополуччя студентської молоді.....	132
3.3.2. Статеві відмінності вираженості диспозицій суб'єктивного благополуччя студентської молоді.....	141
3.3.3. Особливості вираженості диспозицій суб'єктивного благополуччя студентської молоді залежно від курсу та напрямку фахової підготовки.....	144
3.3.4. Особливості вираженості диспозицій суб'єктивного благополуччя випробуваних залежно від регіону навчання.....	149
3.4. Ресурсність толерантності до невизначеності у підтриманні суб'єктивного благополуччя студентської молоді .....	156
3.4.1. Рекомендації щодо психологічної роботи з молоддю з підвищення усвідомлення та активізації ресурсності толерантності до невизначеності у підтриманні суб'єктивного благополуччя.....	165
Висновки до розділу 3.....	172
ВИСНОВКИ.....	176
ЛІТЕРАТУРА .....	183
ДОДАТКИ .....	206

**Актуальність проблеми дослідження.** В умовах сьогодення внаслідок повномасштабної війни, розв'язаної РФ проти України, відбувається посилення таких явищ як нестабільність, непередбачуваність та невизначеність, що відбивається на стані психологічного здоров'я та благополуччя населення. Ситуації соціальної нестабільності та невизначеності занурюють людину в специфічні психологічні стани, пов'язані зі ставленням до невизначеності – її сприйняттям, переживанням, стратегіями опанування. В цьому контексті перспективним є розгляд феномену толерантності до невизначеності в прикладному аспекті для досить широкого кола галузей психологічного знання – від психотерапії і психологічного консультування до психології безпеки особистості, психології здоров'я та благополуччя особистості. Дослідницький ресурс цього феномена не вичерпано, і в контексті нашого дослідження толерантність до невизначеності може розкрити нові грані такого складного явища як суб'єктивне благополуччя особистості в умовах невизначеності.

Фокусування на невизначеності як на особливому тлі суспільного життя в умовах війни проблематизує окремі аспекти досягання суб'єктивного благополуччя представниками різних верств населення, зокрема молоді та її студентської частини, перед якою постає ряд важливих завдань – це і побудова життєвих планів, і пошук сенсу життя, і професійне становлення, і прийняття відповідальності за своє життя, своє майбутнє тощо, вирішення яких в таких умовах ускладнюються.

Вивченню особливостей стану благополуччя молоді в сучасних умовах та визначенню різноманітних чинників, що впливають на психологічне благополуччя і здоров'я молодих людей присвячено низку як сучасних вітчизняних (К. Грузинова; Ю. Завацький; М. Каніболоцька; О. Клепікова; Н. Коструба; С. Позняк; С. Ревенко; Є. Хоменко; А. Шамне; Н. Шишко та ін.), так і зарубіжних (G. Arslan; J. Nagata; M. Zadworna, K. Kossakowska, & T. Renshaw та ін.) досліджень. Проблематичне поле досліджень суб'єктивного благополуччя торкається таких релевантних до проблем молоді аспектів, як зв'язок її благополуччя із трансформаційними процесами суспільства, соціальна

мобільність та зайнятість молоді (А. Капська; Н. Тілікіна); особливостей психологічного благополуччя студентів в період Covid-19 (К. Грузинова); залежність психологічного змісту благополуччя студентської молоді від типів їхньої спрямованості – гуманістичного, прагматичного, екзистенційного та егоцентричного (А. Харченко); формування зрілої ідентичності студентської молоді в умовах сучасного соціуму як чинника її психологічного благополуччя (С. Ревенко) та ін.

Поняття благополуччя є одним із маркерів, які дозволяють говорити про задоволеність людини життям в цілому, самою собою, характером відносин з оточуючими людьми. Сучасна психологія через поняття «благополуччя» розкриває узагальнений зміст переживання людиною позитивності свого існування, передаючи різні специфікації цього стану через такі уточнення, як суб'єктивне, психологічне, особистісне, емоційне, душевне благополуччя, іноді залучаючи конструкти ментального чи психологічного здоров'я.

Проблема благополуччя, як актуальна психологічна проблема, знаходиться в полі зору як вітчизняних (І. Горбаль; Т. Данильченко; Н. Довгань; В. Духневич; Н. Каргіна; З. Ковальчук; Н. Коструба; О. Ніздрань; Б. Пахоль; Л. Сердюк; Т. Титаренко та ін.), так і зарубіжних (С. Curri; D. Kahneman; E. Diener; S. Lyubomirsky; C. Ryff; M. Seligman та ін.) досліджень.

Узагальнення різноманітних тлумачень благополуччя можна вмістити у рамки гедоністичного та евдемонічного підходів. У першому воно розкривається через стани задоволення чи незадоволення та спирається на такі конструкти як щастя, позитивний афект, низький негативний афект і задоволеність життям (N. Bradburn, E. Diener; D. Kahneman; S. Lyubomirsky, та ін.), у другому – підкреслюється позитивне психологічне функціонування та розвиток людини, відповідно благополуччя розглядається як результат розвитку і саморозвитку особистості, повнота її самореалізації в конкретних життєвих умовах і обставинах та виступає як ступінь реалізації особистістю аспектів позитивного функціонування (C. Ryff; R. Ryan & E. Deci; E. Samman).

Статус суб'єктивного благополуччя як самостійного феномену встановлюється як інтегральне особистісне утворення, що функціонує в динаміці та є мотиваційним параметром особистості (Л. Сердюк); інтегральне соціально-психологічне утворення, що містить когнітивний (задоволеність з життя та афективний (щастя) компоненти, базується на активності та визначається як психологічна винагорода за проявлену соціальну активність (І. Семків); щасливий стан задоволеності власним життям, що передбачає охоплення фізичних, психічних та соціальних контекстів (Т. Титаренко); когнітивно-емоційна оцінка задоволеності якістю життя загалом та окремими його сферами (І. Горбаль) тощо.

Аналіз проблеми благополуччя засвідчує важливість здійснення оцінки суб'єктивного благополуччя студентської молоді з боку емоційних переживань, суджень та оцінки задоволеності собою та життям, що виявляється у відчутті щастя; благополучності різних складових життєдіяльності, а також оцінки психологічного благополуччя як інтегрального показника ступеня спрямованості молодих людей на реалізацію основних компонентів позитивного функціонування.

В низці зарубіжних досліджень зазначається, що психологічне благополуччя та психічне здоров'я (mental health) – його розвиток, збереження й підтримку, важливо вивчати в аспекті проблеми невизначеності та ставлення до неї (V. DeRoma, M. Dugas, R. Ladouseur, A. Marij, A. Hilltn). В умовах сьогодення, коли невизначеність є невідворотною та звичною умовою існування, життєздатність, успішність, якість життя і благополуччя людини багато в чому залежать від її можливостей справлятися з невизначеністю буття. В психологічній науці така можливість знайшла своє вираження в конструкті, що позначається як «толерантність до невизначеності», дослідженню якого присвячено значну кількість робіт, як зарубіжних, так і вітчизняних науковців (Г. Громова; А. Гусев; С. Литвин; Г. Павленко; О. Саннікова; С. Хілько; І. Ющенко; A. Furnham, J. Herman; N. Koerner; R. Lauriola; M. Hillen та ін.).

Аналіз толерантності до невизначеності здійснюється дослідниками в контексті визначення її як чинника трансформації травматичного досвіду особистості (Г. Громова); при визначенні особливостей та важливості її формування у майбутніх психологів (А. Гусєв; С. Хілько; О. Клепікова), працівників поліції (В. Барко, В. Остапович), працівників ДСНС (І. Ламаш, Т. Селюкова), у працюючих студентів (О. Милославська та ін.); вибудовування інтегративної моделі толерантності до невизначеності та її значення для охорони здоров'я (M. Hillen *et al.*) та ін.

Толерантність до невизначеності розглядається як психологічна риса особистості (A. McDonald; R. Norton); як динамічна характеристика особистості (K. Klenke, M. Lane); як інтегральна особистісна характеристика (Г. Павленко); як властивість особистості, котра дозволяє витримувати кризові прояви, пов'язані з невизначеністю основ власного буття та виникають під час переходу до нової ідентичності (А. Гусєв) та проявляється у постійній готовності до того, що може відбуватися будь що (С. Литвин); як особистісна характеристика, що виявляється в здатності переносити ситуації невизначеності (П. Лушин; N. Koerner), а також сприймати ситуацію невизначеності як нейтральну або позитивну та зберігати здатність реагувати проактивно в умовах неповної, нової та/або суперечливій інформації (Г. Громова); як сукупність негативних та позитивних психологічних реакцій, спровокованих свідомим усвідомленням незнання про окремі аспекти світу (M. Hillen та ін.); як здатність людини переживати позитивні емоції в нових, неструктурованих, неоднозначних ситуаціях, сприймаючи їх не як загрозливі, а як такі, що містять виклик (Е. Носенко, М. Шаповал) тощо.

На основі аналізу досліджень толерантності до невизначеності цей багаторівневий та багатовимірний особистісний конструкт ми розглядаємо як властивість особистості на основі оцінок від позитивних до негативних, та осмислення невизначеності як можливості чи загрози, емоційно сприймати – позитивно, нейтрально чи негативно, та поведінково реагувати на неї – здійснювати пошук інформації, приймати чи уникати приймати рішення,



уникати невизначеної ситуації чи змінювати її. Від того, як особа буде інтерпретувати невизначеність – як загрозу чи як можливість власної здійсненності, як переживатиме її та реагуватиме на неї – буде залежати ефективність самоздійснення та досягнення й підтримання нею суб'єктивного благополуччя.

В умовах невизначеності, нестабільності, непередбачуваності, як свідчать дослідження Н. Володарської; Н. Волинець; Н. Каргіної; Б. Лазоренко; О. Штепи; G. Ironson, N. Mastenbroek; A. Jaarsma, психологічні ресурси особистості постають засобами трансформації сприйняття таких умов, є своєрідними мотиваторами, обумовлюючи активність індивіда, що забезпечують успішне здійснення діяльності у несприятливих умовах та відіграють ключову роль в їх опануванні й підтриманні суб'єктивного благополуччя. Як психологічний ресурс позиціонуються властивості особистості, які дають змогу впоратися зі складними життєвими ситуаціями й знизити їхній негативний вплив.

В якості психологічних ресурсів суб'єктивного благополуччя дослідниками виділяються такі, як життєстійкість та здатність приймати невизначеність майбутнього (Т. Ларіна); самоефективність (К. Мирончак; А. Bandura); почуття когерентності (зв'язності) (А. Antonovsky); життєва енергія, оптимізм, соціальний інтелект, гнучкість мислення, здатність до самоконтролю, почуття гумору тощо (М. Seligman); здатність знов і знов знаходити себе у групі, спільноті, соціумі та продуктивно працювати, відчуваючи, що життя має певний сенс (Т. Титаренко) та інші.

Особливий інтерес представляють собою ті психологічні ресурси, використання яких дозволяє особистості продуктивною, адаптуватися до змінених умов життя, підтримувати якість життя та своє благополуччя в умовах невизначеності. Серед таких ресурсів, на нашу думку, важливе місце може належати й толерантності до невизначеності.

В низці досліджень до переліку психологічних ресурсів включено, зокрема і толерантність до невизначеності (А. Гусєв; Г. Павленко; О. Штепа; D. McLain), натомість емпіричного підтвердження толерантності до невизначеності в якості

психологічного ресурсу суб'єктивного благополуччя студентської молоді в умовах невизначеності й, зокрема, в умовах суспільної нестабільності й невизначеності внаслідок війни, наразі бракує.

Актуальність та соціальна значущість проблеми зумовили вибір теми дисертаційної роботи «Толерантність до невизначеності як психологічний ресурс суб'єктивного благополуччя молоді».

**Об'єктом дослідження** є суб'єктивне благополуччя молоді.

**Предмет дослідження** – особливості толерантності до невизначеності як психологічного ресурсу суб'єктивного благополуччя студентської молоді.

**Мета дослідження** полягає у теоретичному обґрунтуванні та емпіричному визначенні характеристик толерантності до невизначеності як психологічного ресурсу суб'єктивного благополуччя студентської молоді.

**Для досягнення мети сформульовано завдання дослідження:**

1. Здійснити теоретичний аналіз вітчизняних і зарубіжних досліджень релевантних до вивчення суб'єктивного благополуччя, толерантності до невизначеності та психологічних ресурсів суб'єктивного благополуччя молоді.

2. Обґрунтувати методичні засади емпіричного дослідження проблеми та виявити особливості прояву толерантності до невизначеності, суб'єктивного благополуччя студентської молоді та суб'єктивної оцінки нею визначеності/невизначеності сфер життя.

3. Розкрити особливості прояву толерантності й інтолерантності до невизначеності залежно від характеристик вибіркової сукупності та їх зв'язку із суб'єктивним благополуччям студентської молоді.

4. Визначити систему інтегральних диспозицій суб'єктивного благополуччя студентської молоді та розкрити їх особливості.

5. Визначити характеристики толерантності до невизначеності як психологічного ресурсу суб'єктивного благополуччя та надати рекомендації щодо підвищення усвідомлення та активізації ресурсності толерантності до невизначеності у підтриманні суб'єктивного благополуччя молоді.

**Методи дослідження:** для досягнення мети та розв'язання поставлених завдань застосовано комплекс методів наукового дослідження:

- *теоретичні* – системно-структурний аналіз наукових джерел з проблеми дослідження для розкриття змісту основних понять; узагальнення і систематизація для концептуалізації основних положень досліджуваної проблеми;

- *емпіричні* – опитування, тестування, зокрема *шкала* толерантності до невизначеності Д. Маклейна (Multiple Stimulus Types Ambiguity Tolerance Scale-I, MSTAT-I) для виявлення ставлення до невизначеності та його складових, прийняття/неприйняття невизначеності, надання їй переваги та загального показника толерантності до невизначеності; «*Опитувальник інтолерантності до невизначеності*» (Intolerance of Ambiguity Scale, IAS) С. Баднера для визначення рівня інтолерантності/толерантності до невизначеності; «*Шкала інтолерантності до невизначеності*» Н. Карлетона (IUS-12) для виявлення схильності до негативної афективної симптоматики в разі зіткнення з невизначеністю чи її очікуванням (гнітюча та прогностична тривога) та загального показника інтолерантності до невизначеності; *шкала «Суб'єктивна оцінка визначеності сфер життя»* Г. Павленко для виявлення визначеності/невизначеності найбільш значущих сфер життя. Для вимірювання показників благополуччя студентської молоді – *Методика діагностики суб'єктивного благополуччя особистості* Р. Шаміонова, Т. Бескової для дослідження різних сторін суб'єктивного благополуччя; «*Питальник експрес-оцінювання психологічного благополуччя*» К. Ріфф для дослідження різних компонентів психологічного благополуччя; «*Оксфордський опитувальник щастя*» М. Аргайла для визначення емоційного аспекту благополуччя як переживання щастя.

- *статистичні методи* – описові статистики (середнє та стандартне відхилення); *z*-стандартизація емпіричних даних (*z*-standardized), непараметричний метод перевірки нормальності Колмогорова-Смірнова (Kolmogorov-Smirnov Test); параметричний метод відмінностей для незалежних вибірок *t*-Ст'юдента (T-Test); кореляційний аналіз за коефіцієнтом кореляції Пірсона для характеристики зв'язків між показниками; параметричний метод

однофакторного дисперсійного аналізу (One-Way ANOVA), метод факторного аналізу (Factor Analysis) варімакс-обертанням (Varimax normalized) для побудови та емпіричної верифікації факторної моделі суб'єктивного благополуччя студентської молоді; метод множинного лінійного регресійного аналізу (Regression Analysis) для визначення характеристик толерантності до невизначеності, які здійснюють найбільший вплив на суб'єктивне благополуччя студентської молоді; *інтерпретаційні методи дослідження.*

### **Наукова новизна дослідження.**

*Уперше:*

- *емпірично підтверджено* толерантність до невизначеності в якості психологічного ресурсу суб'єктивного благополуччя студентської молоді – визначено характеристики *толерантності до невизначеності*, які в умовах невизначеності детермінують високий рівень суб'єктивного благополуччя студентської молоді як *комплексу інтегральних диспозицій*:

- для диспозиції *«екзистенційно-діяльнісного благополуччя»* як продукту усвідомлення власної суб'єктності у реалізації життєвих цілей в різних сферах життя – це надання переваги невизначеності, позитивне ставлення до невизначених ситуацій та складних завдань, відкритість до невизначеності та її прийняття, низький рівень гнітючої тривоги та загальної інтолерантності до невизначеності;

- для диспозиції *«емоційного благополуччя»* як відчуття задоволеності життям як таким, собою і тим, як відбуваються процеси власного життя – відкритість до невизначеності та її прийняття, позитивне ставлення до невизначених ситуацій та складних завдань, надання переваги невизначеності, позитивне ставлення та цікавість до новизни, адекватне сприйняття нерозв'язності ситуації та спроба знайти шляхи виходу з неї, або ж прийняти її як даність;

- для диспозиції *«позитивного функціонування і розвитку»* як результату реалізації основних компонентів позитивного особистісного функціонування – позитивне ставлення до невизначених ситуацій та складних завдань, відкритість

до невизначеності та її прийняття, надання переваги невизначеності, сприйняття складності ситуації як поштовху до розкриття внутрішніх ресурсів, до саморозвитку, адекватне сприйняття нерозв'язності ситуації, низький рівень гнітючої тривоги та загальної інтолерантності до невизначеності;

- *розкрито особливості вираженості цих диспозицій:*

– у студентів різної *статі* відмінності виявлено за диспозицією «*позитивного функціонування і розвитку*» та «*екзистенційно-діяльнісного благополуччя*». Порівняно з жіночою частиною випробуваних, у молодих людей чоловічої статі спостерігається достовірно вищий ступінь вираженості диспозиції «*позитивного функціонування і розвитку*», натомість у молоді жіночої статі зафіксовано достовірно вищий ступінь вираженості диспозиції «*екзистенційно-діяльнісного благополуччя*»;

– залежно від *курсу навчально-професійної підготовки* відмінності виявлено за диспозицією «*емоційного благополуччя*». Молодь, яка перебуває на завершальному етапі бакалаврської підготовки, порівняно з бакалаврами 1-2 року навчання і магістрами, найбільш повно переживає емоційне благополуччя як щастя, що має своїм джерелом загальне відчуття задоволеності життям як таким та задоволеності собою, настанову розуміти оточуючий світ як високоресурсне джерело можливостей, а себе – здатними знаходити та отримувати ресурси;

– залежно від *напрямку фахової підготовки* відмінності виявлено за диспозицією «*екзистенційно-діяльнісного благополуччя*» – у майбутніх психологів у порівнянні з майбутніми педагогами і менеджерами спостерігається достовірно вищий рівень вираженості суб'єктивного благополуччя як інтегрального почуття, яке змістовно визначається ступенем реалізації, задоволення широкого спектру їх фундаментальних життєвих потреб і прагнень;

– залежно від *регіону навчання* відмінності виявлено за всіма інтегральними диспозиціями. Молодь, яка навчається у закладах вищої освіти *північно-західного регіону* України, демонструють достовірно найвищий, а студенти закладів *північно-східного регіону* – достовірно найнижчий рівень

вираженості диспозиції «екзистенційно-діяльнісного благополуччя». Молодь, яка навчається у закладах вищої освіти *західного регіону*, демонструє достовірно найвищий, а студенти, які навчаються у закладах *столиці нашої держави*, – достовірно найнижчий рівень вираженості диспозиції «позитивного функціонування і розвитку». Молодь, яка навчається у закладах вищої освіти *північно-західного регіону*, демонструє достовірно найвищий, тоді як студенти закладів *північно-східного та східного регіонів* – достовірно найнижчий рівень вираженості інтегральної диспозиції «емоційного благополуччя»;

*поглиблено:*

– розуміння сутності суб'єктивного благополуччя як багатовимірного психологічного феномену, який визначається системою об'єктивних чинників та комплексом специфічних прогностичних детермінант;

– уявлення про особливості толерантності до невизначеності та суб'єктивного благополуччя студентської молоді в умовах нестабільності й невизначеності внаслідок повномасштабної агресії РФ проти України

*додовнено:*

– практичні розробки з підтримання психологічного здоров'я та благополуччя молоді рекомендаціями щодо підвищення усвідомлення та активізації ресурсності толерантності до невизначеності у підтриманні благополуччя студентської молоді в умовах нестабільності й невизначеності.

**Практичне значення дослідження.** Отримані емпіричні результати можуть постати основою для розробки програм надання психологічної підтримки молодим людям щодо підвищення усвідомлення та активізації ресурсності толерантності до невизначеності у підтриманні суб'єктивного благополуччя; активізації та розвитку здатності долати складнощі в умовах невизначеності і непередбачуваності. Важливою сферою застосування результатів дослідження є сфера надання соціально-психологічної підтримки молоді через психоедукацію, консультування, психокорекцію, психотерапію задля підтримання їхнього благополуччя, підвищення самоефективності, актуалізації та активізації психологічних ресурсів для збереження

психологічного здоров'я та благополуччя. Результати дослідження можуть бути використані при розробці та оновленні програм навчальних дисциплін «Психологія здоров'я», «Психологія травмуючих ситуацій», «Основи психокорекції», «Соціальна психологія», «Загальна психологія».

Результати дисертації **впроваджено** в навчальний процес підготовки психологів – окремі теоретичні положення та результати дослідження включено в навчальні курси «Психологія здоров'я», «Психологія травмуючих ситуацій», «Основи психокорекції» Запорізького національного університету; в роботі з молоддю з підвищення усвідомлення та активізації ресурсності толерантності до невизначеності у підтриманні суб'єктивного благополуччя в ГО «Халом» (м. Київ)

**Апробація результатів дисертації.** Результати дослідження були представлені й обговорені на засіданнях відділу психології політико-правових відносин Інституту соціальної та політичної психології НАПН України, науково-практичних конференціях: *VI Міжнародній науково-практичній конференції молодих вчених, аспірантів та студентів «Соціально-психологічні технології розвитку особистості»* (21 квітня 2021 р., м. Херсон); *V Всеукраїнській науково-практичній конференції «Інтеграційні можливості сучасної психології та шляхи її розвитку»* (з міжнародною участю) (21-22 жовтня 2021 року, м. Запоріжжя); *VI Всеукраїнській науково-практичній конференції «Інтеграційні можливості сучасної психології та шляхи її розвитку»* (з міжнародною участю) (28-29 жовтня 2022 року, м. Запоріжжя); *VIII Міжнародній науково-практичній конференції «Актуальні проблеми психологічної та соціальної адаптації в умовах кризового суспільства»* (20 квітня 2023 року, м. Ірпінь); *VII Всеукраїнській науково-практичній конференції «Інтеграційні можливості сучасної психології та шляхи її розвитку»* (27-28 жовтня 2023 року, м. Запоріжжя); *XLVIII Міжнародній науково-практичній конференції «Сучасні аспекти модернізації науки: стан, проблеми, тенденції розвитку»* (07 вересня 2024 р., м. Констанца, Румунія); *VIII Всеукраїнській науково-практичній конференції «Інтеграційні можливості сучасної психології та шляхи її розвитку»* (м. Запоріжжя, 24-25 жовтня 2024 р.).

**Публікації.** Результати дисертації опубліковано в 9 одноосібних наукових роботах, із них – 3 статті у наукових фахових видання затверджених МОН України, що входять до міжнародних наукометричних баз (Index Copernicus), 1 стаття у міжнародному науковому виданні, яке входить до Організації економічного співробітництва і розвитку та Європейського Союзу, включеного до міжнародної наукометричної бази Index Copernicus; 5 праць, що належать до матеріалів та тез конференцій.

**Структура й обсяг дисертації.** Дисертація складається зі вступу, трьох розділів, висновків, списку використаних джерел, у якому вказано 198 найменувань (з них 91 іноземними мовами) та 13 додатків. Загальний обсяг дисертації становить 239 сторінок, основна частина – 160 сторінок.



## **РОЗДІЛ І**

### **ТЕОРЕТИЧНІ ЗАСАДИ ВИВЧЕННЯ ТОЛЕРАНТНОСТІ ДО НЕВИЗНАЧЕНОСТІ ЯК ПСИХОЛОГІЧНОГО РЕСУРСУ СУБ'ЄКТИВНОГО БЛАГОПОЛУЧЧЯ МОЛОДІ**

У розділі висвітлено результати теоретичного аналізу розробленості проблеми суб'єктивного благополуччя з точки зору різних наукових позицій. Подано розуміння проблеми невизначеності та питання щодо її тлумачення; толерантність до невизначеності розглянуто як одну з ключових категорій в цьому контексті та здійснено аналіз підходів до тлумачення толерантності до невизначеності як багатогранного явища. Розглянуто теоретичні підходи до розуміння проблеми психологічних ресурсів суб'єктивного благополуччя та їхню ключову роль в опануванні та підтримці суб'єктивного благополуччя в умовах соціальної нестабільності й невизначеності. Обґрунтовано спрямованість уваги до проблеми благополуччя саме студентської молоді.

#### **1.1. Підходи до розуміння суб'єктивного благополуччя та його структури**

У сучасному суспільстві спостерігається посилення таких явищ як нестабільність, непередбачуваність та невизначеність, що спричинює погіршення психологічного благополуччя населення. Це актуалізує проблему вивчення суб'єктивного благополуччя різних категорій населення в умовах невизначеності, зокрема й молодих людей. Сьогодні представники різних напрямків науки все частіше звертаються до питання суб'єктивного благополуччя, що зумовлено пошуком чинників, засобів, ресурсів поліпшення життя людини та її психологічного добробуту.

Проблема благополуччя в психології постала як актуальна ще в середині минулого століття, і сьогодні вона залишається в полі зору сучасних зарубіжних (Arslan, 2018; Boniwell & Henry, 2007; Currie et al., 2012; Dodge et al., 2012;

Diener & Oishi et al., 2009; Keyes & Ryff, 2002; Lubomirsky, 2005; Stratham & Chase, 2010; Seligman, 2011 та ін.) та вітчизняних дослідників (Горбаль, 2016; Данильченко, 2016; Завацький, 2022; Каргіна, 2015; Ніздрень, 2017; Мілютіна, 2022; Пахоль, 2017; Сердюк, 2021; Титаренко, 2017; 2018 та ін.) особливо в останні десятиліття.

Водночас слід зазначити, що у визначенні благополуччя немає одностайності. Сучасна психологія через поняття «благополуччя» розкриває узагальнений зміст переживання людиною позитивності свого існування, передаючи різні специфікації цього стану через такі уточнення, як суб'єктивне, психологічне, особистісне, емоційне, душевне благополуччя (іноді залучаючи конструкти ментального або психологічного здоров'я).

Про розмитість визначень благополуччя чи добробуту зазначалося ще в роботі К. Рифф, де вказувалося, що «особлива занедбаність існує щодо визначення основних особливостей психологічного благополуччя» (Ryff, 1989, с. 1069). Ще один аспект, на якому наголошувалось, – це складність не лише його визначення, а й важкість його вимірювання (Dodge, Daly, Huyton & Sanders, 2012, с. 222).

Якщо розглянути історію виникнення проблеми благополуччя, то її вирішення здійснюється в рамках двох підходів: *гедоністичного* та *евдемонічного*.

Гедоністичний підхід спирається на такі конструкти як щастя, позитивний афект, низький негативний афект і задоволеність життям (Bradburn, 1969; Diener, 1984; Kahneman, 1999; Lyubomirsky & Lepper, 1999); евдемонічний підкреслює позитивне психологічне функціонування та розвиток людини (Lyubomirsky, 2005; Huppert, 2005; Ryff, 1989; Samman, 2007; Waterman, 1993). У першому благополуччя розкривається через стани задоволення чи незадоволення й баланс позитивного чи негативного афектів (переживань ситуації), при цьому задоволення – це не тільки тілесне задоволення, а й задоволення від досягнення значущих цілей; у другому – як результат розвитку і саморозвитку особистості, повнота її самореалізації в конкретних життєвих умовах і обставинах.

Відповідно, різні визначення благополуччя мають витоки із цих двох підходів та їхнього зіткнення (Ryan&Deci, 2001). У психології склалася певна наукова традиція використовувати термін «суб'єктивне благополуччя» в гедоністичному підході, «психологічне благополуччя» – в евдемонічному.

Щодо визначення благополуччя, і надалі відбуваються дискусії між представниками цих двох підходів. Представниками *евдемонічного* підходу зазначається, що на відміну від суб'єктивного благополуччя психологічне благополуччя представляє собою багатомірну конструкцію, що включає різні аспекти актуалізації особистістю свого потенціалу (Ryff, 1995), тоді як представники гедоністичного підходу зауважують, що дослідження СБ дає можливість людям говорити про те, що робить їх життя успішним та щасливим (Diener, 1984).

У рамках *гедоністичного* підходу, сприйняття/усвідомлення благополуччя має три компоненти: когнітивний, або задоволеність життям; афективний позитивний та афективний негативний (Diener, 1984). Концепція Е. Дінера полягає в тому, що високий рівень суб'єктивного благополуччя можливий тоді, коли особистість загалом переживає задоволеність життям і лише в окремих моментах переживає негативні емоції. І навпаки, низький рівень суб'єктивного благополуччя передбачає часте переживання негативних емоцій (Diener, 1984, с. 548). Коли мова йде про задоволеність життям, зазвичай виділяються загальна задоволеність і задоволеність у різних сферах життя та наголошується на зв'язку між задоволеністю життям і переживанням щастя, проте зазначається, що цей зв'язок є неоднорідний і має суттєві культурні й економічні варіації (Титаренко, 2018; Seligman, 2011; Biswas-Diener et al., 2009 та ін.).

В якості найбільш *загального індикатора* благополуччя прихильниками гедоністичного підходу приймається «суб'єктивне благополуччя» людини або «переживання щастя».

Як свідчать дослідження, єдиного визначення «щастя» немає. В розвитку психологічних підходів до щастя можна виділити об'єктивістські (в термінах особистісних змінних), що відображають рівень психологічного й соціального

благополуччя та які пов'язують щастя зі ступенем реалізації людського потенціалу (Ryff&Keyes, 1989) та суб'єктивістські підходи, які ототожнюють щастя з суб'єктивним відчуттям, а також роботи, що зв'язують суб'єктивне переживання щастя з його буттєво-смысловими основами (Biswas-Diener, Kashdan & King, 2009; Seligman, 2011).

Щастя розуміється як стан переживання задоволеністю життям в цілому, загальна рефлексивна оцінка людиною свого минулого та теперішнього, а також частота та інтенсивність позитивних емоцій (Argyle, 2001); полягає в насиченості життя позитивними емоціями, позитивними якостями і духовним задоволенням (Seligman, 2011).

Почуття психологічного (суб'єктивного) благополуччя залежить від рівня радості/щастя або смутку/страху, що їх переживає людина та визначається як щасливий стан задоволеності власним життям, що передбачає охоплення фізичних, психічних та соціальних контекстів та вважається інтегральним критерієм здоров'я; здоров'я ж трактується як повне фізичне, душевне і соціальне благополуччя (Титаренко, 2018, с. 28) та зазначається, що психологічне здоров'я, як стан динамічного балансу між запитами світу та розкриттям власного потенціалу, втілюється у переживанні особою суб'єктивного благополуччя (Ніздрень, 2017, с. 13).

Аналізуючи гедоністичний підхід слід зважати на те, що один лише критерій приємного, максимізації позитивних емоцій, благополуччя і щастя, що лежить в основі багатьох філософських і життєвих варіантів гедонізму, виявляється принципово неповним. Орієнтація людини на максимум позитивних і мінімум негативних емоцій лише в конкретний момент, пов'язана з ігноруванням смислових контекстів і тимчасової перспективи.

Саме ці відмінності між миттєвою гедоністичною оцінкою і перспективною оцінкою знаходять відображення в розведенні понять «суб'єктивне благополуччя» і «психологічне благополуччя»

Найвідомішою концепцією в рамках евдемонічного підходу є концепція психологічного благополуччя К. Рифф, у якій благополуччя не зводиться до

гедоністичних задоволень, а пов'язане насамперед із актуалізації особистістю свого потенціалу, самореалізацією і саморозвитком. У структурі психологічного благополуччя К. Ріфф виділила шість компонентів, які складають психологічне благополуччя: самоприйняття (самоприйняття в психології – це ступінь прийняття людиною себе, задоволення рівнем індивідуального розвитку, особистісних особливостей); позитивні відносини з оточенням; автономію; управління навколишнім середовищем (компетентність); наявність цілей в житті; особистісне зростання (Ryff, 1989). До цих характеристик дослідниками додаються смисл і цінність власного життя (Biswas-Diener, Kashdan & King, 2009).

Виділені характеристики в рамках евдемонічного підходу пропонується поєднати у такі дві групи, як усвідомлення/сприйняття сенсу життя, що визначається людиною на основі її потенціалу; здатності прямувати до досконалості в реалізації даної ідеї (Samman, 2007); а також розрізняти за принципом «внутрішні – зовнішні», перші вказують на відносини з власним життям (сенси, життєві цілі й перспективи, життєвий досвід, другі – на відносини з іншими людьми, тобто на те з чим пов'язується самодетермінація особистості: автономність, зв'язаність, компетентність (Верник, 2019).

Окремою теоретичною проблемою постає *співвідношення понять суб'єктивного і психологічного благополуччя*, яка вирішується через розуміння суб'єктивного благополуччя як складової частини психологічного (Сердюк, 2017; Ryff, 1995; 1996; Яворська & Філоненко, 2014) і, навпаки, тлумачення психологічного благополуччя як компоненту суб'єктивного благополуччя (Шамянов, 2004); через їхнє ототожнення (Титаренко, 2018) чи об'єднання (Горбаль, 2016; Іваннікова, 2021; Каргіна, 2015; Biswas-Diener, Kashdan & King, 2009, та ін.).

Вказується, що частіше ці поняття розглядаються як взаємодоповнюючі показники позитивного функціонування людини. Так, наприклад, в дослідженнях йдеться про те, що варто провести паралель між суб'єктивним та психологічним благополуччям, зазначаючи їхню спільну природу у тому сенсі,

що психологічне благополуччя не може існувати без суб'єктивного, і навпаки (Каргіна, 2015). Психологічне благополуччя в цьому контексті розглядається як цілісне переживання щастя, яке супроводжується сприятливим емоційним фоном та осмисленістю буття, у результаті особистістю, задоволення, узгодженості та відповідності усіх рівнів екзистенціальних потреб, та на основі аналізу досліджень психологічного благополуччя особистості увиразнює низку фундаментальних положень.

Зазначається, що «...психологічне благополуччя є: 1) одним із проявів позитивного функціонування особистості; 2) носить суб'єктивний характер, обумовлюється мірою задоволеності життям й співвіднесенням позитивних та негативних емоцій; 3) детерміноване особливостями особистісного зростання людини, наявністю мети у житті; 4) включає до свого складу когнітивний та емоційний рівні; 5) містить спрямованість особистості на позитивне функціонування та наслідок цієї скерованості, що виражається у переживанні щастя та задоволеності особистим життям» (Каргіна, 2015, с. 52).

В дослідженні Г.Іваннікової психологічне благополуччя особистості визначається як інтегральний показник ступеня спрямованості особистості на реалізацію основних компонентів свого позитивного функціонування, а також ступеня реалізованості цієї спрямованості, що суб'єктивно виражається у відчутті задоволеності собою і власним життям. (Іваннікова, 2021).

Коли йдеться про співвідношення між цими двома конструктами, то *психологічне благополуччя* характеризує об'єктивну міру того, наскільки людина за своїми психологічними характеристиками і способам функціонування близька до оптимального рівня життєздатності, а *суб'єктивне благополуччя* виражає сприйняття і оцінку самою людиною того, наскільки вона, ця міра, є близькою до бажаної (Леонтьев, 2016).

На суттєву різницю між «евдемонічним» і «гедоністичним» підходами, яка не виправдано перебуває поза увагою, вказує О. Верник, і ця різниця стосується суб'єкту оцінювання. «Евдемонічний» підхід передбачає ситуацію зовнішньої оцінки благополуччя особистості – фахівець, який, досліджує умовного клієнта

(пацієнта), повинен дати висновок щодо його психологічного благополуччя, тоді як «гедоністичний» підхід передбачає ситуацію суб'єктивної оцінки самою людиною свого благополуччя (Верник, 2019).

Дослідники також пропонують використовувати поняття «суб'єктивне благополуччя» для вимірювань, пов'язаних з самооцінкою, а «психологічне благополуччя», як загальний показник стану оптимального функціонування особистості, що включає як суб'єктивні, так і об'єктивні показники (Пахоль, 2017).

Статус суб'єктивного благополуччя як самостійного феномену встановлюється як: інтегральне особистісне утворення, що функціонує в динаміці та є мотиваційним параметром особистості (Сердюк, 2017); утворення, що складається із задоволеності життям та важливими сферами життя; позитивного ефекту та низького рівня негативного ефекту (Галецька, 2006); когнітивно-емоційна оцінка задоволеності якістю життя загалом та окремими його сферами, яка створює основу для досягнення внутрішніх, соціально орієнтованих цілей, самореалізації, розкриття свого потенціалу, осмислення життя (Горбаль, 2016) тощо.

І. Горбаль вказує на те, що наявність позитивних емоцій, уявлення особи про своє життя, що відповідає ідеалу існування, формує відкриту, динамічну, однак сталу систему образів себе та свого життя. Дослідницею зазначається, що когнітивно-емоційна оцінка людиною якості свого життя залежить, з одного боку, від неї самої та її особистісних властивостей, з іншого – від реалій її життя (Горбаль, 2016).

Зазначимо, що коли йдеться про суб'єктивне благополуччя, то його відносять до самооцінювання людиною свого життя. Незважаючи на різноманітність визначень, суб'єктивне благополуччя, як показують дослідження, можна розглядати як глобальний показник, який включає позитивну суб'єктивну оцінку задоволення з життя (в минулому), позитивних емоцій, таких як щастя (сучасне) й оптимізм (майбутнє); показники стану задоволеності і самореалізації у ряді важливих життєвих сфер без негативного

впливу на інші (показники «збалансованого життя») (Diener et al., 2017; Carmel et al., 2009; Sirgy, 2009; Snyder & Lopez, 2002 et al.).

Відповідно кожен з цих компонентів вносить окремий, але важливий внесок в загальне суб'єктивне благополуччя; і щоб сформувати повну картину важливо зважати на кілька параметрів.

Якщо говорити про структуру суб'єктивного благополуччя, то аналіз досліджень також свідчить про різні її тлумачення. Одні дослідники в структурі суб'єктивного благополуччя виокремлюють такі його компоненти як когнітивний, емоційний та поведінковий (Кологривова, 2008; Курова, 2013; Савченко& Калюк, 2021; Яворовська, 2011; Argyle, 2001 та ін.).

Найбільш представленим в дослідженнях є аналіз *когнітивного та емоційного* компонентів благополуччя. Так когнітивний та емоційний компоненти суб'єктивного благополуччя представлено в контексті переживання молоддю актуальної значимості майбутнього, що втілюється в формуванні особистих прагнень (Кологривова, 2008). *Когнітивний* компонент розглядається як позитивна оцінка особистого життя в цілому та різних його подій, задоволеність життям (Савченко, 2021); як особисті судження стосовно задоволення від життя в цілому (Яворовська, 2011); який проявляється «при цілісній відносно несуперечливій картині світу у суб'єкта, розумінні поточної життєвої ситуації; дисонанс в когнітивну сферу особистості вносить суперечлива інформація, сприйняття ситуації як невизначеної, інформаційна або сенсорна депривація» (Курова, 2015, с.100)..

*Емоційний* компонент представляється як домінуючий емоційний тон відношення до окремих сторін буття, як емоційний комфорт, баланс між позитивними та негативними афектами (Савченко, 2021); переживання позитивних чи негативних емоцій (Яворовська, 2011); проявляється «як переживання, що об'єднує почуття, які обумовлені успішним (чи неуспішним) функціонуванням усіх сторін особистості. Дисгармонія у будь-якій сфері особистості викликає одночасно і емоційний дискомфорт. Саме у ньому досить



повно відбито неблагополуччя особистості в різних сферах» (Курова, 2015, с.100).

Окрім когнітивного (функція оцінки) та емоційного (функція регуляції переживання) компонентів суб'єктивного благополуччя слід зробити акцент і на *поведінковому*, адже суб'єктивне благополуччя не лише показник внутрішнього світу особистості, а й важливий регулятор соціальної поведінки. Цей компонент суб'єктивного благополуччя представлено зокрема засобами оптимізації життя особистості та активізації процесу досягнення нею життєво важливих цілей (Савченко, 2021).

Аналізуючи структурні компоненти суб'єктивного благополуччя, дослідниками також виокремлюються такі, як: задоволеність з життя (загальне судження про власне життя); задоволеність важливими сферами життя (задоволеність роботою, сім'єю тощо); позитивний ефект (переважне переживання позитивних емоцій та настроїв); низький рівень негативного ефекту (зменшення кількості негативних емоцій і настроїв) (Галецька, 2006), а також, окрім задоволення процесом життя, – довіру до світу та людей, задоволення собою, відчуття щастя; відчуття потоку, наповненості життя, внутрішня мотивація (залучення у значущу діяльність) (Шамне, 2014)

Ще одним з аспектів дослідження проблеми суб'єктивного благополуччя є його розгляд як соціально-психологічного феномену (Горбаль, 2016; Данильченко, 2016; Курова, 2015; Семків, 2012). Так, здійснюючи аналіз поняття суб'єктивного благополуччя, І. Семків визначає його як інтегральне соціально-психологічне утворення, що містить когнітивний (задоволеність з життя) та афективний (щастя) компоненти, базується на активності та визначається як психологічна винагорода за проявлену соціальну активність (Семків, 2012).

Як складне соціально-психологічне утворення суб'єктивне благополуччя особистості формується, як зазначає А. Курова, в процесі соціально-психологічної діяльності, в системі реальних ставлень особистості до об'єктів навколишньої дійсності і складається на основі соціально-психологічних настанов, цінностей, стратегій поведінки (Курова, 2015, с.100).

Як складову настанови на життя, суб'єктивне благополуччя розглядається І. Горбаль, яка визначає його як когнітивно-емоційну оцінку особою якості власного життя загалом та окремих його сфер, яка формується на основі міри задоволеності потреб (у першу чергу тих, що мають соціальний контекст), еталонних уявлень, сформованих у процесі соціалізації, та об'єктивних (умов життя та діяльності, задоволеності базових потреб, стану здоров'я тощо) чинників, сприйнятих та інтеріоризованих. Воно, з одного боку, створює predisposition до визначення подальшої «життєвої стратегії» – поведінкового компоненту настанови на життя, зокрема, до досягнення евдемонічного благополуччя через рух до самореалізації; з іншого боку, суб'єктивне благополуччя може бути результатом втілення життєвих цілей (Горбаль, 2016, с.44).

Слід звернути увагу на те, що суб'єктивне благополуччя – це не переживання абсолютного щастя чи задоволеності усім. Скоріше це стан динамічної рівноваги, що досягається різноспрямованими по валентності переживаннями задоволеності в різних сферах життєдіяльності, коли стан незадоволеності однією сферою компенсується задоволеністю в іншій, а на рівні внутрішньої динаміки, незадоволеність створює певну зону напруження, яка стає рушійною силою розвитку, а задоволеність – зону вирішення.

Якщо говорити про суб'єктивне благополуччя як соціально-психологічне утворення, то воно представляється як таке, що включає низку **компонентів**, які відображають благополучність різних сторін буття людини, її переживання, діяльність, смисли, відносини з іншими людьми, включеність в спільноту і суспільство (орієнтованість на себе або на спільноту), що представлено в п'ятифакторній структурі суб'єктивного благополуччя, яка включає емоційне благополуччя, екзистенційно-діяльнісне, его-благополуччя, гедоністичне благополуччя та соціально-нормативне благополуччя (Шамионов, 2008).

Відповідно в цій структурі когнітивна складова благополуччя представлена екзистенційно-діялісним і соціально-нормативним компонентами, які відображають сенсовну визначеність життя, відповідність дій та вчинків

соціальним нормам, моральним цінностям особистості. Емоційними складовим благополуччя постають такі компоненти благополуччя, як емоційне, гедоністичне і его-благополуччя, адже вони свідчать про задоволення базових потреб особистості, про переживання нею емоційних станів радості, щастя тощо. Таке розуміння суб'єктивного благополуччя дає підстави говорити про те, які особистісні чинники впливають на задоволення з життя та благополуччя.

Отже одним із важливих питань при аналізі суб'єктивного благополуччя є визначення його *чинників*. Дослідниками виокремлюються зовнішні (позаособистісні) чи об'єктивні чинники – соціальні, матеріальні та фізичні (Титаренко, 2018; Ryff, 1989); економічні ресурси та політичні свободи (Данильченко, 2016); рівень доходів (Veenhoven, 2005); позитивні стосунки в значущих спільнотах (Титаренко, 2018), та внутрішні чи суб'єктивні – екстраверсія, нейротизм, відкритість до досвіду, впевненість у собі, внутрішній локус контролю, висока самооцінка (Ryff, 1989), оптимізм (Seligman, 2011), довірливість, саморозуміння, залученість, відповідальність, зрозумілість (Каргіна, 2018) та багато інших.

Аналізуючи зовнішні, зокрема економічні чинники суб'єктивного благополуччя, Т. Титаренко наголошує, що щастя, благополуччя (і, опосередковано, психологічне здоров'я) прямо не залежать від економічних чинників і визначаються насамперед позитивними стосунками в значущих спільнотах, ступенем цілісності, самореалізованості, креативності, стресостійкості (Титаренко, 2018, с.31).

Чинники суб'єктивного соціального благополуччя аналізуються в дослідженні Т. Данильченко. Одним із головних чинників благополуччя, як зазначає автор, є соціальне порівняння. Дослідниця стверджує, що благополуччя ґрунтується на порівнянні особистістю себе і свого буття з суб'єктивними нормами, еталонами та ідеалами, крім того, соціальне порівняння пов'язане з існуванням «значущого іншого» (референтною групою). Стандарти порівняння, як зазначає дослідниця, певною мірою відображають соціальні та культурні цінності і норми суспільства, в якому людина живе, або тих соціальних груп, до

яких вона себе відносить (соціальні уявлення). Результати її досліджень засвідчили, що часте звертання до порівнянь себе з іншими людьми знижує показник суб'єктивного благополуччя (Данильченко, 2016).

Отже коли мова йде про чинники суб'єктивного благополуччя то ними є те широке коло феноменів, що впливають на нього та відображають потреби, інтереси й установки особистості щодо підвищення власного благополуччя й переживання щастя.

Значний доробок отримано також і в площині вивчення умов досягання благополуччя, де такими постають життєздатність особистості (Ларіна, 2017, с. 85-90) та робота над собою як підвищення самоприйняття, комунікативної компетентності, самореалізованості і цілісності особистості (Титаренко, 2017, с. 7-12).

Отже, в психологічних дослідженнях суб'єктивне благополуччя розкриває зміст переживання людиною позитивності свого існування. Аналіз досліджень засвідчив, що при вивченні благополуччя найбільшого поширення набули поняття суб'єктивного благополуччя, щастя, психологічного благополуччя як найбільш узагальнені та такі, що включають низку чинників, які детермінують повноцінний психологічно здоровий стан особистості. Незважаючи на відсутність суворої диференціації термінів, що визначають благополуччя, їх об'єднує такий ціннісний вектор, як пошук способів поліпшення життя людини та її психологічного добробуту.

Отже, попри існування різних теоретичних підходів до визначення благополуччя – суб'єктивного та психологічного, відзначається тенденція до їхнього об'єднання, все більше акцентується увага на тому, що ці поняття взаємопов'язані та тісно переплітаються, що передбачає їх комплексне вивчення (Горбаль, 2016; Каргіна, 2018; Biswas-Diener et al., 2009, Ryan & Deci, 2001 та ін.).

І попри відмінності у визначеннях суб'єктивного благополуччя можна виокремити змістову інваріанту, що акумулює доробки різноманітних психологічних інтерпретацій цього феномену та розглядати суб'єктивне

благополуччя як інтегральний показник ступеня спрямованості на реалізацію основних компонентів позитивного функціонування, і ступеня реалізованості даної спрямованості, яка суб'єктивно виражається у домінуванні позитивного афекту, задоволеності собою та життям, у відчутті щастя.

У найбільш загальному вигляді, на основі аналізу теоретико-емпіричних досліджень, суб'єктивне благополуччя можна визначити як емоційно-оцінне ставлення особи до власного життя, власної особистості, взаєностосунків з іншими людьми і до важливих для неї процесів, яке визначається нормативно-ціннісними і смисловими її уявленнями про благополучність зовнішнього і внутрішнього середовища, що виявляється в задоволеності ними, задоволеності з життя загалом і окремими його сферами, у відчутті щастя та є основою для досягнення автономії, розкриття свого потенціалу та самореалізації. Адже наявність високих рівнів цілепокладання, особистісного зростання, якісних зв'язків з іншими, автономії тощо, як обґрунтовується в концепції К. Рифф, забезпечує благополуччя людей навіть у разі виникнення небезпечних викликів з боку середовища (Ryff & Singer, 2008).

Переживання суб'єктивного благополуччя чи неблагополуччя значною мірою визначається суб'єктивною інтерпретацією (когнітивною та емоційно-оцінною) особистістю ситуацій (зокрема ситуації невизначеності), з якими вона взаємодіє, що детермінує спрямованість активності особистості, її поведінку в таких ситуаціях.

Психологічна життєздатність, успішність, якість життя і благополуччя людини багато в чому залежать від її переконаності в можливості і здатності впливати на ситуації, зокрема ситуації невизначеності, від її можливостей опановувати невизначеність буття. Ця можливість закладена в такому психологічному конструкті, як *толерантність до невизначеності*.

Відповідно ж до розуміння суб'єктивного благополуччя, зокрема в контексті задоволення власною самореалізацією, повнотою розкриття свого потенціалу, гармонією цілей, смислів, що створюються самим суб'єктом, його активністю, (Ryff, Keyes, 1995), можемо припустити, що толерантність до невизначеності як

інтегральна особистісна характеристика може постати одним із важливих психологічних ресурсів суб'єктивного благополуччя, тому вважаємо за важливе включення в контекст дослідження суб'єктивного благополуччя молоді толерантність до невизначеності.

Зазначимо, що особливої актуальності набуває проблема вивчення суб'єктивного благополуччя молодих людей в сучасних умовах посилення нестабільності, непередбачуваності та невизначеності, внаслідок повномасштабної війни, розв'язаної РФ проти України.

Увагу до проблеми благополуччя саме студентської молоді в нашому дослідженні можемо пояснити тим, що студентський вік вважається важливим періодом в житті людини – перехід до дорослого життя, зростання незалежності та розглядається як період швидких змін, коли зокрема встановлюється траєкторія здоров'я і благополуччя. Також важливо зазначити, що студентська молодь є доволі багаточисельною групою населення, що здатна швидко реагувати на зміни, виявляти чутливість до нового, яка має єдиний для всіх її представників соціальний статус, що відповідно позначається на переживанні нею благополуччя.

Проблематичне поле досліджень благополуччя торкається таких релевантних до проблем молоді аспектів, як: зв'язок благополуччя молоді із трансформаційними процесами суспільства, соціальна мобільність та зайнятість молоді (Капська, 2012; Тілікіна, 2017); зміст та напрямки ціннісних змін (Сокур'янська, 2007) та ціннісно-сміслова детермінація економічної орієнтації молоді (Позняк, 2023) в умовах соціокультурної трансформації; можливості корекції негативного прояву соціально-психологічних особливостей ставлення до здоров'я молоді з різним економічним статусом (Каніболоцька, 2014); залежність психологічного змісту благополуччя студентської молоді від типів їхньої спрямованості – гуманістичного, прагматичного, екзистенційного та егоцентричного (Харченко, 2017); формування зрілої ідентичності студентської молоді в умовах сучасного соціуму як чинника її психологічного благополуччя

(Ревенко, 2020); особливості переживання психологічного благополуччя студентської молоді у військовий час (Хоменко, 2023) та ін.

Низка досліджень свідчать про те, що відчуття щастя молодих людей тісно пов'язане із психічним здоров'ям і задоволеністю життям (Proctor et al., 2009; Jewell & Kambhampati, 2015), що переживання суб'єктивного благополуччя впливає на моделі поведінки в молодому віці, які зберігаються протягом усього дорослого життя (Patton et al. 2011; Currie et al., 2012).

Як зазначають дослідники, на сучасному етапі трансформаційних змін молодь має низку переваг, пов'язаних із легким освоєнням нових технологій та наукових упроваджень, високою мобільністю в пошуках роботи, проте вона стикається з типовими соціальними проблемами, що постають перед початком трудової діяльності, з відсутністю життєвого та трудового досвіду. Задекларовані державою законодавчі норми щодо гарантування рівних можливостей у виборі професії та забезпечення працездатній молоді надання першого робочого місця, економічні передумови не сприяють повноті реалізації її трудового потенціалу, а розбалансованість між попитом на робочу силу та її пропозицією, неузгодженість вимог роботодавців до молодого фахівця з рівнем та якістю його освіти посилюють напругу, невизначеність в суспільстві (Павлюк, 2020).

Отже на благополуччя молодих людей впливають різноманітні чинники – соціально-економічні, освітнє середовище, стосунки з іншими, настрої та емоції, самооцінка тощо. Безсумнівно, в умовах суспільної нестабільності та невизначеності внаслідок війни, вплив цих чинників на благополуччя молодих українців посилюється. Це актуалізує проблему вивчення суб'єктивного благополуччя студентської молоді в умовах невизначеності, пов'язаних із війною та визначення психологічних ресурсів його підтримання.

## **1.2. Соціально-психологічний аналіз толерантності до невизначеності**

Зазначимо, що здебільшого суб'єктивне благополуччя особистості вивчалось в усталених (хоча не завжди сприятливих) умовах життя. Тому

фокусування на невизначеності як на особливому тлі суспільного життя проблематизує окремі аспекти досягнення суб'єктивного благополуччя, адже невизначеність є невід'ємним атрибутом актуальної дійсності, що кидає виклик сучасній людині, вагомим явищем у різних сферах її життєдіяльності.

Як свідчить аналіз досліджень, незважаючи на відносну молодість досліджень, феномен толерантності до невизначеності дає підстави говорити про перспективність його розгляду у прикладному аспекті для досить широкого кола галузей психологічного знання – від психотерапії і психологічного консультування до психології безпеки особистості, психології здоров'я та благополуччя особистості. Дослідницький ресурс цього феномена не вичерпано, і в контексті нашого дослідження толерантність до невизначеності може розкрити нові грані такого складного явища як суб'єктивне благополуччя особи в умовах невизначеності.

Поняття «невизначеність» описується через такі основні категорії як: множинність суджень; неточність, неповнота і фрагментованість; ймовірність; неструктурованість; дефіцит інформації; мінливість; несумісність і суперечливість; незрозумілість (Norton, 1975). Вказується на такі характеристики невизначених й соціально нестабільних ситуацій, як новизна, суперечливість, складність (Budner, 1962); складність, непередбачуваність та різноманітність (Пригожин, 2003); взаємосуперечливість та амбівалентність (С. Литвин, 2019); неконтрольованість як суб'єктивна неможливість управляти розвитком подій, протистояти несподіванкам, передбачити їх (Гусєв, 2009); множинність можливостей, виборів і рішень (Корнілова, 2010) багатомірність, полісистемність, наявність безлічі об'єктивних і суб'єктивних конфліктів (Семиченко & Артюшина, 2019) та ін.

В залежності від того, що покладено в основу розуміння невизначеності, вона позначається як «ambiguity», як таке, що має в основі амбівалентність і двозначність, чи «uncertainty» коли йдеться про невизначеність в майбутньому або про недостатню інформованість (Корнілова та ін., 2010; Grenier, Barrette, Ladouceur, 2005).



Зазначається, що ситуації невизначеності виникають внаслідок як недостатності інформації, так і її надмірного різноманіття (Г. Павленко, 2020) ; перенасиченості новою взаємосуперечливою інформацією (С. Литвин, 2019); що невизначеність існує для суб'єкта як принципова невідомість майбутнього, як неможливість точно прогнозувати події та постає як особливе тло суспільного життя (Павленко, 2020; Семиченко, 2019), але значущим аспектом є саме суб'єктивна оцінка та сприйняття людиною ситуації як важкої або навпаки, як такої, що відкриває позитивні можливості» (Павленко, 2020).

Значний інтерес дослідників привертає не просто опис феномена невизначеності, а аналіз поведінки людини в ситуаціях невизначеності. Психологічна життєздатність, успішність, благополуччя і якість життя людини багато в чому залежать від її можливостей справлятися з невизначеністю буття. У психологічній науці така можливість людини знайшла своє вираження в конструкті, що позначається як «толерантність до невизначеності». І саме толерантність до невизначеності є тією концепцією, яка описує ставлення людини до невизначеності.

Реакції людини на невизначеність можуть бути різноманітними залежно від конкретного контексту. Невизначеність може викликати страх, занепокоєння, фрустрацію, уникнення прийняття рішень; реакції, щоб мінімізувати негативні ефекти – пошук інформації, її мінімізація чи ігнорування шляхом зосередження на іншому. В одному випадку людина, внаслідок визнання невизначеності, може відчувати себе знесилою, в іншому, навпаки, не лише визнає, а й шукає невизначеності та отримує від цього вигоду.

Отже, важливим є питання щодо того, чи слід тлумачити невизначеність як принципово позитивну, негативну чи й ту й іншу.

З одного боку, можна сприймати невизначеність як принципово негативне явище, а толерантність як відповідь, спрямовану на уникнення чи пом'якшення її шкоди (Lauriola et al., 2015, Herman et al., 2010). Згідно такого розгляду толерантності до невизначеності, найбільше, чого можна досягти – це уникнути

негативних наслідків невизначеності, а спектр толерантності до невизначеності коливається від негативного до нейтрального.

Тривале перебування в стані невизначеності, як зазначають дослідники (В. Семиченко; М. Hillen та ін.), може призвести до зниження адаптивної здатності людини, підвищення у неї тривожності, страхів, нестійкості до стресу, критичної упередженості по відношенню до себе, порушення міжособистісних зв'язків з оточуючими, до внутрішньоособистісного конфлікту (Семиченко, 2019; Hillen et al., 2017); що невизначеність у значної частини досліджуваних студентів асоціюється із невпевненістю і досить часто викликає негативні переживання та реакції (Перегончук, 2016).

З другого боку, невизначеність може розглядається як сприятливий стан, до якого прагнуть, якого потрібно шукати, а толерантність до невизначеності розуміється як відповідь, яка спрямована на отримання вигоди від невизначеності (Greco&Roger, 2001). За таким концептуальним баченням феноменологічний спектр толерантності до невизначеності поширюється від негативного до позитивного.

Слід зауважити, що зазвичай невизначеність інтерпретують як негативний феномен, який потребує толерування (Лушин, 2016), адже «типовий» дорослий представник нашої культури прагне до того, щоб жити в безпечному, стабільному, організованому, передбачуваному світі, в світі, де немає неприємних сюрпризів і незапланованого вирішення ситуацій очікування.

Водночас зазначається, що цей феномен може бути віднесений і до позитивних явищ, адже окрім неприємних емоцій невизначеність містить в собі важливий, позитивний потенціал для людини і через вироблення адекватної позиції до невизначеності вона може відчувати властиві їй можливості (Лушин, 2016). Про це також свідчать результати досліджень, які доводять, що ситуації невизначеності можуть викликати такі позитивні переживання як інтерес, цікавість (Семиченко, 2019); спонукають ставитися до них не лише як до загрози, а як до виклику (Перегончук, 2016); різні джерела невизначеності можуть

спровокувати різні реакції, що передбачає їхнє розрізнення і, відповідно, вимірювання (Hamilton et al., 2013).

Невизначеність, як стверджують дослідники, існує для суб'єкта як принципова невідомість майбутнього, як неможливість точно прогнозувати події та постає як особливе тло суспільного життя (Павленко, 2020; Семиченко, 2019); але значущим аспектом є саме суб'єктивна оцінка та сприйняття людиною ситуації як важкої або навпаки, як такої, що відкриває позитивні можливості» (Павленко, 2020).

Отже як свідчить аналіз проблеми невизначеності, ситуації невизначеності занурюють людину в специфічні психологічні стани, пов'язані зі ставленням до невизначеності (її сприйняттям, переживанням, стратегіями поведінки), Відповідно здатність взаємодіяти з невизначеністю, відчувати позитивні емоції в нових, неструктурованих ситуаціях, сприймати їх не як загрозові, і а як виклики, як можливість власної здійсненості відповідають концепту толерантності до невизначеності, тоді як уникнення невизначеності, неготовність прийняти складність і неоднозначність реальності, сприйняття нових, неструктурованих ситуацій, як загрозливих, відповідають концепту інтолерантності до невизначеності.

Поняття толерантності до невизначеності було введено в середині минулого століття в теорії Т. Адорно і його колег – Р. Сенфорд, Е. Френкель-Брунсвік, Д. Левінсон та трактувалося як здатність справлятися зі складністю навколишнього світу, а також поняття «tolerance for ambiguity» – як ставлення до двозначної, ймовірнісної і суперечливою стимуляції, що динамічно змінюється (T. Adorno, E. Frenkel-Brunswik, D. Levinson, R. Stanford, 1950).

Пізніше S. Budner, описуючи такі основні ознаки ситуації невизначеності, як новизна, складність, нерозв'язність, розглядав інтолерантність до невизначеності як установку сприймати невизначені ситуації в якості загрози та виділив ряд критеріїв індивідуального сприйняття загрози, які описували феноменологічні і оперативні реакції людини на ситуацію невизначеності: феноменологічне підпорядкування (переживання дискомфорту),

феноменологічне заперечення (придушення), оперативне підпорядкування (уникнення), оперативне заперечення (деструктивна або реконструктивна активність) (Budner, 1962). Також ним було виокремлено позитивний полюс переживання невизначених ситуацій (як бажаних) – толерантність до невизначеності. Базуючись на цих дослідженнях, S. Bochner зробив висновки, визнавши дві базові характеристики інтолерантності до невизначеності: по-перше, негативна реакція на невизначені ситуації зачіпає і емоційні, і когнітивні рівні, в тому числі когнітивні стилі, соціальні установки і міжособистісну поведінку; по-друге, люди з інтолерантною поведінкою в ситуаціях невизначеності в цілому демонструють подібну поведінку при сприйнятті об'єктів (Bochner, 1965).

У сучасних дослідженнях зазначається, що на відміну від С. Баднера, який розглядав конструкти толерантності/інтолерантності до невизначеності як полюси єдиного континууму, їх слід вивчати в якості самостійних психологічних утворень, пов'язаних із різними властивостями в цілісному інтелектуально-особистісному потенціалі людини (Корнилова, 2010). Відповідно толерантність до невизначеності як генералізована особистісна властивість розглядається як прагнення до змін, новизни і оригінальності, готовність йти невторованими шляхами і віддавати перевагу більш складні завдання, мати можливість самостійності і виходу за рамки прийнятих обмежень, тоді як інтолерантність до невизначеності розглядається як прагнення до ясності, впорядкованості у всьому і неприйняття невизначеності, визнання ролі правил та принципів.

В залежності від того на якому аспекті невизначеності - когнітивному, емоційному чи поведінковому, зосереджуються дослідники, відповідно розробляються і моделі толерантності до невизначеності. Так при зосередженні на когнітивному аспекті невизначеності, толерантність до невизначеності розглядається як процес когнітивної оцінки (McLain, 1993), обробки інформації (Холодная, 2004; Diggle et al., 2020; Buhr & Dugas, 2006; Kruglanski et al., 2009); толерантність до невизначеності як засіб емоційної адаптації, як зусилля людей пояснити нові, несподівані та емоційні події, що зменшує емоційну силу нових, несподіваних подій, перетворюючи їх на звичайні, розглядається при

зосередженні на емоційному аспекті невизначеності (Wilson et al., 2003; Wilson et al., 2005); при зосередженні на поведінковому аспекті невизначеності та толерантності до невизначеності увага приділяється раціональному прийняттю рішень в умовах невизначеності - де раціональність визначається як з точки зору логічної узгодженості суджень і рішень, так і їх відповідності об'єктивній реальності (Bell et al., 1988).

Отже, толерантність до невизначеності потенційно охоплює когнітивні, емоційні та поведінкові реакції людини, і її можна трактувати як набір можливих психологічних реакцій, починаючи з первинного сприйняття та оцінки невизначеності в процесі обміну інформацією (когнітивна реакція), через емоційне сприйняття невизначених ситуацій (емоційна реакція), до остаточного рішення про те як діяти (поведінкова реакція).

Розглядаючи толерантність до невизначеності через емоційні процеси, зазначається, що необхідність справлятися з невизначеними ситуаціями може спричиняти виникнення широкого спектру станів, як позитивних, нейтральних, так і негативних, таких як дискомфорт, занепокоєння, гнів та ін. (Comer et al., 2009; Ladouceur et al., 1998).

Тривале перебування в стані невизначеності може призвести до зниження адаптивної здатності людини, підвищення у неї тривожності, нестійкості до стресу, критичної упередженості по відношенню до себе, страху нових ситуацій, порушення міжособистісних зв'язків з оточуючими людьми, до глибокого внутрішньоособистісного конфлікту. Негативними наслідками є зростання тривожності, відчуття дискомфорту, стресу (Marij, 2020, p. 68).

Встановлено також, що інтолерантність до невизначеності є ключовим фактором виникнення і розвитку тривожних і депресивних станів, фактором уразливості для широкого спектра тривожних розладів (Соколова, 2015; Carleton, 2012; Mahoney & McEvoy, 2012; Miranda, Fontes, & Marroquín, 2008; Gentes and Ruscio, 2011). Також зазначається, що нестерпне відчуття тривоги, викликане перебуванням людини в стані невизначеності, спрямовує її до глибинних основ власного «Я» та пошуку відповідей на запитання про те, хто вона є та в чому

полягає сенс життя. Людина прагне отримати точну відповідь на ці запитання і досягти граничної ясності (Kim, 2019).

Водночас обґрунтовуються можливості толерантної до невизначеності особистості оптимально вирішувати складні або навіть екстремальні життєві ситуації, зберігаючи психологічне здоров'я і благополуччя; розкривається зв'язок високого рівня толерантності до невизначеності з усвідомленістю, задоволеністю життям, позитивними характеристиками особистості (Furnham & Marks, 2013).

Одним з неоднозначних є питання щодо того, як трактувати толерантність до невизначеності – чи є вона стабільною рисою особистості, її властивістю, яка спонукає людей до конкретних психологічних реакцій, чи настановою, чи станом тощо.

Як свідчить аналіз досліджень, толерантність до невизначеності трактується дослідниками як стабільна риса особистості (McDonald, 1970; Norton, 1975, Koerner & Dugas, 2008); як інтегральна особистісна характеристика (Павленко, 2020); як особистісна характеристика, що виявляється в здатності переносити ситуації невизначеності (Лушин, 2016), витримувати тривогу і невизначеність щодо негарантованого і непередбачуваного майбутнього та яка проявляється у постійній готовності до того, що може відбуватися будь що (Литвин, 2019); як властивість особистості, котра дозволяє витримувати кризові прояви, пов'язані з невизначеністю основ власного буття і які виникають під час переходу до нової ідентичності (Гусев, 2009), а також сприймати ситуацію невизначеності як нейтральну або позитивну та зберігати здатність реагувати проактивно в умовах неповної, нової та/або суперечливій інформації (Громова, 2022); як здатність людини переживати позитивні емоції в нових, неструктурованих, неоднозначних ситуаціях, сприймаючи їх не як загрозливі, а як такі, що містять виклик (Носенко & Шаповал, 2002); як соціально-психологічну настанову, що включає когнітивний (рівень усвідомлення невизначеності зовнішнього середовища), афективний (усвідомлюване чи неусвідомлюване переживання невизначеності зовнішнього середовища) і поведінковий компоненти (тенденція реагувати на невизначеність тим чи іншим

способом) (Луковицкая, 1998); як стан, що визначається ситуативними або контекстуальними факторами, які потрібно виміряти та врахувати (Durrheim & Foster, 1997, Herman et al., 2010).

Зазначимо також, що аналіз толерантності до невизначеності здійснюється дослідниками у зв'язку з вивченням механізмів особистісного змінювання як переходу до нової ідентичності та визначенням типів ставлення до невизначеності (Гусев, 2009; Лушин, 2016), аналізом її як чинника психологічного благополуччя студентів-випускників (Ющенко, 2017) та як предиктора психологічного благополуччя студентів (Павленко, 2019); в контексті важливості її формування у майбутніх психологів (Перегончук, 2016; Хілько, 2018), працівників ДСНС (Ламаш & Селюкова, 2013) та ін.

У сучасних українських дослідженнях здійснюються спроби операціоналізації толерантності до невизначеності як психологічного конструкту з метою сприяння звуженню розуміння цього поняття у психологічних дослідженнях та подальшому вивченню природи цього психологічного конструкту (Литвин, 2019). В результаті цього автором виділено компоненти, які можуть розглядатися у якості одиниць змістовного наповнення психологічного конструкту ТН, серед яких: здатність до комфортного переживання нестачі експліцитної інформації; здатність прийняти факт або явище без пояснення; спокійне або зацікавлене ставлення до хаосу та непорядкованості; здатність працювати із повною самовіддачею не будучи певним у результаті; здатність почати важливу справу без абсолютної підготовки; здатність відчувати процесуальність і плинність сталих речей; чутливість до «заморожування» процесу; здатність комфортно переживати власні сумніви, незнання, ірраціональність власних переживань та поведінки; спокійне або зацікавлене ставлення до суб'єктивності інших людей, діалогічність; готовність до спонтанності та заохочення свободи у близьких стосунках; усвідомлення самоплинності та незалежності даностей від волі людини, спокійне ставлення до випадкових процесів; толерантність до непізнаваності, вміння прийняти невідоме; здатність спокійно переживати неясність та незавершеність у

спілкуванні, спокійне ставлення до паузи та тиші; комфортне переживання ситуації, у якій невідомі думки та ставлення важливих людей; усвідомлення відносності та «ігрового характеру» конвенційних норм культури та соціуму та ін. (Литвин, 2019, с. 98-99).

Отже, як бачимо, концепт толерантності до невизначеності, характеризується по-різному, при його розгляді бракує узгодженості та конкретизації і щодо компонентів невизначеності, і щодо толерантності до невизначеності. Водночас зазначимо, що в сучасних дослідженнях здійснюються спроби інтегративного визначення толерантності до невизначеності, а саме «...як сукупності негативних та позитивних психологічних реакцій – когнітивних, емоційних та поведінкових – спровокованих свідомим усвідомленням незнання щодо окремих аспектів світу» та на його основі побудовано інтегративну модель, «..що не прописує феноменологічних меж, а навпаки, забезпечує організаційну структуру, яка допомагає чітко визначити основні припущення, цілі та компроміси різних підходів» (Hillen et al., 2017, с. 70-71).

Представлена авторами інтегративна модель толерантності до невизначеності ґрунтується на концептуальному аналізі робіт (Durrheim, 1997, Furnham, 2013, Grenier et al., 2005, Rosen et al., 2014) та охоплює як компоненти «невизначеності», так і «толерантність до невизначеності», враховує широту реакцій на ці явища – як позитивні (адаптивні), так і негативні (неадаптивні) та визнає потенційну роль контекстуальних (модеруючих) факторів; а двозначність, ймовірність та складність постають основними джерелами невизначеності (Nap et al., 2011).

Відповідно з цією моделлю реакції на невизначеності ініціюються стимулом, який спочатку повинен сприйматись індивідом як невідомий (для того, щоб існувала невизначеність). Слідом за цим сприйняттям невизначеності виникають когнітивні, емоційні та поведінкові реакції.

Якщо говорити про когнітивні відповіді, то вони включають різноманітні оцінки, які можуть варіювати від негативних до позитивних. Спектр емоційних реакцій також є широким та може виявлятися у дискомфорті, занепокоєнні, гніві,



хвилюванні чи збудженні. Поведінкові ж відповіді можуть бути спрямованими на пошук інформації та прийняття чи уникнення рішень (Dugas *et al.*, 2001, Ladouceur *et al.*, 1998)..

В дослідженнях йдеться про різноманітність поведінкових реакцій – і таких, щоб мінімізувати негативні ефекти, і щоб максимізувати позитивні ефекти невизначеності. Одні люди зменшують невизначеність, шукаючи інформацію, а інші мінімізують або ігнорують невизначеність, зосереджуючи свою увагу в іншому місці; другі – визнають невизначеність, але стають знесиленими; треті шукають невизначеності і, зрештою, отримують з неї вигоду. Залежно від конкретного контексту одні й ті ж особи можуть виявляти різні реакції на невизначеність (Durrheim & Foster, 1997).

Зазначається також, що поведінкові реакції можуть бути класифіковані в часі – такі, що орієнтовані на джерела чи наслідки. Відповіді, орієнтовані на джерела, спрямовані на уникнення або змінення невизначеної ситуації. Реакції, орієнтовані на наслідки, спрямовані на пом'якшення наслідків невизначеної ситуації. Йдеться про те, що будь-яка з цих різних реакцій може бути як усвідомленою та навмисною, так і несвідомою та рефлексивною, адже незважаючи на те, що невизначеність завжди є усвідомленою – остільки, оскільки вона являє собою метакогнітивне усвідомлення невігластва – у своїх подальших реакціях на невизначеність люди можуть мати різне усвідомлення того, якою мірою невизначеність змушує їх думати, відчувати чи поводитись певним чином (Hillen *et al.*, 2017, p. 71).

Розглянута концептуальна модель включає відповіді толерантності до невизначеності, які варіюються від негативних до позитивних – тобто, зосереджені як на уникненні чи пом'якшенні шкоди від невизначеності, так і на отриманні вигоди від неї, та вміщує когнітивні, емоційні та поведінкові реакції, що відбуваються в будь-який момент послідовності подій.

Отже в контексті нашого дослідження толерантності до невизначеності як багаторівневий та багатовимірний особистісний конструкт доцільно розглядати як властивість особистості на основі оцінок від позитивних до негативних, та

осмислення невизначеності як можливості чи загрози, емоційно сприймати – позитивно, нейтрально чи негативно та поведінково реагувати на неї – здійснювати пошук інформації, приймати чи уникати приймати рішення, уникати невизначеної ситуації або змінювати її.

Важливим напрямком досліджень є розуміння особливостей ставлення до невизначеності молодих людей, особливо в контексті їхнього благополуччя. Серед сучасних досліджень толерантності до невизначеності молоді слід відзначити ті, в яких вивчався вплив ситуації невизначеності та толерантності до невизначеності на рівень задоволеності навчанням і на його ефективність (Owen & Sweeney, 2002), а також на рівень комфорту в навчанні та на успішність студентів (DeRoma *et al.*, 2003); на психологічне благополуччя студентів (Павленко, 2019) на становлення професійної компетентності майбутнього психолога (Перегончук, 2016; Хілько, 2018). Встановлено зв'язок толерантності до невизначеності із рівнем стресу студентів, за яким студенти виявляють високий рівень стресу і низький рівень толерантності до невизначеності (Geller, 1990), а також виявлено, що студенти мають досить низький рівень толерантності до невизначеності, особливо щодо відкритості для нового досвіду і можливості вирішувати проблеми (Weissenstein *et al.*, 2014).

Отже, ситуації невизначеності занурюють людину в специфічні психологічні стани, пов'язані з переживанням невизначеності і виробленням стратегій поведінки. Від того, як молода людина буде інтерпретувати невизначеність – як загрозу чи як можливість власної здійсненності, як переживатиме її та реагуватиме на неї – буде залежати ефективність самоздійснення та досягнення нею суб'єктивного благополуччя.

Слід зазначити, що толерантність до невизначеності, відкритість і не заданість регулятивних профілів будь-якого вибору є основними умовами активності людини в сучасному світі. Вибір на користь невизначеного майбутнього С. Мадді розглядає як основу таких екзистенціальних рішень, які ведуть до душевного і соматичного здоров'я людини (Maddi, 2004), а отже до підтримання її благополуччя. В цьому ж контексті можемо зазначити, що

сутність екзистенційного світогляду полягає у ставленні до життя як до тотальної невизначеності, і кращим способом подолання невизначеності є визнання її існування (Зінченко, 2007).

Ми вважаємо за доцільне розглядати питання актуалізації ресурсності толерантності до невизначеності у молоді, адже саме періоду молодості властива самостійна і цілеспрямована активність у визначенні шляху свого розвитку відповідно до її бажань, прагнень і реальних можливостей на противагу прагненню відповідати заданим зразкам, соціальним очікуванням. Молода людина здатна сама ставити перед собою завдання і приймати рішення і, відповідно, її досягнення набувають особистісного сенсу.

Особливий інтерес в даному контексті представляють собою ті психологічні ресурси, використання яких дозволяє особистості залишатися максимально ефективною і продуктивною у вирішенні виникаючих протиріч між можливим і дійсним, підтримувати своє благополуччя. Одним з таких психологічних ресурсів, що відповідають поставленим умовам, на нашу думку, є толерантність до невизначеності.

### **1.3. Психологічні ресурси суб'єктивного благополуччя молоді в умовах невизначеності**

Видається логічним, якби в ситуаціях невизначеності, для їх успішного опанування та підтримання благополуччя молодими людьми були б обрані сильні психологічні ресурси. Отже, згідно з метою нашого дослідження, слід здійснити аналіз психологічних ресурсів та їхньої ролі у підтриманні благополуччя в умовах невизначеності, й зокрема такого з них, як толерантність до невизначеності.

Слід зазначити, що в психологічній теорії та практиці існує різноманітність у розумінні поняття ресурсів, термінологічна неузгодженість й складність емпіричного вивчення цього феномену. Різні школи та напрямки психології по-

своєму трактують цей феномен, а також використовуються схожі за змістом з ресурсами поняття, такий скажімо, як потенціал.

Натомість в дослідженнях все ж акцентується увага на різниці між поняттями «ресурси» і «потенціал», адже незважаючи на удавану подібність, поняття все ж не є тотожними. Так в сучасних українських дослідженнях зазначається, що поняття «ресурс» є близьким (але не збігається за змістом) із поняттям «потенціал», який, у широкому сенсі, розглядається як «запасні» можливості. Ресурси особистості, розглядаються «...як життєві опори, що є в розпорядженні людини і дають змогу забезпечувати певні потреби: 1) виживання; 2) фізичний комфорт; 3) безпеку; 4) залученість у соціум; 5) повагу з боку соціуму; 6) самореалізацію в соціумі. До психологічного ресурсу людина звертається у випадках нерішучості, за відчуття відсутності життєвих сил, гармонії, опори у житті, а також задля подолання важких життєвих ситуацій» (Ващенко & Іваненко, 2018, с. 39).

Висловлюється думка, що потенціал передує ресурсу, адже він є можливим, а ресурс дійсним і щоб відбувся перехід потенційного в актуальне (дійсне) необхідна власна активність суб'єкта. Коли ж дійсність висуває вимоги ширші за межі звичайних можливостей, що вимагають додаткових сил, тоді потенціал стає актуально дієвим ресурсом; потенціал упорядковує й об'єднує ресурси та проявляється через їх різноманіття в реальній життєдіяльності (Олефір, 2016).

Отже погоджуємося з автором, що і потенціал, і ресурси є залученими до регуляції суб'єктної активності та пов'язані із зростанням її ефективності, зокрема й в досягненні й підтриманні благополуччя та психологічного здоров'я.

Як зазначають дослідники G. H. Ironson, C. Wynings, A. Baum, M. Rodriguez, ресурси сприяють підтримці психологічного благополуччя навіть при невідповідній об'єктивній ситуації, забезпечуючи успішне здійснення діяльності у відносно несприятливих умовах (Ironson et al, 1997). Таким чином, ресурси сприяють ініціації поведінки, реалізують зв'язок суб'єкта з навколишнім середовищем, тим самим грають ключову роль у підтримці психологічного

благополуччя, а також у реалізації успішності діяльності, в тому числі і в складних життєвих ситуаціях.

Аналіз досліджень дає підстави говорити про певні напрямки розвитку проблематики ресурсів в психологічній науці – ресурс як фактор протистояння ризикам (психологія розвитку) (R. Lazarus, S. Folkman; S.E. Hobfoll); ресурс як фактор збереження психічного здоров'я (позитивна психологія, психологія здоров'я) (О. Штепа; A. Antonovsky; M. Csikszentmihalyi; M. Seligman); ресурс як фактор успішності, ефективності (психологія спорту, організаційна психологія, психологія праці) (Л. Карамушка та ін.).

Аналізуючи теорію збереження ресурсів С. Хобфолла, за якою ресурси – це те, що є для людини найбільш значущим, її цінності і те, що допомагає їх формувати і створювати, слушною є його думка про те, що вони сприяють адаптації до стресових ситуацій і допомагають у подоланні різних життєвих труднощів та вирішенні завдань (Hobfoll, 1989)

У психологічних дослідженнях ресурси розглядаються як одна з важливих характеристик особистості та виокремлюються особистісні, персональні та психологічні ресурси.

Особистісні ресурси визначаються як ті аспекти особистості, які, як правило, пов'язані зі стійкістю, відносяться до її сильних сторін і стосуються почуття її здатності успішно контролювати навколишнє середовище. Як зазначають сучасні дослідники, особистісні ресурси – це інтегральна характеристика особистості, яка об'єднує актуальні та потенційні засоби реалізації, досягнення цілей та подолання перешкод на життєвому шляху; які проявляються через взаємодію людини зі суспільством, яка відбувається в певних життєвих умовах та є пусковим механізмом для актуалізації конкретних ресурсів (Павленко, 2020, с. 84).

Персональними ресурсами за С. Хобфоллом є те, що є цінним для людини та допомагає їй адаптуватися до стресових ситуацій. Він говорить про зовнішні – соціальні та внутрішні – «душевні» (психологічні). Коли людина втрачає зовнішні та/або внутрішні ресурси, то це переживається нею як суб'єктивне

неблагополуччя і стан психологічного стресу. В основу створеної ним концепції «консервування» ресурсів покладено два принципи: 1) люди прагнуть отримати, зберегти та використати свої психологічні ресурси якнайкраще; 2) люди прагнуть інвестувати свої зусилля у накопичення власних ресурсів: захистити від втрати, або відновити ресурси, а також набути нові ресурси для підвищення впевненості у майбутньому (екзистенційної надійності) (Hobfoll, 1989, с.516).

Ресурси визначаються С. Хобфоллом як «ті сутності, які або цінуються централізовано самі по собі (наприклад, самооцінка, близькі прихильності, здоров'я і внутрішній світ), або діють як засіб для досягнення централізовано цінних цілей (наприклад, гроші, соціальна підтримка тощо)» (Hobfoll, 2002, с. 307). Він зазначав, що обставини навколишнього середовища часто загрожують або спричиняють виснаження ресурсів людей. Вони можуть загрожувати статусу людей, їхньому становищу, економічній стабільності, близьким, основним переконанням або самооцінці. Ці втрати важливі на двох рівнях. По-перше, ресурси мають інструментальну цінність для людей, а по-друге, вони мають символічну цінність адже вони допомагають людям визначити, ким вони є (Hobfoll, 1989, с.517).

На думку О. Штепи, контекст, у якому С. Хобфолл розкриває внутрішні *персональні ресурси*, є близьким до змісту *особистісних ресурсів*, адже самоконтроль, відповідальність та професійні уміння і є тими сильними якостями, за які людини може себе поважати (Штепа, 2013).

Коли ж йдеться про *психологічні ресурси*, то зазначається, що це «внутрішні чи зовнішні змінні (засоби і можливості), які є джерелом сили для окремої людини (індивідуальний рівень) чи цілої групи (груповий рівень) у подоланні повсякденних життєвих та професійних викликів, що завдяки психологічним ресурсам людина здана прокладати собі шлях, долаючи повсякденні стреси і труднощі, визначати напрям руху, упевнено крокувати в майбутнє» (Бевз, 2022, с.22).

Слід зазначити, що в літературі здебільшого використовується саме поняття *психологічних ресурсів* – концепція психологічних ресурсів В. Бодрова,

психологічної ресурсності О. Штепи (Бодров, 2006; Штепа, 2013). До психологічного ресурсу людина звертається у випадках нерішучості, за відчуття відсутності життєвих сил, гармонії, опори у житті, а також задля подолання важких життєвих та стресових ситуацій. І коли йдеться про вибір копінг-стратегій у долатті людиною стресових ситуацій, то зазначається, що когнітивна оцінка ситуаційних чинників та індивідуального потенціалу людини, дозволяє визначити, необхідні, зокрема внутрішні ресурси для подолання стресу, які визначаються дослідниками як когнітивно-феноменологічні здатності людини, такі як здатність чинити опір, емоційна стабільність, атрибутивні тенденції, співвідношення яких із характеристиками вимог зовнішніх, зумовлюють тип стресової реакції індивіда (Lazarus & Folkman 1984).

В сучасних дослідженнях акцентується увага на копінг-стратегіях як фактору розвитку внутрішніх психологічних ресурсів особистості в умовах війни та наголошується на необхідності їхнього розвитку задля подолання негативних наслідків стресових ситуацій та збереження психічного здоров'я й психологічного благополуччя, зокрема студентської молоді (Володарська, 2024)

Психологічні ресурси, як зазначають дослідники, є унікальними якостями особистості, які необхідно активувати та отримувати доступ до них, відповідно йдеться про психологічну ресурсність особистості, як її здатність до актуалізації власних ресурсів. Зауважується, що «психологічна ресурсність особистості виявляється як досвід усвідомлення особистістю власних можливостей, який стає потенціалом для надання підтримки іншим, саморозкриття і творчого саморозвитку у професії, та зазначає, що «...персональні ресурси доцільно охарактеризувати як матеріальні та нематеріальні резерви людини, що дають їй змогу почуватися дієздатною та долати стреси; компонентами персональних ресурсів є особистісні, соціальні та матеріальні ресурси; у характеристиці психологічних ресурсів також є важливими три аспекти, які водночас пов'язані не з типами складових психологічних ресурсів, а з їх часовою спрямованістю. А саме: психологічні ресурси трактують як важливий досвід минулого, стан

впевненості у собі у теперішньому, стратегію саморозвитку, спрямовану у майбутнє» (Штепа, 2013, с. 785-786).

Отже, як свідчить аналіз, найчастіше в психологічних дослідженнях ми бачимо звернення саме до психологічних ресурсів. В працях сучасних українських дослідників акцентується увага на необхідності актуалізації психологічних ресурсів особистості в складних умовах сьогодення, які б допомогли їй бути ефективною і продуктивною у нових реаліях. Так відчуття самоефективності, що підвищує толерантність особистості до стресу та відіграє важливу роль у вибудовуванні конструктивних копінгів розглядається як один із головних адаптаційних психологічних ресурсів особистості (Мирончак, 2017, с.100). Серед психологічних ресурсів життєздатності особистості в структурі психологічного благополуччя людини як ресурсів, що сприяють самозціленню та самовідновленню на тілесному, особистому, соціальному та духовному рівні, зокрема, виокремлюється життєстійкість, яка характеризує здатність людини витримувати всі складності життя та успішно протистояти життєвим проблемам та труднощам, а також наголошується про необхідність окремого виділення серед ресурсів життєздатності здатність приймати невизначеність майбутнього (Ларіна, 2017, с.87).

В дослідженнях психологічних ресурсів особистості, які допомагають їй зробити вибір певних стратегій оволодіння складними життєвими ситуаціями та підтримувати належне функціонування і благополуччя, як психологічний ресурс позиціонуються властивості, які дають змогу особистості впоратися зі складними життєвими ситуаціями й знизити їхній негативний вплив (Бодров, 2006; Волинець, 2018; Лазоренко, 2015; Штепа, 2013).

Як свідчить аналіз досліджень, в якості психологічних ресурсів розглядаються установки, риси, цінності, атрибутивні схеми, стратегії поведінки і подолання стресу тощо. Дослідники звертаються до вивчення таких психологічних ресурсів, як життєстійкість (Кравчук, 2018; Ларіна, 2017; Maddi, 2002), локус контролю (Каніболоцька, 2014; Rotter, 1975), оптимізм (Carver&Scheier 2002, Seligman, 1991), почуття когерентності (Antonovsky, 1996),



самоефективність (Bandura, 1977; Мирончак, 2017), резильєнтність (Rutter, 1987; Bonnano, 2005) та ін. Відповідно ресурсом може постати все те, що може привести людину до почуття сили, впевненості, щастя.

Водночас, як зазначає М. Чиксентмігаї, щастя це стан, до якого кожна людина повинна готуватися, розвивати та захищати його особисто (Csikszentmihalyi, 2002); а отже виявляти суб'єктну активність як внутрішньо притаманну людині властивість бути законодавцем свого життя, перетворювачем себе, свого середовища (Татенко, 2017), що дає підставити говорити про те, що прагнення до благополуччя знаходиться в руках самої людини, її здатності виявляти активність та примножувати свої ресурси в досяганні благополуччя.

В активність особистості, яка розгортається у взаємодії зі світом, психологічні ресурси як пускові механізми активності суб'єкта, вносять свій внесок – вони постають і як засоби, наявність і достатність яких сприяє досягненню людиною мети та підтримці благополуччя, а відсутність або недостатність – ускладнює; і як генератори активності суб'єкта.

У несприятливих умовах, в ситуаціях невизначеності психологічні ресурси використовуються для трансформації сприйняття складних, невизначених ситуацій та їхнє опанування (на відміну від чинників благополуччя) та сприяють підтримці благополуччя.

В низці досліджень до переліку психологічних ресурсів включено, зокрема, і толерантність до невизначеності (Гусєв, 2009; Павленко, 2019; Штепа, 2013; McLain, 1993), натомість емпіричного підтвердження толерантності до невизначеності в якості психологічного ресурсу суб'єктивного благополуччя студентської молоді в умовах невизначеності, зокрема в умовах суспільної нестабільності й невизначеності внаслідок війни, не представлено.

За результатами теоретичного розгляду проблеми толерантності до невизначеності, суб'єктивного благополуччя та з метою подальшого емпіричного аналізу толерантності до невизначеності як психологічного ресурсу суб'єктивного благополуччя молоді нами запропоновано *теоретичну модель впливу толерантності/інтолерантності до невизначеності на*

суб'єктивне благополуччя молоді, в якій зазначено, що толерантність до невизначеності – як багатогранне явище, охоплює різноманітне ставлення до невизначеності, – від негативного – інтолерантного, до позитивного – толерантного і, відповідно, як багаторівневий особистісний конструкт, толерантність до невизначеності розглядається нами як властивість особистості на основі оцінок та осмислення невизначеності – від позитивних (як множинності можливостей та вибору), до негативних – як загрози, емоційно сприймати – позитивно, нейтрально чи негативно, та поведінково реагувати на неї – здійснювати пошук інформації та приймати рішення чи уникати цього, уникати невизначеної ситуації чи змінювати її, що певним чином позначатиметься на суб'єктивному благополуччі як інтегральному соціально-психологічному утворенні:

- так, оцінка невизначеності та її сприйняття як загрози, що супроводжується негативними емоційними (виникненням напруження, тривоги) та поведінковими реакціями (уникання прийняття рішень, неготовність змінювати поведінку) негативно впливатимуть на суб'єктивне благополуччя;

- тоді як позитивне осмислення невизначеності – прийняття її існування, сприйняття та оцінка її як множинності можливостей, виборів; усвідомлюване позитивне чи хоча б нейтральне її переживання (адекватність емоційного реагування і прояву почуттів, здатність до саморегуляції) та здатність до проактивного реагування в ситуаціях невизначеності – активний пошук варіантів та ефективних способів вирішення ситуацій, застосування конструктивних стратегій опанування невизначеності, готовність активно впливати на умови середовища, брати відповідальність за себе й своє життя, сприятимуть підвищенню рівня суб'єктивного благополуччя. У такому разі припускаємо, що толерантність до невизначеності може постати в якості ресурсу суб'єктивного благополуччя студентської молоді.

У випадку підтвердження статистично достовірного характеру каузальної залежності між означеними незалежними (характеристики толерантності до невизначеності) і залежними змінними (інтегральні диспозиції суб'єктивного

благополуччя) стане можливою емпірична верифікація толерантності до невизначеності в якості психологічного ресурсу суб'єктивного благополуччя студентської молоді.

### **Висновки до розділу 1.**

Аналіз проблеми благополуччя засвідчив, що сучасна психологія через поняття «благополуччя» розкриває узагальнений зміст переживання людиною позитивності свого існування, передаючи різні специфікації цього стану через такі категорії як суб'єктивне благополуччя, емоційне благополуччя, щастя, психологічне благополуччя як найбільш узагальнені та такі, що включають низку чинників, які детермінують повноцінний психологічно здоровий стан особистості. Вирішення проблеми благополуччя здійснюється в рамках гедоністичного підходу, який спирається на такі конструкти як щастя, позитивний афект, низький негативний афект і задоволеність життям та евдемонічного, який підкреслює позитивне психологічне функціонування та розвиток людини. Наразі відзначається тенденція до об'єднання цих підходів і до розуміння суб'єктивного благополуччя ми підходимо з позицій інтеграції цих підходів.

Попри відмінності у визначеннях благополуччя нами було виокремлено змістову інваріанту, що акумулює доробки різноманітних психологічних інтерпретацій цього феномену й, відповідно розглядати *суб'єктивне благополуччя* як емоційно-оцінне ставлення особи до власного життя, власної особистості, взаємостосунків з іншими людьми, що суб'єктивно виражається у задоволеності різними сторонами свого буття, життям загалом (*суб'єктивне благополуччя*), задоволеності собою, домінуванні позитивних емоційних станів (*емоційне благополуччя* як переживання щастя) та є основою для позитивного функціонування, досягнення автономії, розкриття свого потенціалу та самореалізації (*психологічне благополуччя*)

Благополуччя особистості здебільшого вивчалось в усталених, хоча звісно, не завжди сприятливих умовах життя, тому фокусування на невизначеності як на особливому тлі суспільного життя, особливо внаслідок війни, розв'язаної рф

проти України, проблематизує окремі аспекти суб'єктивного благополуччя різних верств населення, й молоді зокрема, та пошук психологічних ресурсів його підтримання в цих умовах.

В цьому контексті толерантність до невизначеності представлено як одну з ключових категорій. І на основі аналізу різних підходів до розуміння толерантності до невизначеності ми розглядаємо її як властивість особистості на основі оцінок від позитивних до негативних, та осмислення невизначеності як можливості чи загрози, емоційно сприймати – позитивно, нейтрально чи негативно, та поведінково реагувати на неї – здійснювати пошук інформації, приймати чи уникати приймати рішення, уникати невизначеної ситуації або змінювати її, що певним чином – позитивно чи негативно позначатиметься на суб'єктивному благополуччі.

Як психологічний ресурс в оволодінні складними життєвими ситуаціями та підтримці належного функціонування і благополуччя, позиціонуються властивості, які дають змогу особистості впоратися зі складними життєвими ситуаціями й знизити їхній негативний вплив. В умовах соціальної нестабільності, непередбачуваності й невизначеності саме психологічні ресурси особистості постають своєрідними засобами трансформації сприйняття таких умов, ініціації поведінки й відповідно відіграють ключову роль в їх опануванні та підтриманні психологічного здоров'я та благополуччя.

У цьому сенсі нами висловлено припущення, що в умовах невизначеності, особливо в сучасних реаліях життя, внаслідок війни, розв'язаної рф проти України, толерантність до невизначеності може постати психологічним ресурсом суб'єктивного благополуччя студентської молоді.

Основні положення цього розділу викладені у публікаціях автора:

**Коробка І.М.** (2022). Суб'єктивне благополуччя: теоретичні інтерпретації, чинники й ресурси підтримання. *Науковий вісник Херсонського державного університету. Серія Психологічні науки*. № 2 (2022). 85-93. (Index Copernicus) DOI: <https://doi.org/10.32999/ksu2312-3206/2022-2-12>

**Коробка І.М.** (2022). Ресурсність толерантності до невизначеності у підтриманні суб'єктивного благополуччя: теоретичні розвідки. *Габітус*, 41. 245-250. (Index Copernicus). <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2022.41.43>  
[http://habitus.od.ua/journals/2022/41-2022/41\\_2022.pdf](http://habitus.od.ua/journals/2022/41-2022/41_2022.pdf)

**Коробка І.М.** (2021). До проблеми суб'єктивного благополуччя сучасної молоді та психологічних ресурсів його підтримання». *Інтеграційні можливості сучасної психології та шляхи її розвитку. Матер. V Всеукр. науково-практ. конф. (21-22 жовтня 2021 року, м. Запоріжжя)*. Запоріжжя : ЗНУ. 46-47.

**Коробка І.М.** (2023). Толерантність до невизначеності як ресурс адаптації особи до кризових умов. *Актуальні проблеми психологічної та соціальної адаптації в умовах кризового суспільства* [Електронне видання] : зб. матеріалів VIII Міжнар. науково-практ. конф., м. Ірпінь, 20 квітня 2023 року. – Ірпінь : Державний податковий університет, 2023. С. 384-386.

URL: [https://drive.google.com/file/d/1JtAZs69A6CV5q\\_bE05OWbnNjIJ9xPJ1/view](https://drive.google.com/file/d/1JtAZs69A6CV5q_bE05OWbnNjIJ9xPJ1/view)

## **РОЗДІЛ II**

### **МЕТОДИЧНІ ЗАСАДИ ДОСЛІДЖЕННЯ ТОЛЕРАНТНОСТІ ДО НЕВИЗНАЧЕНОСТІ ЯК ПСИХОЛОГІЧНОГО РЕСУРСУ СУБ'ЄКТИВНОГО БЛАГОПОЛУЧЧЯ МОЛОДІ**

У розділі визначено методичні засади емпіричного дослідження толерантності до невизначеності як психологічного ресурсу суб'єктивного благополуччя студентської молоді. Охарактеризовано зміст дослідницьких етапів, характер вирішуваних завдань. Обґрунтовано вибір методичного інструментарію для виявлення прояву показників суб'єктивного благополуччя та толерантності до невизначеності студентської молоді та їх структурних компонентів, а також методів статистичного аналізу та змістової інтерпретації отриманих результатів. Розкрито особливості прояву толерантності до невизначеності, суб'єктивного благополуччя студентської молоді та суб'єктивної оцінки нею визначеності сфер життя.

#### **2.1. Огляд методичного інструментарію дослідження толерантності до невизначеності та суб'єктивного благополуччя в сучасних дослідженнях**

Для дослідження толерантності до невизначеності як психологічного ресурсу суб'єктивного благополуччя студентської молоді було здійснено аналіз літератури щодо наявного методичного інструментарію дослідження толерантності до невизначеності та суб'єктивного благополуччя з метою створення батареї методик для вирішення завдань нашого дослідження.

Аналіз досліджень засвідчив, що в умовах соціально-економічної нестабільності та непередбачуваності спостерігається збільшення інтересу дослідників до проблеми толерантності до невизначеності, відповідно й до проблеми пошуку методів діагностики цього конструкту, і опитувальники є найпоширенішим психодіагностичним інструментарієм щодо оцінки толерантності та інтолерантності до невизначеності.

Здійснений аналіз засвідчив, що найпоширенішим у використанні та доволі ефективним інструментом дослідження толерантності до невизначеності є шкала толерантності до невизначеності С. Баднера (Tolerance of Ambiguity Scale, Budner (Budner, 1962)). Вона спрямована на виявлення чотирьох патернів реагування на невизначеність: феноменологічне заперечення, феноменологічне підпорядкування, поведінкове заперечення, поведінкове підпорядкування.

Адаптацію опитувальника С. Баднера було здійснено українською мовою В. Барко, В. Остаповичем, як валідного і надійного психологічного опитувальника для діагностики ступеня сформованості толерантності до невизначеності особистості, зокрема з метою її дослідження у поліцейських та у порівнянні зі ступенем її сформованості у цивільних (Барко, 2019).

Слід також зазначити, що шкала інтолерантності С. Баднера як ефективний інструмент виявлення показників інтолерантності та толерантності до невизначеності активно використовується в роботах вітчизняних дослідників (Бойчук, 2021; Стояцька, 2022; Хілько, 2018 та ін.).

На вивчення толерантності до невизначеності спрямована і *«Шкала толерантності до невизначеності»* (Multiple Stimulus Types Ambiguity Tolerance Scale-I (MSTAT-I)), розроблена Д. МакЛейном (McLain, 1993). Ця методика також має декілька модифікацій, серед яких найбільш поширеним є її варіант в адаптації Є. Луковицької, відповідно до якого передбачається отримання загального показника толерантності до невизначеності та визначення респондентів із низьким, середнім та високим рівнем толерантності до невизначеності.

В дослідженнях українських науковців найбільше використовується версія цієї методики в адаптації Є. Осіна (Осин, 2010), переваги якої полягають у збереженні такого ж високого показника надійності за внутрішньою узгодженістю, що й в оригіналу, а також наданні переконливих даних щодо конструктивної валідності. Її ефективність підтверджено на вибірках студентів-психологів, працюючих студентів та осіб, які працюють з Custodyrecords, а також

студентів-випускників (Клепікова, 2021; Милославська та ін., 2020; Стояцька, 2022; Ющенко, 2017).

З метою діагностики толерантності до невизначеності та інтолерантності до невизначеності як самостійних шкал або двох полюсів однієї шкали дослідниками було здійснено розробку нового опитувальника толерантності до невизначеності (Корнилова, 2010). При його розробці було отримано трьох факторну структуру опитувальника: толерантність до невизначеності; інтолерантність до невизначеності; міжособистісна інтолерантність до невизначеності.

Ще однією з методик, яка досить активно використовується дослідниками при вивченні інтолерантності/толерантності до невизначеності, є «Шкала інтолерантності до невизначеності» Н. Карлетона (Carleton, 2007), яка представляє собою скринінговий інструмент для вивчення ставлення до невизначеності (Carleton, 2007). Адаптацію цього опитувальника українською мовою було здійснено Г. Громовою, яка зауважила, що опитувальник Н. Карлетона має більшу діагностичну цінність для вивчення схильності проявляти негативну афективну симптоматику при зустрічі з невизначеністю або її очікуванні» (Громова, 2022, с.65).

Отже, як свідчить аналіз досліджень, завдяки збільшенню інтересу дослідників до проблеми ставлення до невизначеності ми маємо арсенал психодіагностичного інструментарію, який засвідчив ефективність щодо оцінки толерантності та інтолерантності до невизначеності. Це дає можливість обрати серед наявного інструментарію ті методики, які дадуть можливість здійснювати інтерпретацію отриманих нами результатів у площині розгорнутої дослідницької комунікації.

Також нам необхідно було здійснити добір дослідницького інструментарію для діагностики показників залежних змінних. Одним із маркерів, які дозволяють судити про задоволеність людини життям в цілому, самою собою, характером відносин з оточуючими людьми, є поняття благополуччя, що передбачає



емоційну оцінку ставлення особистості до свого життя у всіх його проявах в самому широкому сенсі.

Як вже зазначалося нами, в психології щодо благополуччя, існує низка понять, які є близькими, але все ж мають свою специфіку – це задоволеність з життя, суб'єктивне благополуччя, щастя, а також психологічне благополуччя (Коробка, 2022). До розуміння суб'єктивного благополуччя ми підходимо з позицій інтеграції гедоністичного та евдемонічного підходів і, відповідно розглядаємо його як інтегральний показник ставлення особи до власного життя, власної особистості, взаєностосунків з іншими людьми, що суб'єктивно виражається у задоволеності різними сторонами свого життя, життям загалом (суб'єктивне благополуччя); у задоволеності собою та домінуванні позитивних емоційних станів (емоційне благополуччя як переживання щастя) та є основою для позитивного функціонування, досягнення автономії, розкриття свого потенціалу та самореалізації (психологічне благополуччя)

Слід також зазначити, що окрім існуючого теоретичного різноманіття підходів до проблеми благополуччя, спостерігаємо наявність і різноманіття діагностичного інструментарію для його вимірювання.

Аналіз досліджень показав, що здебільшого діагностичний інструментарій спрямовано на інтегральну оцінку щастя та благополуччя. Зокрема, це *«Шкала задоволеності життям»* (Е. Дінер, Р. Еммонс та ін. в адаптації Д. Леонтьєва, Є. Осіна), яка застосовується для визначення емоційного переживання індивідом особистого життя як цілого, що відображає загальний рівень суб'єктивного благополуччя; експрес-тест – *«Шкала суб'єктивного щастя (Subjective Happiness Scale, SHS) С. Любомирськи (в адаптації Д. Леонтьєва), що призначена для вимірювання загального рівня суб'єктивного благополуччя та наскільки особа оцінює свій стан щастя у порівнянні з іншими.*

Ще однією скринінговою методикою є *«Шкала суб'єктивного благополуччя»* О. Перус-Баду (Badoux, Mendelsohn, 1994) в адаптації М. Соколової, що дозволяє оцінити рівень задоволеності з власного життя, рівень

емоційного комфорту, самооцінки власного стану та здоров'я, задоволеності стосунками з іншими людьми.

Потреба різнобічної оцінки суб'єктивного благополуччя – і з боку емоційних переживань, і з боку суджень, і самоузгодженості особистості та ін., спонукала до створення в рамках системного і комплексного підходів методики діагностики суб'єктивного благополуччя особистості Р. Шаміоновим, Т.Бесковою, в основу якої покладено уявлення про те, що суб'єктивне благополуччя є синтетичним соціально-психологічним утворенням, яке включає ряд компонентів, що відбивають благополучність різних сторін буття людини (Шаміонов, 2018). Ця методика використовувалася в дослідженнях вітчизняних науковців на українській вибірці молоді різних професій (Грузинова, 2023), осіб дорослого віку (Отич, 2022), студентів (Юрчинська, 2020) та ін. і довела свою ефективність.

Поняття суб'єктивного благополуччя також тісно пов'язане зі звичайним розумінням щастя як переваги позитивних емоцій над негативними. Таке розуміння акцентує увагу на приємних емоційних переживаннях, які об'єктивно переважають у житті, або ж людина суб'єктивно схильна до них. В сучасних зарубіжних дослідженнях поняття суб'єктивного благополуччя (subjective well-being), яке, як зазначають дослідники, є позитивною когнітивною та афективною оцінкою особою свого життя, включаючи як емоційні реакції (баланс емоцій з перевагою у бік позитивних), так і когнітивні оцінки задоволеності ним (Diener *et al.*, 1999) досить часто використовується як синонім щастя.

З метою дослідження щастя, М. Аргайлом та його колегами було розроблено «Оксфордський опитувальник щастя» (ОНІ, Oxford Happiness Inventory) у 1989 році, здійснено його перероблення у 2002 році та представлено як «Oxford Happiness Questionnaire, OHQ» (Hills & Argyle, 2002), в основу якого покладено розуміння того, що щастя складається з таких незалежних, факторів як задоволеність з життя, позитивні емоції та відсутність негативних емоцій. Опитувальник застосовувався в дослідженнях, що проводилися в Оксфорді серед студентів та засвідчив, що отримані дані добре корелюють з оцінками, які дають

друзі респондентів, оцінюючи їх як щасливих, цілком задоволених життям людей, які вміють справлятися зі стресами і шукати соціальну підтримку.

Ефективність цього опитувальника підтверджується результатами сучасних українських досліджень (Бончук, 2016; Завацький, 2022; Карпенко, Гуляс, 2020; Кологринова, 2008; Мілютіна, Сарри, 2021).

Якщо говорити про психологічне благополуччя як інтегральний показник ступеня спрямованості людини на реалізацію основних компонентів позитивного функціонування (особистісного зростання, самоприйняття, управління середовищем, автономії, цілі в житті, позитивних відносин з оточенням) (Ryff, 1989), а також ступінь реалізованості цієї спрямованості, що суб'єктивно виражається у відчутті щастя, задоволеності собою та власним життям (Каргіна, 2015), то для його найбільш узагальнюючою та найчастіше використовуваною є «Шкала психологічного благополуччя», розроблена К. Рифф (Ryff, 1995).

У зарубіжних та вітчизняних дослідженнях наявні різні версії (варіанти) оригінальної методики, які базувалися на модифікації факторної структури вихідного набору пунктів та були застосовані на різних вибірках (Карсаканова, 2011; Лепешинский, 2007; Н. Шишко, 2020; Lindfors, 2006; Springer, 2006).

Водночас слід також звернути увагу на існування скорочених версій питальника К. Рифф, адаптованих для юнацького віку, учнів старшого шкільного віку, зокрема дослідниками з України, Іспанії, Китаю, (Шишко, 2020; Chan, 2017; Fernandes, 2010). Одним із таких скорочених версій є адаптація, у відповідності до критеріїв валідності й надійності, *питальника експрес-оцінювання психологічного благополуччя* у дослідженні Н. Шишко (Шишко, 2020, с.75-81).

Авторка зауважила на певних змістовних та організаційних обмеженнях щодо застосування повної версії методики, що складається із 84 запитань, зокрема на вибірці осіб юнацького віку (Шишко, 2020, с.72). Це спонукало дослідницю до розробки експрес варіанта питальника, який складається із 30 запитань, що, з одного боку, забезпечило достатнє змістове наповнення кожної із 6 діагностичних шкал (по 5 запитань на кожную), з іншого – «така форма є значно більш компактною, що дозволяє більш ефективно використовувати її в складі

комплексних опитувань» (Шишко, 2020, с.75). Саме така аргументація є доцільною при виборі цього варіанту методики для нашого дослідження.

Отже зусилля вимірювати та контролювати суб'єктивне благополуччя учнівської й студентської молоді та його показники не є новими. Натомість останні роки привернули посилену увагу до цієї проблеми. Аналіз проблеми благополуччя в контексті нашого дослідження засвідчує важливість здійснення оцінки суб'єктивного благополуччя студентської молоді з боку оцінки і благополучності різних складових життєдіяльності, і задоволеності собою та життям, що виявляється у відчутті щастя, а також оцінки психологічного благополуччя як інтегрального показника ступеня спрямованості молодих людей на реалізацію основних компонентів позитивного функціонування.

## **2.2. Організація емпіричного дослідження толерантності до невизначеності та суб'єктивного благополуччя студентської молоді: етапи, завдання, методичний інструментарій, процедура дослідження**

Дослідження толерантності до невизначеності як психологічного ресурсу суб'єктивного благополуччя студентської молоді передбачало здійснення емпіричної верифікації теоретичної моделі взаємообумовленості характеристик толерантності до невизначеності студентської молоді та особливостей її суб'єктивного благополуччя.

Така емпірична верифікація була здійснена на основі якісного і психодіагностичного підходів в рамках кількох дослідницьких етапів, що дозволило, з одного боку, забезпечити в єдиній концептуальній і цільовій рамці двох зазначених підходів логічну повноту дослідження, а з іншого, – найбільш повно репрезентувати принцип послідовного вивчення змістовно релевантних його феноменів з поступовим ускладненням на кожному наступному етапі ступеня вирішуваних дослідницьких завдань.

Зміст і процедура емпіричної розробки актуальної проблеми передбачала необхідність системної реалізації низки взаємопов'язаних завдань в рамках двох

концептуально і логічно узгоджених дослідницьких блоків – **констатувального** та **аналітичного**, які включають науково-дослідницькі етапи різного рівня складності вирішуваних завдань та способи отримання емпіричних даних.

Отже охарактеризуємо зміст дослідницьких етапів, характер вирішуваних завдань, можливості психодіагностичного інструментарію, а також методи статистичного аналізу та змістової інтерпретації отриманих результатів.

У структурі **констатувального блоку**, який забезпечив отримання масиву психологічних показників студентської молоді, змістовно релевантних проявам суб'єктивних характеристик її психологічного благополуччя та толерантності до невизначеності, було виокремлено **три дослідницькі етапи**.

*Перший етап підготовчий* – включав аналіз, обґрунтування і підготовку основного дослідницького інструментарію для проведення емпіричного дослідження толерантності до невизначеності та суб'єктивного благополуччя студентської молоді.

За результатами аналізу наявного методичного інструментарію дослідження толерантності/інтолерантності до невизначеності і суб'єктивного благополуччя, було здійснено *підбір методик та обґрунтування доцільності їхнього використання для дослідження толерантності/інтолерантності до невизначеності та суб'єктивного благополуччя студентської молоді, які, після проведення пілотного дослідження, було включено в загальну анкету у вигляді гугл-форми для проведення он-лайн опитування.*

Для вимірювання толерантності/інтолерантності до невизначеності нами було відібрано із описаного вище переліку наступні методики – *Шкала інтолерантності до невизначеності* С. Баднера (Intolerance of Ambiguity Scale, IAS) (україномовна адаптація В. Барко, В. Остаповича) (Барко & Остапович, 2019); *Шкала толерантності до невизначеності* Д. МакЛейна (Multiple Stimulus Types Ambiguity Tolerance Scale-I, MSTAT-1) (адаптація Є. Осіна) (Осин, 2010); *Шкала інтолерантності до невизначеності*, коротка версія Н. Карлетона (Intolerance of Uncertainty Scale-12) (адаптація Г. Громова)

(Громова, 2022, с. 186); шкала «Суб'єктивна оцінка визначеності сфер життя» (Г. Павленко) (Павленко, 2020, с.265).

Вибір саме цих методик зумовлено тим, що вони мають різну спрямованість у вивченні ставлення до невизначеності: перші дві відображають рівень ставлення до невизначеності від толерантного до інтолерантного, третя з них – несприйняття невизначеності. Вони також відрізняються за структурою та ставленням до невизначеності.

Отже «Опитувальник інтолерантності до невизначеності» (Intolerance of Ambiguity Scale, IAS) С. Баднера (україномовна адаптація В. Барко, В. Остаповича), спрямований на виявлення показника інтолерантності/толерантності до невизначених ситуацій для яких характерні новизна, суперечливість, складність та нерозв'язність. Цей опитувальник робить більший акцент на вимірюванні афективного і когнітивного компонентів інтолерантності/толерантності до невизначеності.

Методика «Шкала толерантність до невизначеності» (Multiple Stimulus Types Ambiguity Tolerance Scale-I, MSTAT-I) в адаптації Є. Осіна, яка була адаптована на українській вибірці та засвідчила свою ефективність (Клепікова, 2021; Саннікова, 2020), розкриває загальне ставлення до невизначеності – її прийняття/неприйняття, дозволяє проаналізувати такі показники як ставлення до новизни, ставлення до складних завдань, ставлення до невизначених ситуацій, перевага невизначеності, толерантність до невизначеності (уникнення/прийняття). Ця методика робить більший акцент на поведінковому і когнітивному компонентах толерантності до невизначеності.

Опитувальник «Шкала інтолерантності до невизначеності» Н. Карлетона (IUS-12) (в адаптації Г. Громової) (Громова, 2022, с. 186) дозволяє виявляти схильність до негативної афективної симптоматики в разі зіткнення з невизначеністю чи її очікуванням та включає дві шкали: тривога перед майбутнім (прогностична тривога) і гнітюча тривога та загальний показник інтолерантності до невизначеності.

Також нам було важливо подивитись як сьогодні, в умовах війни, студентська молодь оцінює найбільш значущі сфери життя щодо їх визначеності/невизначеності, для чого було застосовано шкалу «Суб'єктивна оцінка визначеності сфер життя» (Г. Павленко) (Павленко, 2020, с.265).

З урахуванням посилення невизначеності майбутнього внаслідок війни рф проти України, її негативного впливу на якість життя та благополуччя різних верств населення до запропонованої авторкою шкали оцінюваних життєвих сфер нами було додано ще таку важливу, на наш погляд, сферу для молоді як власне майбутнє та використано більш узагальнююче поняття щодо сфери здоров'я – сфера власного благополуччя.

Сфери життя, включені в методику були, відповідно пропозиції авторки, об'єднані у дві групи (Павленко, 2020, с. 98):

- «ситуації Я», до якої увійшли наступні шкали – робочі взаємини (робота/навчання), взаємини з близькими людьми, власне благополуччя і власне майбутнє;

- «ситуації Світ», яка об'єднала такі шкали, як: політична ситуація в країні, економічна ситуація в країні, екологічна ситуація в країні, система охорони здоров'я в країні, система освіти в країні.

Ця методика дозволить проаналізувати які ж сфери життя для студентської молоді в умовах війни є найбільш визначеними чи невизначеними.

Аналіз теоретичних уявлень про суб'єктивне благополуччя, його структуру, а також низки емпіричних досліджень дозволив здійснити *відбір відповідного методичного інструментарію* та обґрунтування доцільності його використання для дослідження суб'єктивного благополуччя студентської молоді та його компонентів.

Для вимірювання благополуччя студентської молоді до загальної анкети нами було включено три методики: Методика діагностики суб'єктивного благополуччя особистості Р. Шаміонова, Т. Бескової; Питальник експрес-оцінювання психологічного благополуччя К.Рифф; Оксфордський опитувальник щастя М. Аргайла.

Застосування цих трьох опитувальників пов'язано з тим, що кожен з них дає можливість дослідити суб'єктивне благополуччя як інтегральне утворення: шляхом дослідження емоційного аспекту благополуччя як переживання щастя та задоволеності собою; задоволеності студентською молоддю різними сторонами свого життя (суб'єктивне благополуччя) та компонентів позитивного функціонування (психологічного благополуччя).

*Методика діагностики суб'єктивного благополуччя особистості* Р. Шаміонова, Т. Бескової (Шамионов, 2018) спрямована на виявлення загального рівня суб'єктивного благополуччя та його п'яти факторної структури, яка включає такі компоненти: *емоційне благополуччя* особистості, яке відображає радість, оптимізм, щастя, хороший настрій, наснагу; *екзистенційно-діяльнісне* благополуччя особистості, яке об'єднує характеристики прикладених зусиль для досягнення благополуччя і їх результативність, а також подієво-смыслову насиченість життя; *его-благополуччя* – відображає задоволеність собою, своїм характером, зовнішністю, впевненість в собі і самоузгодженість особистості; *гедоністичне благополуччя* – відображає ступінь задоволення базових потреб (в безпеці, прийнятних житлових умов, доході і екологічних умовах проживання); *соціально-нормативне благополуччя* – відображає відповідність життя (дій, вчинків) соціальним нормам, моральним цінностям особистості в їх інтеріоризованому вигляді.

Ефективність цієї методики підтверджується результатами сучасних вітчизняних досліджень на українській вибірці студентів, осіб дорослого віку та ін. (Грузинова & Юрчинська, 2020; Грузинова, 2023; Отіч, 2022).

З метою оцінки *показників психологічного благополуччя особистості* нами було застосовано варіант питальника К. Ріфф в розробці та адаптації Н. Шишко – «*Питальник експрес-оцінювання психологічного благополуччя*» К. Ріфф (Шишко, 2020, с.75-81), спрямований на виявлення інтегративного показника психологічного благополуччя та його компонентів – «Позитивні стосунки з іншими», «Автономія», «Управління середовищем», «Особистісне зростання», «Цілі в житті», «Самоприйняття».



Попри усі переваги шести компонентної концепції Ріфф, ми поділяємо думку дослідників, щодо деяких її обмежень для науковців при використанні у власних дослідженнях, а саме: відсутність повної картини благополуччя особистості (виділені компоненти психологічного благополуччя в повній мірі відображають особливості позитивного функціонування особистості, однак не дають усієї повноти інформації про відчуття задоволеності людиною своїм буттям); ігнорування гедоністичної складової благополуччя (Юрчинська, Грузинова, 2020).

Вказані обмеження шести компонентної концепції К. Ріфф ми компенсуємо застосуванням *методики діагностики суб'єктивного благополуччя особистості*, опис якої було представлено вище, яка дає можливість дослідити задоволеність особою різними сторонами свого буття відповідно до п'ятифакторної структури суб'єктивного благополуччя, а саме емоційного, екзистенційно-діяльнісного благополуччя; его-благополуччя; гедоністичного та соціально-нормативного благополуччя.

Також для визначення емоційного переживання особистого життя, що відображає загальний рівень суб'єктивного благополуччя як переживання щастя нами обрано «Оксфордський опитувальник щастя» (Hills & Argyle et al., 2002) у модифікації М. Рагуліної, який дає можливість виявити особливості переживання особою власного емоційного благополуччя, задоволеності життям, її емоційних станів, ресурсів та відчуття безпеки.

Слід звернути увагу на особливість в інтерпретації результатів за цією методикою – *чим менший бал*, тим вищий рівень емоційного благополуччя і навпаки – *чи вищий бал*, тим більше виявляється переживання емоційного неблагополуччя – відповідно рівень благополуччя нижче).

Запропоновані М. Аргайлом з колегами судження було також розділено за змістом на три групи: оцінка свого психоемоційного стану (шкала «Стани»); оцінка власної ресурсності та ресурсності світу (шкала «Ресурси»); оцінка безпеки навколишньої дійсності (шкала «Відчуття безпеки»). Відповідно окрім

загального показника емоційного благополуччя інтерпретуються і отримані показники за цими *шкалами*.

Ефективність цього опитувальника підтверджується результатами сучасних українських досліджень (Бончук, 2016; Завацький, 2022; Карпенко, Гуляс, 2020; Мілютіна, Сарри, 2021).

Слід зазначити, що представлені показники за описаними методиками не суперечать, а доповнюють уявлення про досліджуваний конструкт – суб'єктивне благополуччя та відображають, з одного боку, структурні компоненти благополуччя, з іншого, різні сторони та аспекти благополуччя. Отже отримані дані за представленими методиками дозволять аналізувати концепт благополуччя більш розширено з урахуванням вираженості його компонентів, сторін та аспектів.

Таким чином методичний інструментарій дослідження толерантності до невизначеності як ресурсу суб'єктивного благополуччя студентської молоді представлено методиками для вимірювання толерантності/інтолерантності до невизначеності та дослідження різних складових, компонентів та сторін суб'єктивного благополуччя студентської молоді.

*Другий етап* констатувального блоку емпіричного дослідження має на меті вимірювання особистісних характеристик випробуваних, змістовно релевантні проявам їх толерантності до невизначеності – властивості особистості, що визначають її здатність та вміння ефективно діяти та ухвалювати рішення в умовах неповної або суперечливої інформації; особистісної риси, що відображає схильність переживати позитивні емоції у невизначених, непередбачуваних, неструктурованих та неоднозначних ситуаціях, сприймати їх не як загрозу, а як такі, що кидають виклик. Загалом на даному етапі дослідження було виміряно комплекс психологічних характеристик випробуваних, які змістовно виступають емпіричною структурною основою прояву їх толерантності/інтолерантності до невизначеності.

В якості емпіричних корелятив, змістовно релевантних проявам толерантності/інтолерантності до невизначеності у студентської молоді, визначено низку наступних психологічних змінних:

– характеристики прояву толерантності до невизначеності: *ставлення до нового, ставлення до складних завдань, ставлення до невизначених ситуацій, надання переваги невизначеності, толерантність до невизначеності (її прийняття/уникнення), загальний рівень толерантності до невизначеності* (за шкалою толерантності до невизначеності;

– показники прояву інтолерантності/толерантності до невизначеності: *новизна ситуації, складність ситуації, нерозв'язність ситуації, загальний рівень інтолерантності до невизначеності* (за питальником толерантності до невизначеності;

– характеристики прояву інтолерантності до невизначеності: *прогностична тривога (або тривога перед майбутнім), гнітюча тривога, загальний рівень інтолерантності до невизначеності*. (за шкалою інтолерантності до невизначеності;

В рамках *третього етапу* констатувального блоку емпіричного дослідження вимірювалися особистісні характеристики випробуваних, змістовно релевантні суб'єктивним проявам їх суб'єктивного благополуччя – багаторівневого та багатовимірного особистісного конструкту, який визначає динамічну когнітивно-емоційну оцінку особистості якості власного життя загалом та окремих його сфер, яка формується на основі об'єктивних (умов життя та діяльності, задоволеності базових потреб, стану здоров'я тощо) чинників, сприйнятих та засвоєних нею із урахуванням її індивідуально-типологічних особливостей (темпераменту і характеру, спрямованості, особливостей самооцінки, самоприйняття, ціннісних та сенсожиттєвих орієнтацій та ін.), та постає основою для досягнення автономії, розкриття власного потенціалу та самореалізації. Загалом на даному етапі дослідження було виміряно широкий спектр психологічних характеристик випробуваних, які

змістовно виступають емпіричною структурною основою прояву їхнього суб'єктивного благополуччя.

В якості емпіричних корелятивів, змістовно релевантних проявам суб'єктивного благополуччя у студентської молоді, визначено низку наступних психологічних змінних:

- структурні компоненти суб'єктивного благополуччя: *емоційне благополуччя, екзистенційно-діяльнісне благополуччя, его-благополуччя, гедоністичне благополуччя, соціально-нормативне благополуччя, загальний рівень суб'єктивного благополуччя* (за методикою діагностики суб'єктивного благополуччя особистості;

- структурні компоненти психологічного благополуччя: *позитивні стосунки з іншими, автономія, управління середовищем, особистісне зростання, цілі в житті, самоприйняття, інтегративний рівень психологічного благополуччя;*

- компоненти суб'єктивного благополуччя як емоційного переживання особистого життя: *емоційні стани, ресурси, відчуття безпеки та загальний рівень емоційного благополуччя як переживання щастя.*

Також на цьому етапі передбачалося отримання психологічних показників суб'єктивної оцінки респондентами невизначеності/визначеності сфер життя з метою встановлення особливостей взаємозв'язку між показниками суб'єктивної оцінки невизначеності/визначеності сфер життя, які входять до груп «ситуації Світ» і «ситуації Я» та показниками суб'єктивного благополуччя, психологічного благополуччя й емоційного благополуччя як переживання щастя.

**Аналітичний блок** дослідження було спрямовано на забезпечення емпіричної верифікації концепту толерантності до невизначеності в якості психологічного ресурсу суб'єктивного благополуччя студентської молоді. З цією метою у структурі означеного блоку було виокремлено ряд дослідницьких етапів, процесуально спрямованих на емпіричну розробку різних аспектів актуальної проблеми. Це дозволило перевірити на кожному його етапі вихідні робочі гіпотези у річищі реалізації актуальних дослідницьких завдань за

допомогою системи спеціальних, у тому числі, багатомірних методів статистичного аналізу. Охарактеризуємо зміст етапів в межах аналітичного блоку емпіричного дослідження, характер вирішуваних завдань і специфіку використаних методів статистичного аналізу та змістової інтерпретації отриманих результатів.

*На першому етапі* аналітичного блоку емпіричного дослідження, підготовчого за своїм характером, було *спочатку* забезпечено аналіз емпіричних розподілів вимірних психологічних змінних толерантності/інтолерантності до невизначеності та суб'єктивного благополуччя. Крім того, здійснювалася перевірка розподілів на відповідність до закону нормального розподілу, а також стандартизація емпіричних (вибіркових) даних, тобто їх  $z$ -перетворення (Наследов, 2004), а відтак – можливість представити усі виміряні психологічні показники випробуваних у форматі однієї розмірності –  $z$ -значень.

Аналіз особливостей емпіричних розподілів емпіричних корелятив толерантності/інтолерантності до невизначеності та суб'єктивного благополуччя випробуваних дозволила нам прийняти ряд важливих для подальшого аналізу рішень, а саме, визначити способи перевірки статистичних гіпотез.

Перевірку відповідності вибіркового (емпіричного) розподілу нормальному було здійснено за допомогою статистичного критерію Колмогорова-Смірнова (Kolmogorov-Smirnov Test) (Бююль, 2002; Наследов, 2004), який дозволить оцінити ймовірність того, що досліджувана вибірка належить генеральній сукупності з нормальним розподілом.

В результаті перевірки вибіркового розподілу на відповідність нормальному за допомогою критерію Колмогорова-Смірнова було виявлено низку (ряд) релевантних психологічних показників, які не відповідали визначеному критерію (див. Табл. 2.1.- 2.2. та Додаток А).

Представимо важливі для подальшого статистичного аналізу результати, отримані в ході перевірки нормальності емпіричного розподілу психологічних показників толерантності до невизначеності випробуваних (див. Табл. 2.1).

Таблиця 2.1

**Результати перевірки нормальності емпіричного розподілу показників  
толерантності до невизначеності випробуваних**

Психологічний показник	$M_x$	$\sigma_x$	Kolmogorov -Smirnov Z	p
ставлення до новизни	11,93	3,55	1,354	0,051
ставлення до складних завдань	28,75	5,80	1,210	0,107
ставлення до невизначених ситуацій	36,75	6,90	1,073	0,199
надання переваги невизначеності	42,02	8,70	0,754	0,620
толерантність до невизначеності (прийняття/уникнення невизначеності)	37,09	8,17	0,902	0,389
загальний рівень толерантності до невизначеності	79,12	14,53	1,081	0,193
новизна ситуації	16,89	3,32	1,710	<b>0,006</b>
складність ситуації	32,56	4,59	1,317	0,062
нерозв'язність ситуації	13,34	2,46	2,108	<b>0,000</b>
загальний рівень інтолерантності до невизначеності	62,81	6,35	1,550	<b>0,016</b>
прогностична тривога	21,86	4,77	1,195	0,115
гнітюча тривога	14,25	4,05	1,194	0,116
загальна інтолерантність до невизначеності	36,11	7,63	1,333	0,057

Так, на підставі узагальнення табличних даних виокремлено психологічні показники толерантності/інтолерантності до невизначеності випробуваних, які не відповідають нормальному закону розподілу ( $p < 0,05$ ): *нерозв'язність ситуації, новизна ситуації, загальний рівень інтолерантності до невизначеності*.

Аналогічно, за результатами перевірки нормальності емпіричного розподілу психологічних показників суб'єктивного благополуччя випробуваних також були отримані відповідні дескриптивні статистики та статистики висновку (див. Табл. 2.2. та Додаток А).

Таблиця 2.2

**Результати перевірки нормальності емпіричного розподілу показників  
суб'єктивного благополуччя випробуваних**

Психологічний показник	$M_x$	$\sigma_x$	Kolmogorov -Smirnov Z	p
емоційне благополуччя	35,60	6,82	1,323	0,060
екзистенційно-діяльнісне благополуччя	36,33	7,29	1,086	0,189
его-благополуччя	17,23	3,84	1,652	<b>0,009</b>
гедоністичне благополуччя	13,44	3,00	2,083	<b>0,000</b>
соціально-нормативне благополуччя	19,79	3,00	2,622	<b>0,000</b>
загальний рівень суб'єктивного благополуччя	123,16	20,72	1,052	0,218
позитивні стосунки з іншими	17,73	3,61	1,767	<b>0,004</b>
автономія	16,52	2,69	2,364	<b>0,000</b>
управління середовищем	15,29	4,12	1,275	0,077
особистісне зростання	20,15	3,20	2,738	<b>0,000</b>
цілі в житті	17,97	3,45	1,697	<b>0,006</b>
самоприйняття	16,98	3,49	1,594	<b>0,012</b>
інтегративний рівень психологічного благополуччя	107,14	15,50	0,910	0,379
стани	19,28	6,20	2,218	<b>0,000</b>
ресурси	18,79	5,17	1,460	<b>0,028</b>
відчуття безпеки	14,44	4,11	1,482	<b>0,025</b>
загальний рівень емоційного благополуччя	52,51	14,19	1,064	0,208

Як і в попередньому випадку, на підставі узагальнення табличних даних виокремлено психологічні показники суб'єктивного благополуччя випробуваних, які не відповідають нормальному закону розподілу ( $p < 0,05$ ): *гедоністичне благополуччя, соціально-нормативне благополуччя, автономія, особистісне зростання, стани, позитивні стосунки з іншими, цілі в житті, его-благополуччя, самоприйняття, відчуття безпеки, ресурси.*

Таким чином, за результатами перевірки відповідності вибіркового розподілу нормальному виявлено «ненормально» розподілені розподіли в межах обох діагностичних блоків – толерантності/інтолерантності до невизначеності та суб'єктивного благополуччя. Враховуючи, що половина усього масиву релевантних психологічних показників виявилась розподіленою у відповідності з нормальним законом, а також великий маси вибіркової сукупності, робимо висновок про умовну «нормальність» даного вибіркового розподілу емпіричних даних.

Відповідність вибіркового розподілу нормальному є тією властивістю вимірюваної ознаки (психологічного показника), яку ми повинні враховувати при виборі статистичних процедур аналізу даних, тому у відповідності із завданнями актуального дослідження у відношенні тих емпіричних психологічних показників, які виявились ненормально розподіленими, проводилася процедура нормалізуючої трансформації.

Нормалізуюча трансформація ненормально розподілених психологічних показників була проведена за допомогою процедури нелінійної нормалізації (Наследов, 2004). Вона передбачала, що переведення «сирих» оцінок у стандартні здійснюється через знаходження процентильних меж груп у вихідному розподілі, які відповідають процентильним межах груп у нормальному розподілі стандартної шкали. Кожному інтервалу стандартної шкали ставився у відповідність такий інтервал шкали «сирих» оцінок, який містив аналогічну відсоткову долю вибірки стандартизації. Відмітимо, що величини долей визначалися за площею під одиничною нормальною кривою, заключеної між  $z$ -оцінками, що відповідали даному інтервалу стандартної  $Z$ -шкали ( $Z$ -scores) (Наследов, 2004). Надалі, як зазначалося вище, було проведено стандартизацію вибірових даних ( $z$ -перетворення).

Важливим аргументом на користь стандартизації емпіричних (вибірових) даних, тобто  $z$ -перетворення релевантних психологічних показників, стало те, що вони у подальшому будуть використані для порівняння балів за психодіагностичними методиками, що мають різний масштаб шкали вимірювання.



Насамкінець,  $z$ -значення виражають тестовий бал випробуваного у його співвідношенні з усім розподілом вимірюваного психологічного показника, тобто виражають бали у відносних величинах. Це є важливим для нас у контексті розуміння того, що тестові норми для кожної використаної психодіагностичної методики не враховують специфіки дослідницького контингенту – студентської молоді, оскільки розроблялися на нерелевантних для нашого дослідження вибірках стандартизації.

Загалом стандартизація вихідних емпіричних даних в рамках актуального дослідження не лише значно спростить і зробить більш зрозумілим загальне сприйняття і відображення характеру розподілу сукупності вимірюваних психологічних показників, але й дозволить порівнювати рівень їх вираженості окремо для кожного випробуваного.

*Другий етап* аналітичного блоку дослідження, пошуковий за своїм характером, передбачає визначення значущості розбіжностей у показниках толерантності/інтолерантності до невизначеності зумовлених такими індивідними характеристиками як стать, курс навчально-професійної підготовки, шляхом здійснення перевірки рівності середніх значень та оцінки відмінностей досліджуваних психологічних змінних (толериантності/інтолерантності до невизначеності) між двома незалежними вибірками; а також встановлення взаємозв'язку між толериантністю до невизначеності та компонентами суб'єктивного благополуччя на всій вибірковій сукупності

*Третій етап* аналітичного блоку дослідження, пошукового за своїм характером, спрямовано на визначення факторної моделі суб'єктивного благополуччя студентської молоді за допомогою використання методу факторного аналізу (ФА) (Factor Analysis) (Бююль, 2002; Наследов, 2004).

Означений метод дозволить визначити, які інтегральні латентні факторидиспозиції впливають на змінні, що вивчаються (вимірюються), і які саме змінні найбільш чутливі до їх впливу (Бююль, 2002; Наследов, 2004). Фактично в рамках реалізації даного етапу аналітичного блоку дослідження за допомогою ФА буде забезпечено оптимізацію масиву виміряних емпіричних показників

шляхом зменшення їх розмірності до значно меншої кількості незалежних інтегральних факторів.

У подальшому на основі отриманої факторної моделі суб'єктивного благополуччя молоді для кожного випробуваного буде обчислено факторні оцінки для усіх виділених аналізом незалежних факторів – *інтегральних диспозицій суб'єктивного благополуччя* – як основи для подальших статистичних обрахунків, зокрема для вивчення особливостей (характеру) їх залежності від прояву характеристик толерантності/інтолерантності до невизначеності.

В ході реалізації *четвертого етапу* аналітичного блоку емпіричного дослідження вирішувалось завдання визначення характеру відмінностей у рівні прояву інтегральних диспозицій суб'єктивного благополуччя студентської молоді, диференційованих у різні категорії на підставі означених вище групуючих параметрів – *курс навчально-професійної підготовки, регіон навчання, напрям фахової підготовки, стать*, які ймовірно визначатимуть специфічні особливості переживання нею суб'єктивного благополуччя. З цією метою було використано комплекс методів статистичного аналізу:

а) для визначення статистично достовірних відмінностей у середніх значеннях вираженості інтегральних диспозицій суб'єктивного благополуччя у випробуваних, диференційованих за критерієм «*статі*» – параметричний статистичний критерій відмінностей для незалежних вибірок *t*-Ст'юдента (T-Test). У нашому випадку означений метод дозволить перевірити гіпотезу про те, що середні значення вираженості незалежних факторів – інтегральних диспозицій суб'єктивного благополуччя випробуваних жіночої статі статистично достовірно відрізняються (вищі/нижчі) від аналогічних показників випробуваних чоловічої статі.

б) для визначення статистично достовірних відмінностей у середніх значеннях вираженості незалежних факторів – інтегральних диспозицій суб'єктивного благополуччя у випробуваних, диференційованих за параметрами: *курс навчально-професійної підготовки, регіон навчання, напрям (профіль) фахової підготовки, стать* – параметричний однофакторний дисперсійний

аналіз ANOVA (One-Way ANOVA) (Бююль, 2002; Наследов, 2004). В нашому випадку однофакторний ANOVA дозволить перевірити гіпотезу про те, що кожний досліджуваний фактор або незалежна змінна – «курс навчально-професійної підготовки», «напрямок фахової підготовки», «регіон навчання» «стать» – здійснює значимий вплив на залежну змінну – кожен визначену на попередніх етапах емпіричного дослідження інтегральну диспозицію суб'єктивного благополуччя випробуваних. Іншими словами, це дозволить підтвердити припущення, що середні значення, які відповідають різним градаціям або рівням залежної змінної, статистично достовірно відрізняються.

Насамкінець, закономірним кроком у логіці перевірки основної гіпотези емпіричного дослідження стало визначення прогностичних психологічних детермінант суб'єктивного благополуччя молоді, змістовно релевантних проявам її толерантності/інтолерантності до невизначеності.

Таким чином, *п'ятий етап* аналітичного блоку емпіричного дослідження був спрямований на визначення у випробуваних характеристик толерантності/інтолерантності до невизначеності, які детермінують, тобто здійснюють найбільший вплив на їхнє суб'єктивне благополуччя. З цією метою було використано метод множинного лінійного регресійного аналізу (МЛРА) (Regression Analysis) (Бююль, 2002; Наследов, 2004), який дозволяє визначити те, які показники (незалежні змінні) найбільш істотні, важливі для передбачення, а якими змінними можна знехтувати, виключивши їх з аналізу.

МЛРА призначений для вивчення взаємозв'язку однієї залежної змінної та кількох незалежних змінних, дозволяє визначити те, які показники (незалежні змінні) найбільш істотні, важливі для передбачення, а якими змінними можна знехтувати, виключивши їх з аналізу.

У дослідженні в якості незалежних його змінних постануть характеристики толерантності/інтолерантності до невизначеності випробуваних, а в якості його залежних змінних – попередньо виділені в процесі факторизації вихідного емпіричного масиву релевантних психологічних показників інтегральні диспозиції їх суб'єктивного благополуччя.

В ході реалізації основного завдання означеного дослідницького етапу увесь масив психологічних показників випробуваних, релевантний проявам їх толерантності/інтолерантності до невизначеності, було піддано МРА за допомогою стандартного методу (Enter) (Наследов, 2004).

Резюмуючи вище викладене, підсумуємо характер очікуваних результатів п'ятого етапу аналітичного блоку емпіричного дослідження. Метою його було визначення прогностичних детермінант суб'єктивного благополуччя молоді – значущих характеристик толерантності до невизначеності, які детермінують високий рівень суб'єктивного благополуччя студентської молоді. У випадку підтвердження достовірного характеру каузальної залежності між означеними незалежними і залежними змінними дослідження стане можливою емпірична верифікація концепту толерантності до невизначеності в якості психологічного ресурсу суб'єктивного благополуччя студентської молоді.

### **2.3. Загальна характеристика вибірки та методи статистичного аналізу результатів дослідження**

Відповідно об'єкту і предмету нашого дослідження, генеральною сукупністю, як найбільш узагальненої сукупності об'єктів, які об'єднані однією ознакою, є всі студенти закладів вищої освіти.

Отже вибірка представлена *студентською молоддю*, яка здобуває освіту у закладах вищої освіти. Загальновідомо, що відбір учасників дослідження повинен проводитися випадковим чином і так, щоб забезпечити відому ймовірність потрапляння у вибірку всім представникам цільової групи. В ситуації, що склалася внаслідок російсько-української війни, коли більша частина закладів освіти перейшла на дистанційну форму навчання, частина студентів вимушена була виїхати за межі не тільки того населеного пункту де вони навчалися, а й за межі України – найбільш можливою для дослідження виявилися цільова вибірка, яка передбачала включення у дослідження усіх

доступних представників цільової групи, а саме представників студентської молоді.

Слід зазначити, що студентська молодь є визначеною соціально-демографічною групою, яка існує у певних історично-культурних умовах, водночас суттєві характеристики і риси молоді, як соціальної групи, зокрема її студентської частини, знаходяться у стані формування і становлення – ціннісного, духовного, становлення соціальної зрілості. Згідно більшості вікових періодизацій, молодість охоплює період пізньої юності та ранньої дорослості, що ставить перед нею ряд нових специфічних завдань – це і побудова життєвих планів, і пошук сенсу життя, і професійне становлення і прийняття відповідальності за своє життя, своє майбутнє тощо. Коли йдеться про студентську молодь, то вона безумовно є майбутнім нашого суспільства, його активною й динамічною частиною, яка впливатиме на його подальший розвиток.

Кількість досліджуваних – 576 осіб, молоді люди, які здобувають освіту у різних закладах вищої освіти – Сумський державний університет, Сумський державний педагогічний університет імені А. С. Макаренка, Глухівський національний педагогічний університет імені Олександра Довженка, Академія Державної пенітенціарної служби (м. Чернігів), Львівський національний університет імені Івана Франка, Чернівецький національний університет імені Юрія Федьковича, Ужгородський національний університет, Волинський національний університет імені Лесі Українки (м. Луцьк), Національний університет водного транспорту (м. Рівне), Запорізький національний університет, Дніпровський національний університет імені Олеся Гончара.

Досліджуваними є студенти, які здобувають ступень освіти бакалавр (першого – 9,5%, другого – 17,9%, третього – 46,6% та четвертого курсів – 13,4%) та студенти-магістранти (першого – 10% та другого – 2,1% року навчання) за різними напрямками навчання. Досліджувані віком від 17 до 20 років – 74,6%, 21-29 років – 17%, 30-35 років – 8,4% з різних міст та регіонів проживання, розподілені за статтю – чоловіки (17%) і жінки (83%).

Розподіл респондентів за місцем навчання: Львів – 163 особи, Луцьк та Рівне – 47 осіб, Чернівці – 41 особа, Ужгород – 29 осіб; Чернігів – 69 осіб, Суми – 61, Глухів – 7 осіб; Дніпро – 74 особи, Запоріжжя – 20 осіб та м. Київ – 65 осіб. Переважання кількості респондентів із Західного регіону пояснюється тим, що в умовах війни процес навчання студентів в цьому регіоні порівняно з іншими був більш стабільним, що дозволило залучити до опитування більше представників студентської молоді.

Вибірка була представлена студентами, які здобувають освіту за різними напрямками фахової підготовки. Серед досліджуваних – 186 осіб навчаються за напрямом психологія; 223 особи – менеджмент, економіка, право; 167 – педагогіка (спеціальна, дошкільна та середня освіта).

Емпіричний етап дослідження відбувався в умовах повномасштабної війни, розв'язаної РФ проти України, коли більша частина закладів освіти перейшла на дистанційну форму навчання, частина студентів вимушена була виїхати за межі не тільки того населеного пункту де вони навчалися, а й за межі України – найбільш можливою для дослідження виявилися цільова вибірка, яка передбачала включення у дослідження усіх доступних представників цільової групи, а саме представників студентської молоді.

Он-лайн опитування студентської молоді було проведено у *березні-травні 2023 року* з використанням google-інструментів. Гугл-форма анкети включала методики, спрямовані на дослідження толерантності/інтолерантності до невизначеності та показників суб'єктивного благополуччя студентської молоді.

**Статистичний аналіз результатів дослідження** передбачає застосування методів математичної статистики та інтерпретаційних методів дослідження.

У дослідженні, відповідно до поставлених завдань, було застосовано низку методів статистичної обробки та аналізу результатів:

- описові статистики (середнє та стандартне відхилення) для характеристики центральних тенденцій даних та їх мінливості;
- $z$ -стандартизація емпіричних даних ( $z$ -standardized), непараметричний метод перевірки нормальності Колмогорова-Смірнова (Kolmogorov-Smirnov Test)

– параметричний метод відмінностей для незалежних вибірок  $t$ -Стюдента (T-Test) для визначення значущості розбіжностей у показниках толерантності/інтолерантності до невизначеності та суб'єктивного благополуччя, зумовлених чинниками статі, курсу навчально-професійної підготовки, регіону навчання, напряму фахової підготовки;

– кореляційний аналіз за допомогою коефіцієнта кореляції Пірсона ( $r$ -Пірсона) для характеристики зв'язків між показниками толерантності та інтолерантності до невизначеності і показниками суб'єктивного, психологічного та емоційного благополуччя;

– параметричний метод однофакторного дисперсійного аналізу (One-Way ANOVA), метод факторного аналізу (Factor Analysis) (з обертанням Varimax) для побудови та емпіричної верифікації факторної моделі суб'єктивного благополуччя студентської молоді;

– метод множинного лінійного регресійного аналізу (Regression Analysis) для визначення характеристик толерантності/інтолерантності до невизначеності, які детермінують, тобто здійснюють найбільший вплив на суб'єктивного благополуччя студентської молоді та емпіричної верифікації концепту толерантності до невизначеності в якості психологічного ресурсу суб'єктивного благополуччя студентської молоді, у разі підтвердження статистично достовірного характеру каузальної залежності між означеними незалежними і залежними змінними дослідження.

Для реалізації визначеного комплексу статистичних процедур використано комп'ютерний пакет програм SPSS for Windows (версія 20 та 23).

## **2.4. Особливості прояву толерантності до невизначеності, суб'єктивного благополуччя студентської молоді та суб'єктивної оцінки нею визначеності сфер життя**

Відповідно до висвітлених попередньо змісту науково-дослідницьких етапів і процедури емпіричної розробки актуальної проблеми, представимо аналіз та

змістову інтерпретацію результатів в рамках реалізації **констатувального блоку** емпіричного дослідження (другого та третього етапів), який було спрямовано на опрацювання отриманого масиву психологічних показників студентської молоді, змістовно релевантних проявам суб'єктивних характеристик її психологічного благополуччя, толерантності до невизначеності студентської молоді та суб'єктивної оцінки нею визначеності сфер життя.

На *другому та третьому етапах* констатувального дослідницького блоку було опрацьовано масив психологічних показників студентської молоді, змістовно релевантних проявам характеристик її толерантності/інтолерантності до невизначеності, суб'єктивного благополуччя та суб'єктивної оцінки визначеності сфер життя. В рамках означених етапів дослідження було виміряно і представлено актуальний рівень вираженості широкого спектру психологічних показників випробуваних, які змістовно виступають структурною емпіричною основою прояву цих характеристик.

Як вже було зазначено вище, на *другому етапі* за допомогою шкали толерантності до невизначеності Д. МакЛейна, шкали інтолерантності до невизначеності С. Баднера та шкали інтолерантності до невизначеності Н. Карлетона було визначено рівень вираженості низки психологічних показників – емпіричних корелятивів, змістовно релевантних проявам характеристик толерантності до невизначеності студентської молоді.

Представимо результати первинного описового статистичного аналізу особливостей прояву різних компонентів толерантності до невизначеності студентської молоді на тлі подій, пов'язаних з повномасштабним вторгненням РФ в Україну (табл. 2.3.; Додаток Б)

*Таблиця 2.3.*

**Описова статистика отриманих результатів за методиками дослідження толерантності/інтолерантності до невизначеності**

Шкали методик	N	Mean	SD
<b>Шкали методики MSTAT-1 Д. МакЛейна</b>			



Ставлення до новизни (мін. 3, макс. 21)	576	11,93	3,55
Ставлення до складних завдань (мін. 7, макс. 49)	576	28,76	5,80
Ставлення до невизначених ситуацій (мін. 9, макс. 63)	576	36,75	6,90
Перевага невизначеності (мін. 10, макс. 70)	576	42,03	8,71
Толерантність до невизначеності (прийняття/уникнення невизначеності) (мін. 9, макс. 63)	576	37,10	8,18
Загальний показник толерантності до невизначеності (мін. 19, макс. 133)	576	79,13	14,53
<b>Шкали методики IAS С.Баднера</b>			
Новизна (мін. 4, макс. 28)	576	16,89	3,32
Складність (мін. 9, макс. 63 )	576	32,57	4,59
Нерозв'язність (мін. 3, макс. 21 )	576	13,35	2,46
Загальний показник інтолерантності до невизначеності (мін. 16, макс. 112)	576	62,82	6,35
<b>Шкали методики IUS-12 Н. Карлетона</b>			
Прогностична тривога (мін. 7, макс. 35)	576	21,86	4,77
Гнітюча тривога (мін. 5, макс. 25)	576	14,26	4,05
Загальна інтолерантність до невизначеності (мін. 12, макс. 60)	576	36,12	7,64

Згідно результатів загальної описової статистики по вибірці можемо констатувати, що за всіма шкалами толерантності/інтолерантності до невизначеності отримані результати знаходяться в діапазоні середніх значень.

Середні значення показників за всіма шкалами методики MSTAT-1 Д. МакЛейна свідчать про те, що досліджувані характерно помірковано позитивно ставлення до новизни, до нових ситуацій, подій; вони виявляють помірну терпимість до складних для розуміння завдань та несподіваних ситуацій, не відгороджуються від нового досвіду; здатні усвідомлювати себе як суб'єкта власних дій, розуміють, що можуть контролювати своє життя та певною мірою оптимістично оцінюють свої успіхи й невдачі. Водночас у складних ситуаціях вони можуть відчувати тривогу, не достатньо впевнені у своїх діях; можуть уникати невизначеності та дещо обмежувати себе у кількості можливих виборів,

зважаючи на ступінь складності і невизначеності ситуації, однак з часом здатні опанувати себе та діяти ефективно.

Результати за методикою С. Баднера також свідчать про те, що всі показники також знаходяться в діапазоні середніх значень. Середній рівень за шкалою новизни свідчить про те, що у незвичній ситуації через брак досвіду та відсутність відповідних навичок досліджувані можуть відчувати певну напругу, однак через певний час здатні повернутися до звичного рівня функціонування; середній рівень за шкалою складності дає підстави говорити про те, що при оцінці ситуації як складної вони відчують певну напругу, однак не втрачають віру у можливість знаходження шляхів її розв'язання; молоді люди не сприймають ситуацію як безвихідну і зберігають здатність до знаходження альтернативних шляхів вирішення проблеми. Середній рівень за шкалою нерозв'язності засвідчує, що такого роду ситуації все ж не викликають у досліджуваних глибокого емоційного відгуку, вони виявляють здатність оцінити ситуацію більш-менш адекватно та можуть здійснювати спроби знайти шляхи виходу з неї чи прийняти таку ситуацію як належну.

Середній рівень прояву показника інтолерантності до невизначеності свідчить про те, що досліджувані відчують певну напругу у невизначених ситуаціях, виявляють схильність прораховувати різні варіанти розвитку подій та здебільшого концентрують увагу на аналізі несприятливих чинників, водночас вони зберігають здатність не піддаватись деструктивним впливам та все ж адекватно оцінювати ситуацію. Отже, як бачимо, досліджувані виявляють як толерантні, так і інтолерантні риси, прояв яких залежить від ситуації, її новизни, складності та нерозв'язності.

Отримані середньогрупові показники толерантності/інтолерантності до невизначеності дають підстави говорити про усвідомлення й прийняття молодими людьми складності, неоднозначності і непередбачуваності навколишнього світу; про прагнення до врахування цього в своїх діях та, водночас про те, що вони намагаються вносити в своє життя і навколишнє середовище ясність, зрозумілість організованість та передбачуваність.

Якщо говорити про отримані результати за методикою IUS-12 Н. Карлетона, то за шкалою прогностичної тривоги, яка описує когнітивний компонент ставлення до невизначеності (усвідомлені очікування та переконання щодо майбутнього та невизначеності), виявлено, що середньогруповий показник за шкалою прогностичної тривоги знаходиться в діапазоні середніх значень. За шкалою гнітючої тривоги, за якою визначаються скоріше тілесно-емоційні реакції на ситуації невизначеності, середньогруповий показник за цією шкалою також знаходиться в діапазоні середніх значень. Загальний середньогруповий показник інтолерантності до невизначеності за методикою IUS-12 Н. Карлетона також знаходиться в діапазоні середніх значень і дорівнює 36,2 (SD=8,97; мін. 12, макс. 60).

Отже отримані результати загалом по вибірці дають підстави говорити про урівноваженість толерантного і інтолерантного ставлення до невизначеності досліджуваних представників студентської молоді, адже невизначеність представляє серйозний адаптивний виклик, що відповідно активує мотивацію молодих людей на утримання її на прийнятному рівні, особливо в сьогоденні складних умовах, пов'язаних з війною.

Здійснено більш розлогий аналіз особливостей розподілу означених психологічних показників за ступенем їх вираженості у випробуваних. Ступінь вираженості показників толерантності до невизначеності у випробуваних представників студентської молоді за шкалами застосованих методик представлено у табл. 2.4 та Додатку Б

Таблиця 2.4

**Ступінь вираженості показників толерантності до невизначеності  
випробуваних (у % від загальної кількості випробуваних)**

Психологічний показник	Ступінь вираженості показника			Всього
	низький	середній	високий	
Ставлення до новизни	23,4	53,1	23,5	100
Ставлення до складних завдань	22,9	57,5	19,6	100

Ставлення до невизначених ситуацій	10,8	60,8	28,4	100
Надання переваги невизначеності	16,8	64,7	18,5	100
Толерантність до невизначеності (прийняття/уникнення)	14,5	59,3	26,2	100
Загальний рівень толерантності до невизначеності	19,5	63,6	16,9	100
Новизна	23,8	45,3	30,9	100
Складність	13,9	64,1	22,0	100
Нерозв'язність	24,4	42,5	33,1	100
Загальний рівень інтолерантності до невизначеності	27,9	47,8	24,3	100
Прогностична тривога	22,0	54,2	23,8	100
Гнітюча тривога	20,8	54,9	24,3	100
Загальна інтолерантність до невизначеності	22,1	53,7	24,2	100

На підставі аналізу табличних даних можна констатувати, що найбільш представленим у відсотковому вираженні рівнем розподілу абсолютної більшості психологічних показників випробуваних, релевантних проявам характеристик їх толерантності/інтолерантності до невизначеності, є середній ступінь. Якщо узагальнити дані ранжування відсоткових пропорцій середнього ступеня вираженості психологічних показників толерантності до невизначеності у молодих людей у відношенні до їх загальної кількості, то матимемо наступний розподіл: *надання переваги невизначеності (64,7%), складність ситуації (64,1%), загальний рівень толерантності до невизначеності (63,6%), ставлення до невизначених ситуацій (60,8%), толерантність до невизначеності (59,3%), ставлення до складних завдань (57,5%), гнітюча тривога (54,9%), прогностична тривога (54,2%), загальна інтолерантність до невизначеності (53,7%), ставлення до новизни (53,1%), загальний рівень інтолерантності до невизначеності (47,8%), новизна ситуації (45,3%), нерозв'язність ситуації (42,5%).*

Змістову інтерпретацію виявлених тенденцій у розподілі характеристик толерантності/інтолерантності до невизначеності у студентської молоді доцільно буде провести з урахуванням характеру співвідношення пропорцій між високим та низьким ступенями вираженості релевантних психологічних показників.

Так, заслуговує на більш детальний аналіз характер співвідношення у випробуваних високого та низького рівнів вираженості наступних психологічних показників толерантності/інтолерантності до невизначеності: *ставлення до невизначених ситуацій* (28,4% і 10,8% відповідно), *толерантність до невизначеності* (26,2% і 14,5% відповідно), *складність ситуації* (22,0% і 13,9% відповідно), *нерозв'язність ситуації* (33,1% і 24,4% відповідно), *новизна ситуації* (30,9% і 23,8% відповідно).

Першим психологічним показником, який можна віднести до переліку тих, у відношенні яких виявлено непропорційне співвідношення між високим і низьким рівнями вираженості у випробуваних, є *ставлення до невизначених ситуацій*. На підставі аналізу табличних даних можна констатувати, що по відношенню до кількості випробуваних з низьким рівнем вираженості означеного психологічного показника (10,8% від загальної кількості), у значно більшій (28,4% від загальної кількості) частині досліджуваної вибірки проявляється виражена схильність сприймати себе суб'єктом своїх дій і контролювати власне життя. Для таких осіб більш характерною є властивість оптимістично оцінювати власні успіхи і невдачі, а також схильність очікувати успіху у майбутньому. Разом з тим, вони менш рефлексивні, менш тривожні, швидше переходять від планів до дій і схильні йти на ризик, ніж особи з низьким ступенем вираженості толерантності до невизначеності.

*Толерантність до невизначеності* (прийняття/уникнення невизначеності) – наступний у переліку психологічних показників толерантності до невизначеності, у відношенні якого було зафіксовано непропорційне співвідношення між високим і низьким рівнями вираженості у випробуваних. На підставі аналізу табличних даних можна констатувати, що по відношенню до кількості випробуваних з низьким рівнем вираженості означеного показника

(14,5% від загальної кількості), як прояву уникнення невизначеності, у більш, ніж четвертій частині (26,2% від загальної кількості) представників досліджуваної вибірки проявляється високий рівень вираженості толерантності до невизначеності, її прийняття – риси, що визначає ставлення особистості до неоднозначних, невизначених, тривожних ситуацій незалежно від емоційного знаку цієї невизначеності. Для таких осіб характерною є здатність розглядати будь-яку невизначену ситуацію як можливість вибору, розвитку, набуття нового досвіду. Вони не відчують деструктивної тривоги у невизначених ситуаціях, здатні активно і продуктивно діяти в них.

Аналогічні тенденції розподілу спостерігаємо у відношенні психологічного показника *складність ситуації*. Як і в попередньому випадку, у відношенні означеного показника толерантності/інтолерантності до невизначеності було зафіксовано непропорційне співвідношення між високим і низьким рівнями його вираженості у випробуваних. На підставі табличних даних можна стверджувати, що по відношенню до кількості випробуваних з низьким рівнем вираженості означеного показника (13,9% від загальної кількості), у значно більшій частині (22,0% від загальної кількості) представників досліджуваної вибірки проявляється виражена здатність сприймати складну ситуацію як поштовх до розкриття внутрішніх ресурсів та саморозвитку. Зіткнення зі складною ситуацією спонукає таких осіб до здійснення спроб щодо пошуку та використання альтернативних способів вирішення актуальної проблеми, а також актуалізує і мобілізує здатність до розкриття особистісного потенціалу.

До низки психологічних показників толерантності до невизначеності, у відношенні яких виявлено непропорційне співвідношення між високим і низьким рівнями вираженості у випробуваних, можна віднести показник *нерозв'язність ситуації*. На підставі аналізу табличних даних можна констатувати, що по відношенню до кількості представників досліджуваної вибірки з низьким рівнем вираженості означеного психологічного показника (24,4% від загальної кількості) у третині усіх випробуваних (33,1% від загальної кількості)

проявляється виражена здатність сприймати проблему, яка здається потенційно невіршуваною (нерозв'язною), як новий життєвий поворот, що озброює новим досвідом, а також навичками її подолання. Такі особи у невизначених (потенційно невіршуваних, нерозв'язних) ситуаціях не намагаються чинити опір незворотнім змінам, при цьому зберігаючи стан спокою при зіткненні з ними.

Насамкінець, останнім у переліку психологічних показників толерантності до невизначеності, у відношенні якого виявлено непропорційне співвідношення між високим та низьким рівнями вираженості у випробуваних, є *новизна ситуації*. Беручи до уваги табличні дані, можна констатувати, що по відношенню до частини випробуваних з низьким рівнем вираженості означеного психологічного показника (23,8% від загальної кількості), у майже третини усіх випробуваних (30,9% від загальної кількості) спостерігається високий ступінь його вираженості. Для таких випробуваних характерним є сприйняття нових обставин скоріше як викликів, а не як дестабілізуючих факторів. Новизна ситуації викликає у таких осіб цікавість, мотивує і мобілізує до пошуку конструктивних та ефективних шляхів її вирішення.

Аналогічно, на *третьому етапі* за допомогою психодіагностичного комплексу, спрямованого на визначення показників суб'єктивного благополуччя – «Методики діагностики суб'єктивного благополуччя особистості», питальника «Експрес-оцінювання психологічного благополуччя» та «Оксфордського питальника щастя», було визначено рівень вираженості низки психологічних показників – емпіричних корелятивів, змістовно релевантних проявам характеристик суб'єктивного благополуччя студентської молоді.

Представимо результати первинного описового статистичного аналізу особливостей прояву різних аспектів і компонентів суб'єктивного благополуччя студентської молоді на тлі подій, пов'язаних з повномасштабним вторгненням РФ в Україну. Отримані результати дослідження суб'єктивного благополуччя студентської молоді за вказаними вище методиками представлено в таблиці 2.5. та Додатку В.

Таблиця 2.5

**Описова статистика отриманих результатів дослідження психологічного благополуччя студентської молоді**

Психологічні показники	N	Mean	SD
<b>Шкали методики діагностики суб'єктивного благополуччя</b>			
емоційне благополуччя (мін.10, макс. 50)	576	35,60	6,82
екзистенційно-діяльнісне благополуччя (мін.10, макс. 50)	576	36,34	7,29
его-благополуччя (мін.5, макс. 25)	576	17,23	3,84
гедоністичне благополуччя (мін.4, макс. 20)	576	13,45	3,00
соціально-нормативне благополуччя (мін.5, макс. 25)	576	19,79	3,00
загальний рівень суб'єктивного благополуччя (мін.34, макс. 170)	576	123,16	20,72
<b>Шкали методики психологічного благополуччя К. Ріфф</b>			
позитивні стосунки з іншими» (мін.5, макс. 25)	576	17,73	3,61
автономія (мін.5, макс. 25)	576	16,53	2,69
управління середовищем (мін.5, макс. 25)	576	15,29	4,13
особистісне зростання (мін.5, макс. 25)	576	20,15	3,20
цілі в житті (мін.5, макс. 25)	576	17,97	3,45
самоприйняття (мін.5, макс. 25)	576	16,98	3,49
інтегративний показник психологічного благополуччя (мін.30, макс. 150)	576	107,14	15,50
<b>Шкали методики «Оксфордського питальника щастя» М. Аргайла</b>			
стани (мін.8, макс. 40) (8-16 позитивні стани, високий рівень)	576	19,28	6,21
ресурси (мін. 9, макс. 45) (9-18 ресурсність світу, високий рівень)	576	18,79	5,17
відчуття безпеки (мін.6, макс. 30) (6-12 безпечність світу, високий рівень)	576	14,44	4,12
загальний рівень емоційного благополуччя як переживання щастя (мін.21, макс. 105) (22-40 балів – високий рівень)	576	52,52	14,19

Вивчення особливостей прояву суб'єктивного благополуччя студентської молоді за допомогою методики діагностики суб'єктивного благополуччя, засвідчило, що загалом по вибірці отримано дещо вищі за середні значення



показники за шкалами екзистенційно-діяльнісного та соціально-нормативного благополуччя. Середньогрупові показники за всіма іншими шкалами та за загальним рівнем суб'єктивного благополуччя знаходяться в межах середніх значень, але ближче до їх верхньої межі.

Дослідження особливостей прояву показників суб'єктивного благополуччя, дають підстави говорити про те, що молоді люди докладають зусилля для досягнення благополуччя, їхнє життя, незважаючи на складну ситуацію в країні, є насиченим подіями і смислом (екзистенційно-діяльнісне благополуччя); їхні дії, вчинки відповідають соціальним нормам та власним моральним цінностям (соціально-нормативне благополуччя); молоді люди здебільшого задоволені собою, своїм характером, зовнішністю, виявляють впевненість у собі (его-благополуччя) та, незважаючи на труднощі, все ж виявляють оптимізм та насагу (емоційний добробут).

За результатами дослідження психологічного благополуччя за методикою К. Ріфф середні показники по вибірці знаходяться в межах високих значень за такими шкалами як «Особистісне зростання» і «Цілі в житті». Середні показники за шкалами «Автономія» та «Управління середовищем» знаходяться в діапазоні середніх значень; показники за шкалами «Самоприйняття» та «Позитивні стосунки з іншими» знаходяться в межах середніх значень, але ближче до їх верхньої межі.

Отримані середні показники по вибірці дають підстави говорити про те, що студентська молодь демонструє вміння знаходити сенс у своїх зусиллях та життєвих завданнях, переживає осмисленість свого існування (цілі в житті); прагне до реалізації своїх здібностей та є відкритою до нового досвіду (особистісне зростання). Вона виявляє належний рівень здатності будувати своє життя відповідно до власних переконань (автономність); відповідати вимогам оточення, долати труднощі (управління середовищем); позитивно ставиться до себе (самоприйняття) та прагне налагоджувати близькі стосунки з іншими людьми на основі підтримки та емпатії (позитивні стосунки з іншими).

Дослідження особливостей переживання представниками студентської молоді власного емоційного благополуччя, задоволеності життям, її емоційних станів, ресурсів та відчуття безпеки, за допомогою «Оксфордського питальника щастя», засвідчило, що загалом по вибірці показники за всіма шкалами знаходяться в межах середніх значень, хоча за шкалою ресурсності показник більш наближений до межі високого рівня прояву.

Отримані результати за цією методикою свідчать про те, що молоді люди виявляють здебільшого задоволеність собою у своєму житті; розцінюють більшість позитивних емоцій у повсякденні як наслідок щасливого життя. Хоча досліджувані виявляють досить стійкі стани емоційного благополуччя, все ж ситуації негативних переживань чи непережита неприємність можуть зберігатися у пам'яті та впливати на емоційний стан, водночас світ вбачається ними скоріше як безпечний та досить ресурсний. Молоді люди вважають, що можуть впливати на власне життя, вбачають себе здатними знаходити і отримувати ресурси, зокрема у відносинах з іншими, та здатними впоратися із життєвими завданнями.

Проаналізуємо більш розлого особливості розподілу означених психологічних показників за ступенем їх вираженості у випробуваних.

Ступінь вираженості показників суб'єктивного благополуччя у випробуваних представників студентської молоді за шкалами застосованих методик представлено у Табл. 2.6 та Додатку В

Таблиця 2.6

**Ступінь вираженості показників суб'єктивного благополуччя випробуваних  
(у % від загальної кількості випробуваних)**

Психологічний показник	Ступінь вираженості показника			Всього
	низький	середній	високий	
емоційне благополуччя	20,4	55,6	24,0	100
екзистенційно-діяльнісне благополуччя	14,0	60,4	25,6	100
его-благополуччя	21,6	56,3	22,1	100
гедоністичне благополуччя	21,5	53,8	24,7	100

соціально-нормативне благополуччя	20,4	54,6	25,0	100
загальний рівень суб'єктивного благополуччя	18,0	62,1	19,9	100
позитивні стосунки з іншими	19,1	58,0	22,9	100
автономія	26,2	43,5	30,3	100
управління середовищем	19,5	56,7	23,8	100
особистісне зростання	31,7	43,6	24,7	100
цілі в житті	19,9	56,6	23,5	100
самоприйняття	21,6	55,6	22,8	100
інтегративний рівень психологічного благополуччя	15,8	65,8	18,4	100
стани	31,9	44,1	24,0	100
ресурси	20,2	56,2	23,6	100
відчуття безпеки	25,5	55,4	19,1	100
загальний рівень емоційного благополуччя	13,5	61,8	24,7	100

За результатами аналізу табличних даних можна стверджувати, що, як і в попередньому випадку, найбільш представленим у відсотковому вираженні рівнем розподілу абсолютної більшості психологічних показників випробуваних, релевантних проявам характеристик їх суб'єктивного благополуччя, є середній ступінь.

Якщо ж узагальнити дані ранжування відсоткових пропорцій середнього ступеня вираженості психологічних показників суб'єктивного благополуччя у молодих людей у відношенні до їх загальної кількості, то матимемо наступний розподіл: *інтегративний рівень психологічного благополуччя (65,8%), загальний рівень суб'єктивного благополуччя (62,1%), загальний рівень емоційного благополуччя (61,8%), екзистенційно-діяльнісне благополуччя (60,4%), позитивні стосунки з іншими (58,0%), управління середовищем (56,7%), цілі в житті (56,6%), еґо-благополуччя (56,3%), ресурси (56,2%), емоційне благополуччя (55,6%), самоприйняття (55,6%), відчуття безпеки (55,4%), соціально-*

*нормативне благополуччя (54,6%), гедоністичне благополуччя (53,8%), стани (44,1%), особистісне зростання (43,6%), автономія (43,5%).*

Змістову інтерпретацію виявлених тенденцій у розподілі характеристик суб'єктивного благополуччя у студентської молоді також доцільно провести з урахуванням характеру співвідношення пропорцій між високим та низьким ступенями вираженості релевантних психологічних показників.

В цьому контексті слід враховувати характер співвідношення пропорцій між високим та низьким ступенями вираженості наступних показників суб'єктивного благополуччя у студентської молоді: *екзистенційно-діяльнісне благополуччя (25,6% і 14,0% відповідно), загальний рівень емоційного благополуччя (24,7% і 13,5% відповідно), стани (24,0% і 31,9% відповідно), особистісне зростання (24,7% і 31,7% відповідно), відчуття безпеки (25,5% і 19,1% відповідно).*

*Екзистенційно-діяльнісне благополуччя* – перший у низці психологічних показників суб'єктивного благополуччя, у відношенні якого було зафіксовано непропорційне співвідношення між високим і низьким рівнями вираженості у випробуваних. На підставі аналізу табличних даних можна констатувати, що по відношенню до кількості випробуваних з низьким рівнем вираженості означеного показника (14,0% від загальної кількості), у більш, ніж четвертої частини (25,6% від загальної кількості) представників досліджуваної вибірки проявляється високий ступінь вираженості відчуття екзистенційно-діялісного благополуччя. Для таких випробуваних характерним є спрямованість на прикладання ефективних зусиль і реалізацію результативних способів досягнення фундаментальних життєвих цілей.

Аналогічні тенденції спостерігаємо у відношенні психологічного показника *загальний рівень емоційного благополуччя*. Як і в попередньому випадку, у відношенні означеного психологічного показника зафіксовано непропорційне співвідношення між високим і низьким рівнями вираженості у випробуваних. На підставі табличних даних можна стверджувати, що по відношенню до кількості випробуваних з низьким рівнем вираженості

означеного показника (13,5% від загальної кількості), у майже четвертій частини (24,7% від загальної кількості) представників досліджуваної вибірки проявляється високий ступінь вираженості відчуття загального емоційного благополуччя як психологічної характеристики переживання задоволеності власним життям; відчуття передбачуваності та прогнозованості різних його аспектів, впевненості і спокою за нього. Для таких випробуваних характерною є схильність легко виходити зі станів печалі, гніву, не застрягати на негативних спогадах. Вони вважають, що навколишній світ і життя загалом варті, щоб до них ставитися з інтересом та прихильністю.

Також до переліку психологічних показників, у відношенні яких виявлено непропорційне співвідношення між високим і низьким рівнями вираженості у випробуваних, можна віднести *особистісне зростання*. Як можна побачити з Табл. 3.4, у порівнянні з представниками досліджуваної вибірки з високим рівнем вираженості означеного психологічного показника (24,7% від загальної кількості), у майже третини усіх випробуваних (31,7% від загальної кількості) проявляється низький ступінь вираженості намірів та прагнення опановувати новий життєвий досвід та найбільш повно реалізовувати власний особистісний потенціал. Для випробуваних з низьким ступенем вираженості прагнення до особистісного зростання характерними є зниження зацікавленості та інтересу до життя, низький ступінь рефлексивності власного особистісного зростання й відчуття самовдосконалення з плином часу, невиражений інтерес до безперервного особистісного саморозвитку.

Насамкінець, останнім у переліку психологічних показників, у відношенні якого виявлено непропорційне співвідношення між високим та низьким рівнями вираженості у випробуваних, можна віднести *відчуття безпеки*. Беручи до уваги табличні дані, можна констатувати, що, як і в попередньому випадку, по відношенню до кількості представників досліджуваної вибірки з високим рівнем вираженості означеного психологічного показника (19,1% від загальної кількості), у більше, ніж четвертій частини усіх випробуваних (25,5% від загальної кількості) проявляється низький ступінь вираженості такого

психологічного показника суб'єктивного благополуччя, як *відчуття безпеки*. Для випробуваних з низьким ступенем його вираженості характерним є відсутність інтегрального відчуття безпечності оточуючого світу; низький рівень впевненості щодо можливості впливати на власне життя; розуміння оточуючого світу як такого, на який не можна впливати і контролювати різні аспекти його функціонування; переживання життєвих ситуацій як емоційно небезпечних та загрозливих.

Також на цьому етапі було опрацьовано отримані психологічні показники студентської молоді, змістовно релевантні проявам характеристик її *суб'єктивної оцінки невизначеності/визначеності кожної із запропонованих життєвих сфер*: політична ситуація в країні, економічна ситуація в країні, екологічна ситуація в країні, система освіти в країні, система охорони здоров'я в країні, міжособистісні відносини, питання роботи або навчання, власне майбутнє та власне благополуччя. Інтерпретація отриманих даних визначалася в балах – чим більший бал – тим більш визначеною є сфера життя.

Було здійснено аналіз особливостей розподілу означених психологічних показників за ступенем їх вираженості у випробуваних, а за допомогою кореляційного аналізу – встановлення взаємозв'язків між показниками оцінки невизначеності/визначеності сфер життя та показниками компонентів суб'єктивного благополуччя, психологічного благополуччя й емоційного благополуччя як переживання щастя.

Аналіз результатів оцінки невизначеності/визначеності сфер життя, групи «ситуації Світ» (політична, економічна та екологічна ситуація в країні, система охорони здоров'я та система освіти в країні) та «ситуації Я» (робочі взаємини (робота/навчання), міжособистісні відносини (сім'я, друзі), власне благополуччя і власне майбутнє) представлено в таблиці 2.7 та Додатку Г

*Таблиця 2.7*

**Описова статистика отриманих результатів оцінки студентською молоддю невизначеності/визначеності сфер життя**

Сфери життя	N	Середнє	Станд. відхилення
Сфери групи «ситуація Світ» (мін.5, макс. 25)	576	14,84	4,50
Політична ситуація в країні (мін.1, макс. 5)	576	2,95	1,41
Економічна ситуація в країні (мін.1, макс. 5)	576	2,69	1,17
Екологічна ситуація в країні (мін.1, макс. 5)	576	2,88	1,18
Система освіти в країні (мін.1, макс. 5)	576	3,16	1,12
Система охорони здоров'я в країні (мін.1, макс. 5)	576	3,16	1,07
Сфери групи «ситуація Я» (мін.4, макс. 20)	576	14,70	3,47
Робочі відносини (робота/навчання) (мін.1, макс. 5)	576	3,46	1,11
Міжособистісні відносини (сім'я, друзі) (мін.1, макс. 5)	576	4,10	1,00
Власне благополуччя (мін.1, макс. 5)	576	3,77	1,09
Власне майбутнє (мін.1, макс. 5)	576	3,37	1,23

Аналіз результатів суб'єктивної оцінки студентською молоддю невизначеності/визначеності сфер життя групи «ситуації Світ» засвідчив, що загалом по вибірці отримано дещо нижчі за середні значення показники в політичній, економічній і екологічній сферах, які все ж є більш невизначеними для молоді в конкретних життєвих умовах і обставинах, пов'язаних з війною, розв'язаною РФ проти України. Середньогрупові показники оцінки сфери охорони здоров'я та освіти в країні є дещо вищими за середні значення, що говорить про те, що ці дві сфери є певною мірою визначеними для студентської молоді.

Аналіз відповідей респондентів щодо оцінки невизначеності/визначеності сфер життя, які відносяться до групи «ситуації Я», засвідчив, що за середньогруповим показником найбільш визначеними для студентської молоді є сфера міжособистісних відносин ( $X_{\text{сер.}}=4,10$ ) та власного благополуччя ( $X_{\text{сер.}}=3,77$ ), за іншими сферами цієї групи середні показники знаходяться в діапазоні дещо вище середніх значень та говорить про те, що сфери навчання і власного майбутнього є певною мірою визначеними для студентської молоді в

даний час. Проаналізуємо більш розлого особливості розподілу означених психологічних показників щодо визначеності сфер життя за ступенем їх вираженості у випробуваних (табл.2.8., додаток Г).

Таблиця 2.8

**Ступінь вираженості показників оцінки визначеності  
сфер життя випробуваних**  
(у % від загальної кількості випробуваних, N=576)

Психологічний показник невизначеності/ визначеності сфер життя	Ступінь вираженості показника			Всього
	низький (невизначеність)	середній	високий (визначеність)	
<b>Сфери «ситуації Світ»</b>				
Політична ситуація в країні	41,7	18,2	40,1	100
Економічна ситуація в країні	46,4	27,6	26,0	100
Екологічна ситуація в країні	39,9	28,0	32,1	100
Система освіти в країні	28,6	30,4	41,0	100
Система охорони здоров'я	26,9	34,0	39,1	100
<b>Сфери «ситуації Я»</b>				
Робочі відносини (робота/навчання)	20,5	24,3	55,2	100
Міжособистісні відносини (сім'я, друзі)	8,7	14,2	77,1	100
Власне благополуччя	12,8	21,0	66,2	100
Власне майбутнє	23,6	26,4	50,0	100

За результатами аналізу табличних даних можна стверджувати, що у відсотковому відношенні розподіл більшості психологічних показників релевантних проявам оцінки невизначеності/визначеності сфер життя, які відносяться до групи «ситуації Світ», свідчить про те, близько половини респондентів оцінили економічну ситуацію в країні як невизначену для себе (46,4%); приблизно однаковий відсоток осіб оцінили, як невизначену (41,7%) та як визначену (40,1%), політичну ситуацію в країні; дещо більше тих, хто оцінив



екологічну ситуацію як невизначену (39,9%), порівняно з її оцінкою як визначеної (32,1%).

Водночас сфери освіти і охорони здоров'я більше третини досліджуваних оцінили як визначені, а менше третини як невизначені. Така оцінка, як нам видається, відображає дійсну ситуацію в країні в умовах війни щодо сфер групи «ситуації Світ».

Натомість щодо сфер життя, які входять до групи «ситуації Я», більшість досліджуваних оцінює їх як визначені. Найбільший відсоток осіб оцінили як переважно й цілком визначені для себе сфери міжособистісних відносин (77,1%) та власного благополуччя (66,2%). Для половини досліджуваних визначеними також є сфери навчання та власного майбутнього – 55,3% та 49,8% відповідно.

З метою встановлення взаємозв'язків між показниками суб'єктивного благополуччя, психологічного благополуччя й емоційного благополуччя як переживання щастя та суб'єктивною оцінкою визначеності сфер життя які входять до груп «ситуації Світ» та «ситуації Я» було застосовано кореляційний аналіз, виконаний за допомогою коефіцієнта кореляції Пірсона (табл. 2.9).

Таблиця 2.9

**Кореляції між визначеністю сфер життя та показниками благополуччя**

Сфери життя	Психологічний показник					
	Інтегративний показник психологічного благополуччя		Загальний показник суб'єктивного благополуччя		Загальний показник емоційного благополуччя (щастя)	
	г-Пірсона	р	г-Пірсона	р	г-Пірсона	р
<b>Сфери «ситуації Світ»</b>	N=576					
Політична ситуація в країні	,002	,963	-,024	,564	,009	,838
Економічна ситуація в країні	,008	,845	-,035	,396	-,021	,619
Екологічна ситуація в країні	,059	,157	,044	,289	<b>-,089*</b>	<b>,032</b>

Система освіти в країні	,144**	,001	,102*	,014	-,163**	,000
Система охорони здоров'я в країні	,127**	,002	,115**	,006	-,146**	,000
<b>Сфери «ситуації Я»</b>						
Робочі відносини (робота/навчання)	,244**	,000	,282**	,000	-,295**	,000
Міжособистісні відносини (сім'я, друзі)	,285**	,000	,361**	,000	-,355**	,000
Власне благополуччя	,436**	,000	,490**	,000	-,528**	,000
Власне майбутнє	,397**	,000	,444**	,000	-,472**	,000

*Примітка:* \*\* Кореляція значуща на рівні  $p \leq 0,01$ ; \* Кореляція значуща на рівні  $p \leq 0,05$  (двосторонні).

Кореляційний аналіз взаємозв'язку між показниками суб'єктивної оцінки визначеності сфер життя та загальними показниками суб'єктивного благополуччя, психологічного благополуччя, емоційного благополуччя як переживання щастя засвідчує наявність в більшості помірних, середніх та слабких за силою статистично значущих взаємозв'язків між ними. Так прямі за спрямованістю взаємозв'язки виявлено між загальними показниками суб'єктивного благополуччя, психологічного благополуччя й емоційного благополуччя як переживання щастя та суб'єктивною оцінкою визначеності таких сфер «ситуації Світ», як система освіти та система охорони здоров'я в країні.

Зворотній зв'язок зафіксовано між суб'єктивною оцінкою визначеності екологічної ситуації в країні, сфери освіти і сфери здоров'я та емоційним благополуччям. В цьому випадку, відповідно до інтерпретації результатів за методикою емоційного благополуччя, нижчі показники свідчать про те, що особа відчуває себе більш емоційно благополучною, щасливою і навпаки – отже, результати кореляційного аналізу можемо проінтерпретувати таким чином - чим вищі показники оцінки визначеності цих трьох сфер, тим нижчі показники емоційного благополуччя, які свідчать про те, що досліджувані почуваються емоційно благополучно.

Натомість, як свідчать результати кореляційного аналізу, взаємозв'язку між суб'єктивною оцінкою студентами визначеності таких сфер «ситуації Світ», як економічна та політична ситуація в країні із загальними показниками їхнього суб'єктивного благополуччя, психологічного благополуччя, емоційного благополуччя як переживання щастя не зафіксовано.

Прямі статистично значущі взаємозв'язки виявлено між загальними показниками суб'єктивного благополуччя, психологічного благополуччя та оцінкою визначеності всіх сфер групи «ситуації Я». Такий зв'язок свідчить про те, що чим більш визначеними є ці сфери життя для досліджуваних представників студентської молоді, тим вищий рівень їхнього суб'єктивного, психологічного та емоційного благополуччя.

Зворотній зв'язок зафіксовано між суб'єктивною оцінкою визначеності всіх сфер «ситуації Я» та емоційним благополуччям, результати кореляційного аналізу, з урахуванням пояснень вище, можемо проінтерпретувати таким чином - чим вищі показники оцінки визначеності цих сфер, тим нижчі показники емоційного благополуччя, а нижчі показники за методикою свідчать про те, що досліджувані почуваються емоційно благополучно.

За результатами кореляційного аналізу також було встановлено позитивний взаємозв'язок таких компонентів благополуччя, як гедоністичне благополуччя з визначеністю економічної ( $<0,05$ ), екологічної ( $<0,05$ ) сфер та сфери освіти ( $<0,001$ ); а також взаємозв'язку такого показника психологічного благополуччя, як управління середовищем з визначеністю екологічної сфери ( $<0,05$ ), сфери освіти ( $<0,0001$ ) та охорони здоров'я ( $<0,0001$ ).

Такий взаємозв'язок свідчить про те, що чим більш визначеними є ці сфери життя для досліджуваних представників студентської молоді, тим більш задоволеними чи реалізованими є їхні базові потреби – у безпеці, прийнятних житлових умовах, доході та екологічних умовах проживання (*гедоністичне благополуччя*); що спричиняє посилення відчуття впевненості у своїй повсякденній поведінці, та здатності ефективно використовувати різні життєві обставини та долати труднощі (*управління середовищем*). І навпаки чим менш

визначеними є ці сфери життя, тим менш задоволеними є їхні базові потреби – у безпеці, прийнятних житлових умовах, доході та екологічних умовах проживання (*гедоністичне благополуччя*); що спричиняє посилення відчуття невпевненості у своїй повсякденній поведінці, послаблення здатності ефективно використовувати різні життєві обставини та долати труднощі (*управління середовищем*).

## Висновки до розділу 2

1) Для дослідження толерантності до невизначеності та суб'єктивного благополуччя як багатовимірних явищ на основі теоретичного аналізу проблеми, аналізу й обґрунтування дослідницького інструментарію розроблено програму емпіричного дослідження, яка передбачає поєднання кількісних та якісних методів в рамках кількох дослідницьких етапів, що дозволяють, з одного боку, забезпечити логічну повноту дослідження, а з іншого, – найбільш повно репрезентувати принцип послідовного вивчення змістовно релевантних його феноменів з поступовим ускладненням на кожному наступному етапі ступеня вирішуваних дослідницьких завдань.

Зміст і процедуру емпіричної розробки актуальної проблеми розкрито через системну реалізацію низки взаємопов'язаних завдань в рамках двох концептуально і логічно узгоджених дослідницьких блоків – *констатувального* та *аналітичного* з різним рівнем складності вирішуваних завдань та способами отримання емпіричних даних.

2) На основі теоретичного аналізу проблеми, аналізу дослідницького інструментарію обґрунтовано доцільність використання відібраних *методик* для *дослідження* толерантності/інтолерантності до невизначеності та суб'єктивного благополуччя студентської молоді; методики відповідають цілям і завданням дослідження, є надійними та валідними.

Вибірка дослідження представлена студентською молоддю, яка навчається у закладах вищої освіти різних регіонів України та здобуває освіту на освітньому рівні бакалавра і магістра за різними напрямками фахової підготовки.

3) Емпіричне вивчення особливостей прояву толерантності та інтолерантності до невизначеності та суб'єктивного, психологічного й емоційного благополуччя як переживання щастя, згідно результатів загальної описової статистики загалом по вибірці, засвідчило, що досліджувані показники за всіма шкалами знаходяться в діапазоні середніх значень. Відповідно за результатами прояву толерантності/інтолерантності до невизначеності можемо говорити про те, що в складній невизначеній соціальній ситуації, пов'язаній з повномасштабною агресією РФ проти України, молоді люди відчують тривогу, можуть уникати невизначеності, виявляють подекуди прагнення до безпечного, стабільного, передбачуваного світу, де безладдя і хаос зведені до мінімуму, можуть дещо обмежувати себе у кількості можливих виборів, зважаючи на ступінь складності і невизначеності ситуації. Водночас вони здатні помірковано й позитивно ставитися до нових ситуацій, є досить відкритими до нового досвіду, готові до новизни й до вирішення складних завдань, здатні усвідомлювати себе як суб'єкта власних дій, розуміють, що можуть контролювати своє життя та певною мірою оптимістично оцінюють свої успіхи й невдачі. Такі результати дають підстави говорити про урівноваженість толерантного й інтолерантного ставлення до невизначеності досліджуваних, адже невизначеність представляє серйозний адаптивний виклик, що відповідно мотивує молодих людей на утримання її на прийнятному рівні, особливо в сьогоденнішніх складних умовах, пов'язаних з війною.

Результати дослідження особливостей суб'єктивного благополуччя засвідчили, що незважаючи на складну ситуацію в країні життя студентської молоді все ж насичене подіями і смислом, молоді люди здебільшого задоволені собою, виявляють впевненість у собі, вважають себе здатними впоратися із життєвими завданнями, знаходити і отримувати ресурси, зокрема у відносинах з іншими, та впливати на власне життя.

4) За суб'єктивною оцінкою невизначеності/визначеності сфер життя, більш невизначеними для студентської молоді є сфери групи «ситуації Світ» – економічна, політична та екологічна ситуація в країні, що як нам видається,

відображає дійсну ситуацію в країні в умовах війни. Водночас сфери життя, які входять до групи «ситуації Я», більшість досліджуваних оцінює як визначені, серед яких найбільш визначеними за оцінками респондентів є сфери міжособистісних відносин, навчання, власного майбутнього та благополуччя.

Встановлено значущі зв'язки між показниками суб'єктивної оцінки визначеності сфер життя та показниками суб'єктивного благополуччя, психологічного благополуччя, емоційного благополуччя як переживання щастя – чим більш визначеними є такі сфери «ситуації Світ», як освіта та система охорони здоров'я в країні, а також всі сфери «ситуації Я» (навчання, міжособистісні відносини, власне благополуччя і майбутнє), тим вищий рівень благополуччя студентської молоді.

Основні положення цього розділу викладені у публікаціях автора:

**Коробка Ілля** (2023). Особливості впливу толерантності/інтолерантності до невизначеності на суб'єктивне благополуччя студентської молоді (Features of the influence of tolerance/intolerance to uncertainty on the subjective well-being of student youth). *Věda a perspektivy*, 10 (29), 230-246. (Index Copernicus). [https://doi.org/10.52058/2695-1592-2023-10\(29\)-230-246](https://doi.org/10.52058/2695-1592-2023-10(29)-230-246); DOI: [https://doi.org/10.52058/2695-1592-2023-10\(29\)](https://doi.org/10.52058/2695-1592-2023-10(29))

**8. Коробка І.М.** (2023). Психологічне благополуччя студентської молоді в умовах війни: емпіричні розвідки. *Інтеграційні можливості сучасної психології та шляхи розвитку. Матер. VII Всеукр. науково-практ. конф.* (м. Запоріжжя, 27-28 жовтня 2023 р.) Запоріжжя : ЗНУ, 24-25.

### РОЗДІЛ 3

## ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ТОЛЕРАНТНОСТІ ДО НЕВИЗНАЧЕНОСТІ ЯК ПСИХОЛОГІЧНОГО РЕСУРСУ СУБ'ЄКТИВНОГО БЛАГОПОЛУЧЧЯ СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ

У розділі представлено аналіз та змістову інтерпретацію результатів реалізації стратегії аналітичного блоку емпіричного дослідження в рамках його основних дослідницьких етапів. Визначено особливості прояву толерантності до невизначеності залежно від характеристик вибіркової сукупності, її зв'язок із компонентами суб'єктивного благополуччя студентської молоді. Визначено систему інтегральних диспозицій суб'єктивного благополуччя студентської молоді та розкрито специфічні особливості вираженості цих диспозицій, зумовлені характеристиками вибіркової сукупності. Представлено результати емпіричної верифікації толерантності до невизначеності в якості психологічного ресурсу суб'єктивного благополуччя студентської молоді.

### **3.1. Особливості прояву толерантності до невизначеності залежно від характеристик вибіркової сукупності**

Перейдемо до аналізу та змістової інтерпретації результатів реалізації стратегії аналітичного блоку емпіричного дослідження в рамках його основних дослідницьких етапів. На *першому етапі* аналітичного блоку дослідження, як представлено в п. 2.2, було здійснено перевірку характеру розподілу вимірних психологічних показників випробуваних, проведено нормалізуючу трансформацію ненормально розподілених психологічних показників та стандартизацію вибірових даних (*z*-перетворення), що забезпечило можливість представити усі виміряні релевантні психологічні показники випробуваних в одиницях стандартного відхилення від середнього.

На *другому етапі* аналітичного блоку дослідження вирішувалось завдання оцінки та врахування відмінностей у вираженості компонентів та складових

толерантності й інтолерантності до невизначеності залежно від статі та курсу навчально-професійної підготовки молодих людей.

Для встановлення значущості відмінностей у середніх компонентів та складових толерантності й інтолерантності до невизначеності залежно від названих факторів, було використано t-критерій Стюдента для незв'язаних вибірок. Представимо результати перевірки рівності середніх значень та оцінки відмінностей досліджуваних психологічних змінних (толерантності/інтолерантності до невизначеності) для студентів жіночої і чоловічої статі (табл. 3.1.).

*Таблиця 3.1.*

**Відмінності в середніх показниках толерантності/інтолерантності до невизначеності залежно від статі**

Показники ТН/ІТН	Середнє та стандартне відхилення		t	p
	Жінки	Чоловіки		
надання переваги невизначеності	37,002±7,63	41,357±8,55	-5,038	0,0001
толерантність до невизначеності	36,487±8,00	40,377±8,34	-4,352	0,0001
загальний рівень толерантності до невизначеності	73,489±13,09	81,734±15,31	-5,510	0,0001
гнітюча тривога	14,433±3,99	13,031±4,02	3,165	0,002
загальна інтолерантність до невизначеності	36,558±8,18	34,479±7,90	2,303	0,02

Примітка: t — критерій Стюдента, p — статистична значущість

Отже, як свідчать результати оцінки відмінностей досліджуваних психологічних змінних (толерантності/інтолерантності до невизначеності) між респондентами жіночої і чоловічої статі за t-критерієм Стюдента, існують статистично значущі відмінності в середніх показниках надання переваги невизначеності ( $p=0,0001$ ), толерантності до невизначеності ( $p=0,0001$ ) та загальному показнику толерантності до невизначеності за МакЛейном ( $p=0,0001$ ). Чоловіки значущо перевершують жінок за цими показниками, тобто вони більше схильні розглядати будь-яку невизначену ситуацію як можливість



вибору, розвитку, набуття нового досвіду, усвідомлювати себе як суб'єкта власних дій та виявляють більшу впевненість в тому, що контролюють своє життя. Вони більш об'єктивно оцінюють свої успіхи та невдачі, та здатні більш активно і продуктивно діяти у невизначених ситуаціях.

Також встановлено статистично значущі відмінності між респондентами жіночої і чоловічої статі за показниками гнітючої тривоги ( $p=0,002$ ) і загальним показником інтолерантності до невизначеності Карлетона ( $p=0,02$ ). Жінки значно перевищують чоловіків за цими показниками, тобто дівчата більш емоційно-тілесно реагують на ситуації невизначеності, виявляють більшу тривогу та напругу при зіткненні з невизначеними ситуаціями.

Результати оцінки відмінностей в середніх показниках толерантності/інтолерантності до невизначеності та їх статистичну значущість залежно від курсу навчально-професійної підготовки (респонденти, які навчаються на 1-2 курсі за рівнем освіти бакалавр; на 3-4 курсі бакалаврату та на 1-2 курсі за рівнем освіти магістр) представлено в таблицях 3.2 та 3.3.

*Таблиця 3.2*

**Відмінності в середніх показниках толерантності/інтолерантності до невизначеності залежно від курсу навчально-професійної підготовки (бакалаври 1-2 р./н. та 3-4 р./н. )**

Показники ТН/ІТН	Середнє та стандартне відхилення		t	p
	бакалавр 1-2 р./н.	бакалавр 3-4 р./н.		
ставлення до невизначених ситуацій	36,89±7,9	35,16±7,79	2,309	0,021
толерантність до невизначеності	38,93±7,9	36,71±8,11	2,852	0,005
загальний рівень толерантності до невизначеності	77,26±14,21	74,37±13,86	2,150	0,032
гнітюча тривога	13,61±3,82	14,54±4,07	-2,423	0,016
прогностична тривога	21,352±4,54	22,43±4,94	-2,339	0,02

загальна інтолерантність до невизначеності	34,96±7,48	36,97±8,31	-2,601	0,01
--	------------	------------	--------	------

Примітка: t — критерій Стюдента, p — статистична значущість

Таблиця 3.3

**Відмінності в середніх показниках толерантності/інтолерантності до невизначеності студентів-бакалаврів 1-2 р./н. та магістрів 1-2 р./н.**

Показники ТН/ІТН	Середнє та стандартне відхилення		t	p
	бакалавр 1-2 р./н.	магістр 1-2 р./н.		
ставлення до складних завдань	27,28±5,40	25,19±5,78	2,669	0,008
ставлення до невизначених ситуацій	36,89±7,91	34,23±7,79	2,474	0,014
толєрантність до невизначеності	38,93±7,98	35,06±8,05	2,852	0,001
загальний рівень толєрантності до невизначеності	77,26±14,21	72,20±12,07	2,150	0,009
новизна	16,18±3,41	17,58±3,48	-2,423	0,016

Примітка: t — критерій Стюдента, p — статистична значущість

Як свідчать результати оцінки відмінностей досліджуваних психологічних змінних (толєрантності/інтолерантності до невизначеності) між респондентами залежно від курсу навчально-професійної підготовки (бакалаври 1-2 р./н. та 3-4 р./н.), існують статистично значущі відмінності в середніх показниках ставлення до невизначених ситуацій ( $p=0,021$ ), толєрантності до невизначеності ( $p=0,005$ ) та загальному показнику толєрантності до невизначеності за МакЛейном ( $p=0,032$ ). Студенти-бакалаври 1-2 р./н. мають більш високі середні показники ніж студенти-бакалаври 3-4 р./н., тобто, тобто вони більше схильні розглядати будь-яку невизначену ситуацію як можливість вибору, розвитку, набуття нового досвіду, усвідомлювати себе як суб'єкта власних дій та виявляють більшу впевненість в тому, що контролюють своє життя. Вони більш оптимістично оцінюють власні успіхи і невдачі і схильні очікувати успіху у майбутньому.

Водночас статистично значущі відмінності між студентами-бакалаврами 1-2 р./н. та 3-4 р./н., за показниками гнітючої ( $p=0,016$ ) і прогностичної тривоги ( $p=0,02$ ) та загальним показником інтолерантності до невизначеності Карлетона ( $p=0,01$ ) свідчать про те, що студенти-бакалаври 3-4 р./н. значно перевищують бакалаврів 1-2 р./н. за цими показниками, тобто вони більш емоційно-тілесно реагують на ситуації невизначеності, виявляють більшу тривогу та напругу при зіткненні з невизначеними ситуаціями, та виявляють більшу тривогу перед майбутнім.

Оцінки відмінностей досліджуваних психологічних змінних (толерантності/інтолерантності до невизначеності) між студентами-бакалаврами 1-2 р./н. та магістрами 1-2 р./н. свідчать про існування статистично значущих відмінностей в середніх показниках ставлення до складних завдань ( $p=0,008$ ) та до невизначених ситуацій ( $p=0,014$ ), толерантності до невизначеності ( $p=0,001$ ) та загальному показнику толерантності до невизначеності за МакЛейном ( $p=0,009$ ). Студенти-бакалаври 1-2 р./н. мають більш високі середні показники за ними ніж магістри 1-2 р./н., тобто, тобто вони більше схильні розглядати будь-яку невизначену ситуацію як можливість вибору, розвитку, набуття нового досвіду, усвідомлювати себе як суб'єкта власних дій та виявляють більшу впевненість в тому, що контролюють своє життя. Вони більш оптимістично оцінюють власні успіхи і невдачі і схильні очікувати успіху у майбутньому.

Водночас статистично значущі відмінності між студентами-бакалаврами 1-2 р./н. та магістрами 1-2 р./н., за показником новизни ( $p=0,005$ ) свідчать про те, що магістри значно перевищують студентів-бакалаврів 1-2 р./н., тобто новизна ситуації у них викликає більшу зацікавленість та мотивує до пошуку шляхів її вирішення, тоді як у студенти-бакалаври за відсутності досвіду при вирішенні таких ситуацій можуть відчувати тривогу.

Статистично значущих відмінностей між групами студентів-бакалаврів 3-4 р./н. та магістрів 1-2 р./н. за досліджуваними показниками толерантності/інтолерантності до невизначеності не виявлено.

### 3.2. Особливості зв'язку толерантності до невизначеності із компонентами суб'єктивного благополуччя студентської молоді

*Другий етап* аналітичного блоку дослідження також було спрямовано на встановлення зв'язку між толерантністю до невизначеності та компонентами суб'єктивного благополуччя на всій вибірковій сукупності. Представимо результати реалізації поставлених завдань на цьому етапі дослідження.

З метою встановлення зв'язку показників толерантності й інтолерантності до невизначеності із показниками благополуччя (суб'єктивного, психологічного та емоційного благополуччя за відповідними методиками) було застосовано кореляційний аналіз за допомогою коефіцієнта кореляції Пірсона на всій вибірковій сукупності.

Аналіз взаємозв'язку між показниками толерантності/інтолерантності до невизначеності шкал толерантності до невизначеності Д. МакЛейна, інтолерантності до невизначеності С. Баднера, інтолерантності до невизначеності Н. Карлетона та загальними показниками суб'єктивного благополуччя, психологічного благополуччя та емоційного благополуччя як переживання щастя засвідчує наявність в більшості середніх за силою статистично значущих взаємозв'язків між ними; слабких з показником складності та відсутність взаємозв'язків з показниками новизни і загального рівня інтолерантності до невизначеності за методикою С. Баднера (табл. 3.4; Додаток Д, табл. Д.1 -Д.3).

*Таблиця 3.4*

#### Взаємозв'язок між показниками толерантності/інтолерантності до невизначеності та компонентами суб'єктивного благополуччя випробуваних

Психологічні показники	Інтегративний показник психологічного благополуччя	Загальний показник емоційного благополуччя (щастя)	Загальний показник суб'єктивного благополуччя
	r-Пірсона. Знач. (двостороння) N=576		
Ставлення до новизни	,315**	-,288**	,290**

Ставлення до складних завдань	<b>,345**</b>	<b>-,289**</b>	<b>,336**</b>
Ставлення до невизначених ситуацій	<b>,297**</b>	<b>-,313**</b>	<b>,370**</b>
Надання переваги невизначеності	<b>,305**</b>	<b>-,245**</b>	<b>,367**</b>
Толерантність до невизначеності (прийняття/уникнення невизначеності)	<b>,326**</b>	<b>-,354**</b>	<b>,302**</b>
Загальний показник толерантності до невизначеності (Д. МакЛейна)	<b>,368**</b>	<b>-,350**</b>	<b>,390**</b>
Новизна	-,007	,044	,041
Складність	<b>-,115**</b>	,059	<b>-,094*</b>
Нерозв'язність	<b>,285**</b>	<b>-,284**</b>	<b>,289**</b>
Загальний показник інтолерантності до невизначеності (С.Баднера)	,031	-,049	,073
Прогностична тривога	<b>-,229**</b>	<b>,313**</b>	<b>-,208**</b>
Гнітюча тривога	<b>-,466**</b>	<b>,490**</b>	<b>-,388**</b>
Загальна інтолерантність до невизначеності (Н. Карлетона)	<b>-,366**</b>	<b>,428**</b>	<b>-,316**</b>

*Примітка:* \*\*. Кореляція значуща на рівні 0,01; \*. Кореляція значуща на рівні 0,05 (двосторонні)

Проілюструємо наявні взаємозв'язки між загальними показниками толерантності/інтолерантності до невизначеності шкал толерантності до невизначеності Д. МакЛейна (ТН\_МакЛейна), інтолерантності до невизначеності Н. Карлетона (Заг\_ІН) та загальними показниками суб'єктивного благополуччя (Заг\_рівень\_СБ), психологічного благополуччя (Інтегративний\_рівень\_ПБ) та емоційного благополуччя як переживання щастя (Заг\_рівень\_ЕБ).

Так середні за силою і прямі за спрямованістю взаємозв'язки виявлено між загальним показником толерантності до невизначеності Д. МакЛейна та загальними показниками суб'єктивного благополуччя і психологічного благополуччя (нахил кореляційного поля вправо) (рис. 3.1 та 3.2).

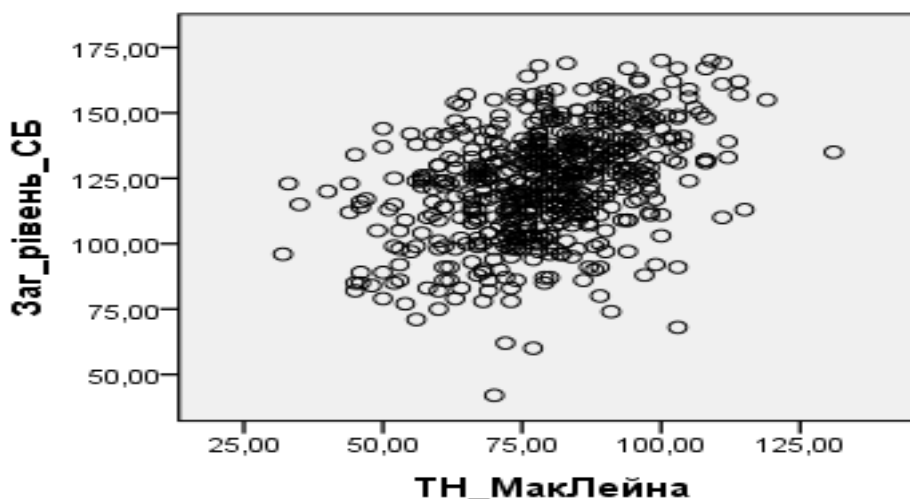


Рис. 3.1. Діаграма розсіяння емпіричних показників толерантності до невизначеності і суб'єктивного благополуччя випробуваних

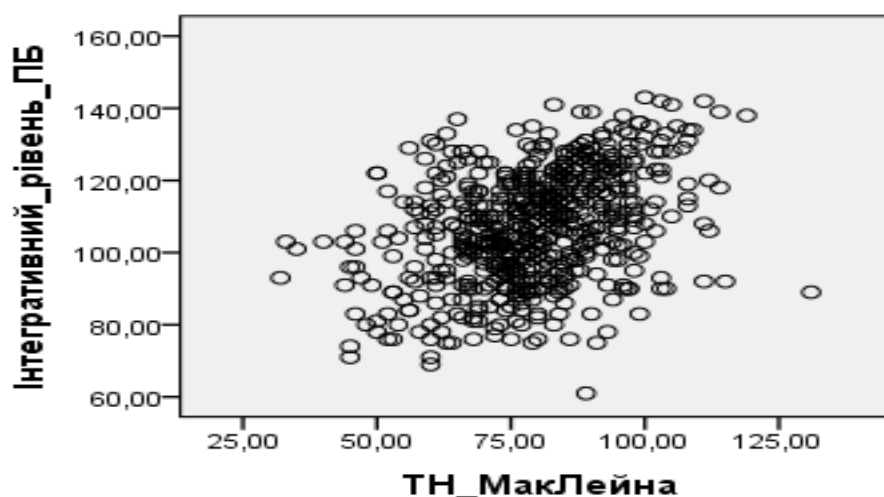


Рис. 3.2. Діаграма розсіяння емпіричних показників толерантності до невизначеності і психологічного благополуччя випробуваних

Такі дані свідчать про те, що зі зростанням показника толерантності до невизначеності зростають і показники суб'єктивного та психологічного благополуччя досліджуваних. Отже чим більш проявленими є схильність сприймати себе суб'єктом власних дій, більш оптимістично оцінювати власні успіхи та невдачі та передбачати досягнення успіху у майбутньому; здатність бачити наявність можливостей та здійснювати вибір в ситуаціях невизначеності тощо, тим більше досліджувані відчуватимуть задоволення на чуттєвому рівні та задоволення від єднання із навколишнім світом і від усвідомлення причетності до соціуму, як його частини. Толерантність до невизначеності певною мірою

сприяє відчуттю задоволеності від прикладених зусиль щодо досягання благополуччя, підвищує подієво смислову насиченість життя, підвищує впевненість у собі та самоузгодженість досліджуваних молодих людей.

Водночас було зафіксовано середній за силою обернений значущий взаємозв'язок (нахил кореляційного поля вліво) – коли зі зростанням першої ознаки інший показник зменшується і навпаки. Такий взаємозв'язок виявлено між показником толерантності до невизначеності і загальним показником емоційного благополуччя, як переживання щастя – чим вище показник толерантності до невизначеності тим нижчі за методикою показники емоційного благополуччя (нахил кореляційного поля вліво) (рис. 3.3.).

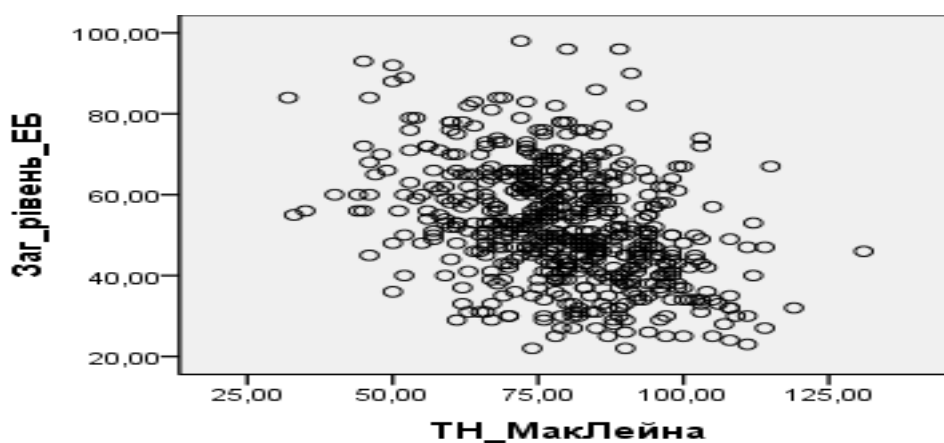


Рис. 3.3. Діаграма розсіяння емпіричних показників толерантності до невизначеності та емоційного благополуччя як переживання щастя

В цьому випадку слід звернути увагу на те, що відповідно до інтерпретації результатів за методикою емоційного благополуччя, нижчі показники свідчать про те, що особа відчуває себе більш емоційно благополучною, щасливою, і навпаки – чим нижчі показники толерантності, тим вищі показники, які свідчать про те, що досліджувані відчуваються емоційно неблагополучно.

Як видно з таблиці, і загальний показник ІТН, і кожна зі шкал методики Н. Карлетона – прогностична і гнітюча тривога значуще корелюють з усіма досліджуваними показниками благополуччя. Так значущий взаємозв'язок (нахил кореляційного поля вліво) виявлено між загальним показником інтолерантності

до невизначеності за методикою Н. Карлетона і загальним показником суб'єктивного та психологічного благополуччя (рис. 3.4).

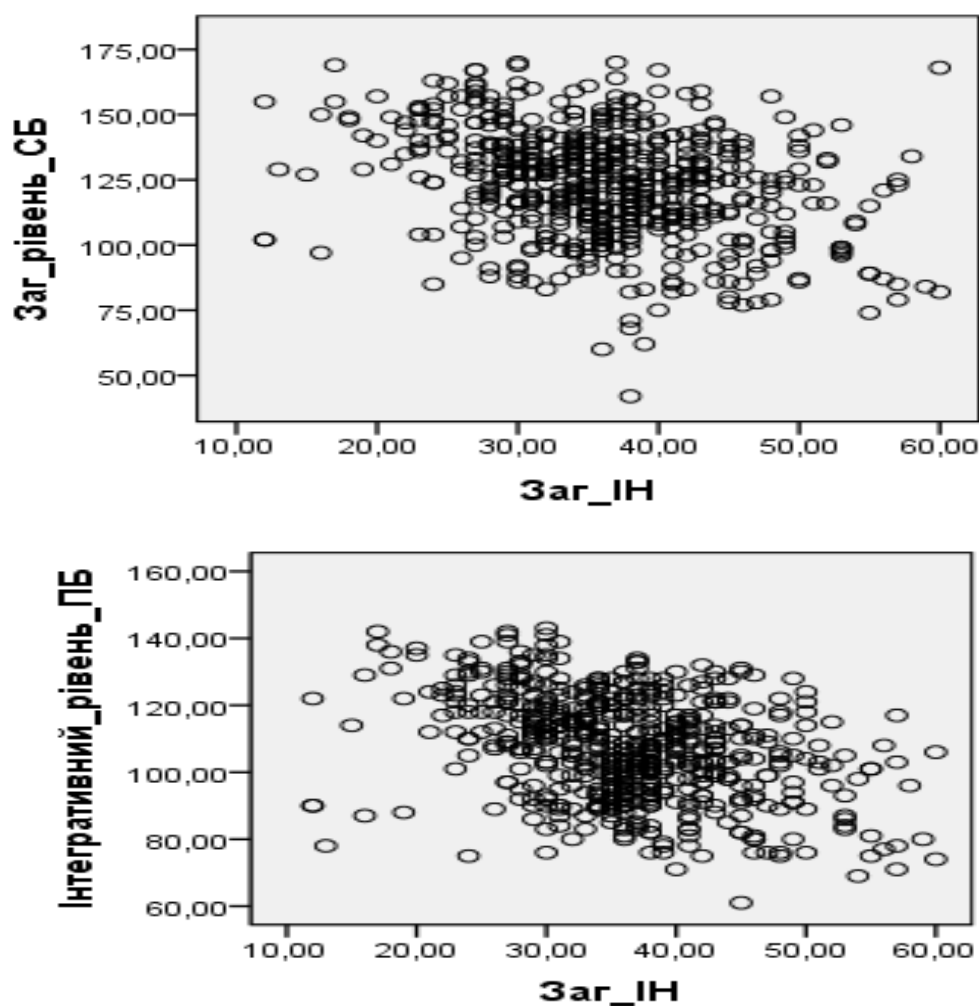


Рис. 3.4. Діаграми розсіювання емпіричних показників інтолерантності до невизначеності суб'єктивного і психологічного благополуччя випробуваних

Наявність такого взаємозв'язку свідчить про те, що зі зростанням показника інтолерантності до невизначеності знижуються показники суб'єктивного та психологічного благополуччя.

Між загальним показником інтолерантності до невизначеності за методикою Н. Карлетона і загальним показником рівня емоційного благополуччя, як переживання щастя зафіксовано середній за силою прямий взаємозв'язок (нахил кореляційного поля вправо), який показує, що чим вище показник інтолерантності до невизначеності тим вищі показники за методикою емоційного благополуччя, що, відповідно до інтерпретації результатів за даною методикою, свідчить про низький рівень емоційного благополуччя і навпаки, чим



менші показники ітолерантності тим нижчі показники благополуччя, що відповідно до ключів за методикою свідчить про емоційне благополуччя представників студентської молоді (рис. 3.5).

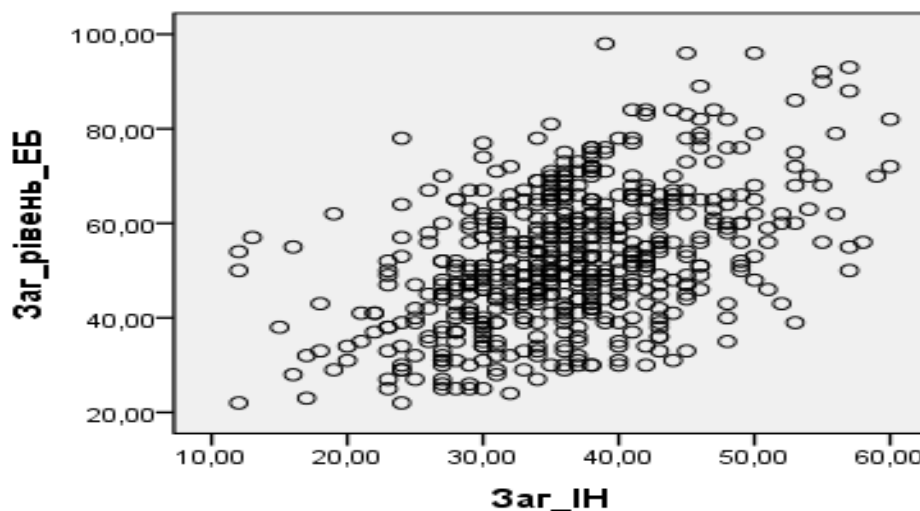


Рис. 3.5. Діаграма розсіювання емпіричних показників інтолерантності до невизначеності і емоційного благополуччя як переживання щастя випробуваних

Представимо більш детальний аналіз кореляційних зв'язків показників толерантності/інтолерантності до невизначеності з компонентами психологічного благополуччя, сторонами суб'єктивного та аспектами емоційного благополуччя.

За результатами кореляційного аналізу на загальній вибірці встановлено існування прямих статистично значущих взаємозв'язків всіх показників за методикою толерантності до невизначеності Маклейна з усіма структурними складовими суб'єктивного благополуччя (див. Додаток Д, табл. Д.1). Взаємозв'язки встановлено між показником ставлення до невизначених ситуацій з показниками его-благополуччя ( $r=0,440$ ;  $p<0,0001$ ) емоційного ( $r=0,382$ ;  $p<0,0001$ ), екзистенційного ( $r=0,327$ ;  $p<0,0001$ ) благополуччя та із загальним показником суб'єктивного благополуччя ( $r=0,370$ ;  $p<0,0001$ ). Визначено взаємозв'язки ставлення до складних завдань з емоційним ( $r=0,355$ ;  $p<0,0001$ ), екзистенційним ( $r=0,348$ ;  $p<0,0001$ ), его-благополуччям ( $r=0,298$ ;  $p<0,0001$ ) та

загальним показником суб'єктивного благополуччя ( $r=0,336$ ;  $p<0,0001$ ); толерантності до невизначеності з его-благополуччям ( $r=0,352$ ;  $p<0,0001$ ), емоційним ( $r=0,322$ ;  $p<0,0001$ ), екзистенційним ( $r=0,291$ ;  $p<0,0001$ ) благополуччям та загальним показником суб'єктивного благополуччя ( $r=0,302$ ;  $p<0,0001$ ); надання переваги невизначеності з его-благополуччям ( $r=0,384$ ;  $p<0,0001$ ), емоційним ( $r=0,354$ ;  $p<0,0001$ ), екзистенційним ( $r=0,334$ ;  $p<0,0001$ ), екзистенційним ( $r=0,348$ ;  $p<0,0001$ ) та загальним показником суб'єктивного благополуччя ( $r=0,367$ ;  $p<0,0001$ ); загального показника толерантності до невизначеності з его-благополуччям ( $r=0,429$ ;  $p<0,0001$ ), емоційним ( $r=0,394$ ;  $p<0,0001$ ), екзистенційним ( $r=0,364$ ;  $p<0,0001$ ) та загальним показником суб'єктивного благополуччя ( $r=0,390$ ;  $p<0,0001$ ).

Позитивні, але значно слабші за силою виявились зв'язки показника нерозв'язності за методикою Баднера з усіма структурними компонентами суб'єктивного благополуччя ( $p<0,0001$ ). Встановлені взаємозв'язки свідчать про те, що *чим більш* позитивним та адекватним є ставлення досліджуваних до нових подій та невизначених ситуацій, які відбуваються в їх середовищі, здатність бачити більшу кількість можливостей, оптимістично оцінювати успіхи й невдачі та очікувати на успіх у майбутньому, чим більш виявлена здатність молодих людей сприймати проблему, яка здається нерозв'язною, як новий життєвий поворот, зберігати стан спокою при зіткненні з нею, *тим більше* вони виявляють впевненість у собі та задоволеність собою (его-благополуччя) та, незважаючи на труднощі, все ж виявляють оптимізм та насагу (емоційний добробут), спрямовують свої зусилля для досягнення благополуччя (екзистенційно-діяльнісне благополуччя); тим більше прагнуть слідувати в своїх діях соціальним нормам та власним моральним цінностям (соціально-нормативне благополуччя); молоді люди здебільшого задоволені собою, своїм характером, зовнішністю, виявляють впевненість у собі (его-благополуччя) та, незважаючи на труднощі, все ж виявляють оптимізм та насагу (емоційний добробут).

Водночас виявлено слабкий позитивний взаємозв'язок загального показника інтолерантності до невизначеності Баднера з гедоністичним ( $r=0,198$ ;

$p < 0,001$ ) та соціально-нормативним благополуччям ( $r = 0,119$ ;  $p < 0,01$ ), це говорить про те, що задоволення базових потреб – потреби в безпеці, доході, екологічних умовах проживання, а також слідування соціальним нормам в сучасних умовах невизначеності внаслідок війни, пов'язано із прагненням молодих людей до безпечного, стабільного, передбачуваного світу, де безладдя і хаос зведені до мінімуму.

Позитивний взаємозв'язок виявлено також між показниками толерантності до невизначеності за методикою МакЛейна і компонентами психологічного благополуччя ( $p < 0,0001$ ) (див. Додаток Д, табл. Д.2). Встановлено, що чим більш позитивним та адекватним є ставлення досліджуваних до нових подій та невизначених ситуацій, які відбуваються в їх середовищі, здатність бачити більшу кількість можливостей, оптимістично оцінювати успіхи й невдачі та очікувати на успіх у майбутньому та ефективно діяти у непередбачуваних і несподіваних ситуаціях тим більше вони відчують осмисленість свого існування, спрямованість свого життя (цілі в житті), виявляють більше прагнення до реалізації своїх здібностей, відкриваються новому досвіду (особистісне зростання); підсилюється їхня здатність виявляти самостійність і незалежність, слідувати власним переконанням у вибудовуванні свого життя (автономія); відчують більшу впевненість і компетентність в у своїй поведінці та спроможність ефективно використовувати різні обставини, долати труднощі (управління середовищем); виявляють більш позитивне ставлення до себе (самоприйняття) та прагнення налагоджувати й підтримувати близькі стосунки з іншими на основі довіри та емпатії (позитивні стосунки з іншими).

Наявність статистично значущих взаємозв'язків виявлено також між всіма показниками толерантності до невизначеності за методикою МакЛейна та показниками емоційного благополуччя як переживання щастя ( $p < 0,0001$ ) (див. Додаток Д, табл. Д.3). З урахуванням знаку та пояснень зазначено, що чим більш позитивним та адекватним є ставлення досліджуваних до нових подій та невизначених ситуацій, які відбуваються в їх середовищі, здатність бачити

більшу кількість можливостей, оптимістично оцінювати успіхи й невдачі та очікувати на успіх у майбутньому та ефективно діяти у непередбачуваних і несподіваних ситуаціях тим більше вони виявляють задоволеність собою у своєму житті; розцінюють більшість позитивних емоцій у повсякденні як наслідок щасливого життя. вбачають світ ними скоріше як безпечний та досить ресурсний; молоді люди вважають, що можуть впливати на власне життя, вбачають себе здатними впоратися із життєвими завданнями, знаходити й отримувати ресурси, зокрема у відносинах з іншими.

### **3.3. Специфічні особливості вираженості інтегральних диспозицій суб'єктивного благополуччя студентської молоді**

Перейдемо до аналізу та змістової інтерпретації результатів реалізації *аналітичного блоку* емпіричного дослідження в рамках *третього та четвертого дослідницьких етапів*, стратегія реалізації яких в кінцевому результаті спрямована на емпіричну верифікацію толерантності до невизначеності в якості психологічного ресурсу суб'єктивного благополуччя студентської молоді.

**3.3.1. Факторна структура психологічних показників суб'єктивного благополуччя студентської молоді.** На *третьому етапі* аналітичного блоку емпіричного дослідження було забезпечено факторизацію (оптимізацію) масиву релевантних психологічних показників випробуваних шляхом зменшення їх розмірності до значно меншої кількості незалежних інтегральних факторів, а з психологічної – емпіричну верифікацію факторної моделі суб'єктивного благополуччя молоді.

Власне, результатом такої факторизації стало визначення системи інтегральних диспозицій суб'єктивного благополуччя студентської молоді. У подальшому на основі емпірично верифікованої факторної структури психологічних показників суб'єктивного благополуччя молоді для кожного

випробуваного були обчислені факторні оцінки для усіх виділених факторним аналізом незалежних факторів – *інтегральних диспозицій суб'єктивного благополуччя* – як основи для подальших статистичних обрахунків, зокрема для вивчення особливостей, тобто характеру їх залежності від прояву характеристик толерантності/інтолерантності до невизначеності.

В даному випадку, факторна оцінка являє собою кількісну міру вираженості інтегральної диспозиції суб'єктивного благополуччя, представлену в одиницях стандартного відхилення від середнього (середнього квадратичного відхилення), тому її середнє значення знаходитиметься в межах від  $-3$  до  $+3$  (Бююль, 2002; Наследов, 2004).

Факторизація методом головних компонент (Principal Components) з наступним варімакс-обертанням (Varimax normalized) матриці психологічних показників, виміряних за допомогою *методики діагностики суб'єктивного благополуччя особистості; питальника експрес-оцінювання психологічного благополуччя та Оксфордського опитувальника щастя*, дозволила отримати однозначно інтерпретовану факторну модель суб'єктивного благополуччя студентської молоді (див. Табл. 3.11 та Додаток Е).

Таблиця 3.11

**Факторна структура психологічних показників  
суб'єктивного благополуччя випробуваних**

Психологічні показники	Фактори		
	1	2	3
загальний рівень суб'єктивного благополуччя	0,825		
екзистенційно-діяльнісне благополуччя	0,750		
гедоністичне благополуччя	0,742		
емоційне благополуччя	0,696		
его-благополуччя	0,644		
соціально-нормативне благополуччя	0,641		
загальний рівень емоційного благополуччя		-0,864	
ресурси		-0,824	

відчуття безпеки		-0,822	
стани		-0,745	
інтегративний рівень психологічного			0,769
особистісне зростання			0,749
автономія			0,671
цілі в житті			0,592
позитивні стосунки з іншими			0,543

Факторне рішення з простою структурою та мінімальними втратами вихідної інформації (повнота факторизації 71,8%, інформативність фактора 1 – 25,6%, фактора 2 – 25,0%, фактора 3 – 21,2%) дозволяє перейти до аналізу та змістової інтерпретації факторів, які утворюють факторну модель суб'єктивного благополуччя молоді.

На підставі аналізу матриці факторної структури психологічних показників суб'єктивного благополуччя молоді можна виокремити *перший фактор*, який пояснює 25,6% дисперсії ознак, характеризує суб'єктивні (особистісні) властивості випробуваних, які змістовно визначаються додатнім полюсом шести психологічних показників. Психологічна категоризація даного фактора дозволяє ідентифікувати його сутнісну основу, зміст якої визначає передусім спрямованість особистості на емоційне переживання і когнітивне оцінювання широкого спектру відчуттів суб'єктивного (психологічного) благополуччя; відображає здатність контролювати процеси індивідуального життєзабезпечення; визначає діяльнісно-смысловий аспект насиченості власного життя, а також екзистенційний аспект суб'єктивної життєвої самодостатності; характеризує ступінь спроможності і внутрішньої самоузгодженості особистості.

З найбільшою факторною вагою у структуру першого фактора увійшли наступні психологічні показники випробуваних:

– *загальний рівень суб'єктивного благополуччя* (0,825), – характеризує інтегральне почуття особистості, яке змістовно визначається ступенем реалізації, задоволення широкого спектру її фундаментальних життєвих потреб і прагнень;

пов'язане з позитивною когнітивною та афективною оцінкою індивідуальних досягнень, тобто результатів власного життя, включаючи емоційні реакції (баланс емоцій з перевагою у бік позитивних) та когнітивні оцінки задоволеності ним; відображає фундаментальний рівень емоційного переживання та когнітивної оцінки власного життя як цілого у спектрі їх позитивних модальностей;

– *екзистенційно-діяльнісне благополуччя* (0,750), – відображає парціальний показник суб'єктивного, психологічного благополуччя особистості, який об'єднує характеристики прикладених особистих зусиль для досягнення благополуччя і їх результативність, а також діяльнісно-смыслову насиченість власного життя;

– *гедоністичне благополуччя* (0,742), – характеризує парціальний показник суб'єктивного, психологічного благополуччя особистості, який відображає ступінь задоволення або реалізації її базових потреб – у безпеці, прийнятних житлових умовах, доході та екологічних умовах проживання;

– *емоційне благополуччя* (0,696), – характеризує парціальний показник психологічного благополуччя, пов'язаний з такими суб'єктивними індикаторами задоволення або реалізації базових життєвих потреб та прагнень особистості, як радість, оптимізм, щастя, хороший настрій, наснага тощо;

– *его-благополуччя* (0,644), – визначає парціальний показник суб'єктивного, психологічного благополуччя, пов'язаний із задоволеністю самим собою, власною зовнішністю, характером, комплексом чеснот та здібностей; маніфестується у почутті впевненості у собі; відображає ступінь цілісності та самоузгодженості особистості;

– *соціально-нормативне благополуччя* (0,641), – характеризує парціальний показник психологічного благополуччя особистості, який суб'єктивно відображає почуття внутрішньої узгодженості або відповідності принципів (способу життя, дій, вчинків) власного життя загальноприйнятим у даному суспільстві соціальним принципам, імперативам, нормам, вимогам, чеснотам та моральним цінностям в їх інтеріоризованому вигляді.

Якщо змістовно узагальнити показники, що характеризують психологічну структуру першого фактора, то можна виділити спільну для них особливість – всі вони відображають афективні, когнітивні, ціннісні і конативні характеристики випробуваних, змістовно релевантні суб'єктивним проявам їх психологічного благополуччя – інтегрального багаторівневого і багатовимірного феномену, який в індивідуально-психологічній проєкції маніфестується у динамічній когнітивно-емоційній оцінці якості власного життя загалом та окремих його сфер зокрема; характеризує екзистенційний аспект суб'єктивної життєвої самодостатності та діяльнісно-смысловий аспект насиченості власного життя.

Змістовно узагальнюючи психологічні показники, які визначили структуру першого фактора, інтерпретуємо його як диспозицію *екзистенційно-діяльнісного благополуччя*.

*Другий фактор*, пояснюючи 25,0% дисперсії ознак, відображає особистісні характеристики випробуваних, які змістовно визначаються від'ємним полюсом чотирьох психологічних показників. Психологічна категоризація даного фактора матиме свої специфічні особливості, оскільки у відповідності з ключем необхідно враховувати принцип оберненого кодування шкальних оцінок для психологічних показників, які мають найвищі коефіцієнти кореляції, тобто найбільше факторне навантаження з ним. Враховуючи це, психологічна ідентифікація другого фактора дозволяє визначити його сутнісну основу, зміст якої відображає загальний рівень суб'єктивного емоційного благополуччя особистості як переживання щастя. Слід зазначити, що в експертному середовищі в означеному контексті прийнято вважати, що поняття суб'єктивного благополуччя тісно пов'язане зі звичайним розумінням щастя як переваги позитивних емоцій над негативними. Таке розуміння акцентує увагу на приємних емоційних переживаннях, які об'єктивно переважають у житті, або ж особистість суб'єктивно схильна до них.

З найбільшою факторною вагою у структуру другого фактора увійшли наступні психологічні показники випробуваних:



– *загальний рівень емоційного благополуччя* (-0,864), – з урахуванням знаку характеризує високий рівень переживання особистістю емоційного благополуччя, задоволеності власним життям; відображає високий ступінь передбачуваності та прогнозованості різних аспектів власного життя, впевненості і спокою за нього; характеризує особистісну схильність легко виходити зі станів печалі, гніву, не застрягати на негативних спогадах; особистісну настанову вважати, що життя загалом та оточуючий світ зокрема варті, щоб до них ставитися з інтересом та прихильністю;

– *ресурси* (-0,824), – з урахуванням знаку визначає виражену суб'єктивну переконаність особистості у власній ресурсності, а також ресурсності світу; відображає виражену настанову особистості розуміти оточуючий світ як високо ресурсне джерело можливостей, а себе – здатною знаходити та отримувати ресурси; характеризує переконаність у тому, що потужне джерело ресурсів – це відносини з іншими, і все що пов'язане з ними (включеність у відносини, теплі спогади про відносини, персональний позитивний досвід відносин з оточуючим світом), слід сприймати як закономірний наслідок цих відносин;

– *відчуття безпеки* (-0,822), – з урахуванням знаку характеризує виражену суб'єктивну переконаність у безпечності оточуючого світу; визначає виражену настанову особистості щодо можливості впливати на власне життя, а також розуміти оточуючий світ як такий, на який можна впливати та контролювати різні аспекти його функціонування; сприйняття особистістю оточуючого світу як безпечного пов'язане із переживанням суб'єктивного емоційного благополуччя (щастя), із переживанням більшості життєвих ситуацій як емоційно безпечних та незагрозливих;

– *стани* (-0, 745), – з урахуванням знаку характеризує високий ступінь задоволеності собою і тим, як відбуваються процеси власного життя; відображає позитивну оцінку власного психоемоційного стану; особистісна схильність розцінювати переважну більшість позитивних емоцій повсякдення як наслідок щасливого життя.

Якщо змістовно узагальнити показники, що характеризують психологічну структуру другого фактора, то можна виділити спільну для них особливість – всі вони відображають різні аспекти цілісного інтегрального почуття особистості – її суб'єктивного емоційного благополуччя як переживання щастя, що має своїм джерелом загальний ступінь задоволеності життям як таким, ступінь власної ресурсності, сформованість відчуття безпеки, високий рівень задоволеності собою і тим, як відбуваються процеси власного життя.

Змістовно узагальнюючи психологічні показники, які визначили структуру другого фактора, інтерпретуємо його як диспозицію *емоційного благополуччя*.

Насамкінець, останній змістовно-структурний компонент факторної моделі суб'єктивного благополуччя студентської молоді – *третій фактор*, пояснюючи 21,2% дисперсії ознак, репрезентує особистісні характеристики випробуваних, які змістовно визначаються додатнім полюсом п'яти психологічних показників. Психологічна категоризація даного фактора дозволяє ідентифікувати його сутнісну основу, зміст якої характеризує суб'єктивне благополуччя в аспекті перманентного розвитку особистості – як інтегральної властивості, спрямованої на реалізацію основних компонентів позитивного особистісного функціонування.

З найбільшою факторною вагою у структуру третього фактора увійшли наступні психологічні показники випробуваних:

- *інтегративний рівень психологічного благополуччя* (0,769), – характеризує інтегральне почуття особистості, яке змістовно визначається ступенем реалізації фундаментальних життєвих можливостей як основних компонентів позитивного особистісного функціонування та постає основою для досягнення автономії, розкриття власного потенціалу та самореалізації;

- *особистісне зростання* (0,749), – відображає парціальний компонент психологічного благополуччя особистості, релевантний суб'єктивному відчуттю безперервного саморозвитку; визначає виражений ступінь зацікавленості життям, рефлексивності власного особистісного зростання й відчуття самовдосконалення з плином часу; характеризує виражений намір і прагнення

опановувати новий життєвий досвід та найповніше реалізувати власний особистісний потенціал;

– *автономія* (0,671), – характеризує парціальний компонент суб'єктивного благополуччя особистості, релевантний таким характеристикам позитивного функціонування, як незалежність, здатність протистояти соціальному тиску в думках і вчинках; можливість регулювати власну поведінку та оцінювати себе, ґрунтуючись на власних стандартах; здатність орієнтуватися під час ухвалення важливих рішень на власні знання, досвід та інтуїцію;

– *цїлі в житті* (0,592), – визначає парціальний компонент суб'єктивного благополуччя особистості, релевантний таким характеристикам позитивного функціонування, як відчуття усвідомленості життя, наявність життєвих цілей і переконань, які надають життю сенс; характеризує наявність цілей і відчуття спрямованості життя, позитивний досвід від реалізації власних життєвих планів, виражене відчуття осмисленості життя, а також відчуття того, що сьогоднішня й минуле є усвідомленими;

– *позитивні стосунки з іншими* (0,543), – відображає парціальний компонент суб'єктивного благополуччя особистості, релевантний таким характеристикам позитивного функціонування, як вміння підтримувати близькі стосунки з іншими на основі довіри, підтримки та взаєморозуміння; характеризує наявність близьких, приємних, повних довіри стосунків з тими, хто оточує; бажання виявляти увагу та емпатію стосовно інших; визначає здатність виявляти відвертість і проявляти турботу про інших; характеризує переживання власної причетності і потреби інших.

Якщо змістовно узагальнити показники, що характеризують психологічну структуру третього фактора, то можна виділити спільну для них особливість – всі вони характеризують функціональну сфокусованість на постійному розвитку основних компонентів позитивного особистісного функціонування, найповнішого розкриття власного потенціалу та всебічної самореалізації.

Змістовно узагальнюючи психологічні показники, які визначили структуру третього фактора, маркуємо його як диспозицію *позитивного функціонування і розвитку*.

Підводячи попередні підсумки, зазначимо, що результати факторного аналізу дозволили верифікувати факторну модель суб'єктивного благополуччя студентської молоді. Визначено, що змістовно-структурними компонентами суб'єктивного благополуччя студентської молоді виступає специфічний комплекс її інтегральних диспозицій (факторів) – *екзистенційно-діяльнісного благополуччя, емоційного благополуччя, позитивного функціонування і розвитку*.

Загалом результати факторного дослідження можуть суттєво розширити і поглибити розуміння психологічної сутності суб'єктивного благополуччя як багаторівневого і багатовимірного психологічного феномену, який маніфестується у динамічній когнітивно-емоційній оцінці якості власного життя, формується на основі об'єктивних (умов життя та діяльності, задоволеності фундаментальних життєвих потреб тощо) чинників, сприйнятих і засвоєних з урахуванням власних індивідуально-типологічних властивостей (сенсожиттєвих орієнтацій, ціннісних пріоритетів, особливостей самоприйняття тощо) і постає основою для досягнення особистісної автономії, розкриття власного потенціалу та самореалізації.

Проаналізуємо отримані результати в рамках реалізації *четвертого етапу* аналітичного блоку емпіричного дослідження. Як було зазначено вище, даний дослідницький етап забезпечив визначення чинників суб'єктивного благополуччя студентської молоді, які у формальному аспекті виступатимуть предикторами прояву диспозицій суб'єктивного благополуччя молодих людей, а в їх індивідуально-психологічній проєкції визначатимуть специфічні особливості і закономірності його переживання

На даному етапі аналітичного блоку дослідження вирішувалось завдання визначення характеру відмінностей у середніх значеннях вираженості диспозицій суб'єктивного благополуччя випробуваних, які були розподілені у різні групи на основі таких групуючих параметрів, як *стать* – за критерієм *t*-

Стьюдента), а також курс навчально-професійної підготовки, напрям фахової підготовки та регіон навчання – за параметричним однофакторним дисперсійним аналізом ANOVA (One-Way ANOVA), який дозволить перевірити припущення про те, що ці фактори здійснюють значимий вплив на залежну змінну – кожен визначену на попередніх етапах емпіричного дослідження інтегральну диспозицію суб'єктивного благополуччя та підтвердити що середні значення, які відповідають різним градаціям або рівням залежної змінної (інтегральні диспозиції суб'єктивного благополуччя), статистично достовірно відрізняються.

Отже, предметом порівняльного аналізу виступали кількісні показники вираженості диспозицій суб'єктивного благополуччя випробуваних, диференційованих у різні категорії. Зауважимо, що в якості порівнюваних кількісних показників вираженості інтегральних диспозицій суб'єктивного благополуччя випробуваних використано середні значення їх факторних оцінок, попередньо обчислені на заключному етапі факторизації масиву емпіричних даних. Також важливо буде зазначити, що з міркувань коректності подальшої інтерпретації виявлених закономірностей залишимо поза увагою детального аналізу ті відмінності у середніх значеннях вираженості інтегральних диспозицій суб'єктивного благополуччя випробуваних, які не мають статистично значимого характеру. Враховуючи характер отриманих результатів, узагальнення табличних даних доцільно буде провести з урахуванням рівня статистичної значимості виявлених закономірностей, а саме – в напрямку від найбільш до найменш достовірно значимих результатів. Отож, перейдемо до аналізу та змістової інтерпретації отриманих результатів.

### ***3.3.2. Статеві відмінності вираженості диспозицій суб'єктивного благополуччя студентської молоді***

Перейдемо до розгляду результатів порівняльного дослідження характеру відмінностей у середніх значеннях вираженості диспозицій суб'єктивного благополуччя випробуваних різної статі за критерієм *t*-Стьюдента. Розподіл

середніх значень факторних оцінок інтегральних диспозицій суб'єктивного благополуччя випробуваних дозволив виявити ряд важливих закономірностей.

Якщо звернутися до даних (див. Табл. 3.12; Додаток Ж) то стає очевидним, що статистично достовірний характер відмінностей середніх значень вираженості диспозицій суб'єктивного благополуччя у випробуваних різної статі виявлено у відношенні таких інтегральних факторів, як *позитивне функціонування і розвиток* ( $p \leq 0,01$ ) та *екзистенційно-діяльнісне благополуччя* ( $p \leq 0,05$ ).

Таблиця 3.12

**Відмінності середніх значень вираженості диспозицій суб'єктивного благополуччя випробуваних різної статі**

Інтегральна диспозиція	Стать		р
	жінки	чоловіки	
екзистенційно-діяльнісного благополуччя	0,066	-0,190	0,017
емоційного благополуччя	-0,024	0,118	0,199
позитивного функціонування і розвитку	-0,033	0,285	0,004

Достовірні відмінності у середніх значеннях вираженості, зафіксовані у відношенні означених диспозицій суб'єктивного благополуччя випробуваних, дозволяють нам підтвердити припущення про те, що *стать* виступає чинником суб'єктивного благополуччя студентської молоді.

Узагальнення результатів аналізу вираженості інтегральних диспозицій суб'єктивного благополуччя у випробуваних різної статі дозволяє констатувати, що у порівнянні з жіночою частиною випробуваних, у молодих людей чоловічої статі спостерігається достовірно вищий ступінь вираженості фактора *позитивного функціонування і розвитку*. Натомість, у порівнянні з чоловічою частиною випробуваних, у молоді жіночої статі зафіксовано достовірно вищий ступінь вираженості фактора *екзистенційно-діяльнісного благополуччя*.

Якщо змістовно конкретизувати сутність виявлених відмінностей, то стає очевидним, що у порівнянні з випробуваними жіночої статі, у молодих чоловіків

проявляється достовірно вищий ступінь вираженості відчуття психологічного благополуччя, пов'язаного з реалізацією фундаментальних життєвих можливостей як основних компонентів позитивного особистісного функціонування, що постає основою для досягнення автономії, всебічного розкриття власного потенціалу і самореалізації.

Також у чоловіків в більшому ступені, ніж у жінок, проявляється потреба у рефлексії особистісного зростання та відчутті самовдосконалення з плином часу; загальна зацікавленість життям як таким, виражений намір і прагнення опановувати новий життєвий досвід та найповніше реалізовувати власний особистісний потенціал. Молоді чоловіки у порівнянні з молодими жінками проявляють виражену незалежність, здатність протистояти соціальному тиску в думках і вчинках; можливість регулювати власну поведінку та оцінювати себе, ґрунтуючись на власних стандартах; здатність орієнтуватися під час ухвалення важливих рішень на власні знання, досвід та інтуїцію.

Важливою особливістю молодих чоловіків, у порівнянні з жінками, є більш виражене відчуття усвідомленості життя, наявність життєвих цілей і переконань, які надають життю сенс; наявність цілей і відчуття спрямованості життя, позитивний досвід від реалізації власних життєвих планів, виражене відчуття осмисленості життя, а також відчуття того, що сьогоднішня й минула є усвідомленими.

Насамкінець, у молоді чоловічої статі в більшому ступені, ніж у жіночої, проявляється вміння підтримувати близькі стосунки з іншими на основі довіри, підтримки та взаєморозуміння; спостерігається наявність близьких, приємних, повних довіри стосунків з тими, хто оточує; бажання виявляти увагу та емпатію стосовно інших; здатність виявляти відвертість і проявляти турботу про інших; переживання власної причетності й потреби інших.

Натомість, у випробуваних молодих жінок у порівнянні з чоловіками спостерігається достовірно вищий рівень вираженості суб'єктивного благополуччя як інтегрального почуття, яке змістовно визначається ступенем реалізації, задоволення широкого спектру їх фундаментальних життєвих потреб і

прагнень; яке пов'язане з позитивною когнітивною та афективною оцінкою індивідуальних досягнень, тобто результатів власного життя, включаючи емоційні реакції (баланс емоцій з перевагою у бік позитивних) та когнітивні оцінки задоволеності ним; яке відображає фундаментальний рівень емоційного переживання та когнітивної оцінки власного життя як цілого у спектрі їх позитивних модальностей.

Також для молодих жінок в більшій мірі, ніж для чоловіків, важливим є усвідомлення власної суб'єктності у реалізації життєвих цілей, яка об'єднує характеристики прикладених особистих зусиль для досягнення благополуччя, їх результативність, а також діяльнісно-сміслову насиченість власного життя. Більш значимим та важливим для молоді жіночої статі є відчуття суб'єктивного благополуччя в аспекті задоволення або реалізації її базових потреб – у безпеці, прийнятних житлових умовах, доході та екологічних умовах проживання. Більше того, для молодих жінок у порівнянні з молодими чоловіками більш характерним є задоволення від реалізації базових життєвих потреб та прагнень через вияв таких його суб'єктивних індикаторів, як радість, оптимізм, щастя, хороший настрій, наснага тощо.

Молоді жінки у порівнянні з молодими чоловіками в більшій мірі пов'язують суб'єктивне благополуччя із задоволеністю самим собою, власною зовнішністю, характером, комплексом чеснот та здібностей, що маніфестується у почутті впевненості у собі та відображає ступінь цілісності і самоузгодженості їх особистості. Насамкінець, у молоді жіночої статі в більшому ступені, ніж у чоловічої, виявляється виражена потреба внутрішньо узгоджувати і приводити у відповідність принципи, дії, вчинки власного життя із загальноприйнятими у даному суспільстві соціальними принципами, нормами, вимогами, чеснотами та моральними цінностями в їх інтеріоризованому вигляді.

### ***3.3.3. Особливості вираженості диспозицій суб'єктивного благополуччя залежно від курсу та напрямку навчально-професійної підготовки***



Перейдемо до розгляду наступного блоку результатів порівняльного дослідження на предмет аналізу характеру відмінностей у середніх значеннях вираженості диспозицій суб'єктивного благополуччя випробуваних залежно від курсу їх навчально-професійної підготовки (за параметричним однофакторним дисперсійним аналізом ANOVA).

Як і в попередньому випадку, порівняння кількісних характеристик вираженості диспозицій суб'єктивного благополуччя випробуваних дозволило виявити ряд важливих закономірностей. На різних курсах навчально-професійної підготовки випробуваних середні значення вираженості факторних оцінок їх інтегральних диспозицій суб'єктивного благополуччя розподілилися наступним чином (див. Табл. 3.13 та Додаток II).

Таблиця 3.13

**Відмінності середніх значень вираженості диспозицій суб'єктивного благополуччя випробуваних різного курсу навчально-професійної підготовки**

Інтегральна диспозиція	Курс навчально-професійної підготовки			р
	бакалавр 1-2 р./н.	бакалавр 3-4 р./н.	магістр 1-2 р./н.	
екзистенційно-діяльнісного благополуччя	-0,076	0,089	-0,006	0,175
емоційного благополуччя	-0,154	0,091	-0,007	0,035
позитивного функціонування і розвитку	-0,063	0,033	0,159	0,284

З огляду на табличні дані можна стверджувати, що статистично значимий характер відмінностей середніх значень вираженості інтегральних диспозицій суб'єктивного благополуччя випробуваних різного курсу навчально-професійної підготовки виявлено лише у відношенні *емоційного благополуччя* ( $p \leq 0,05$ ).

Достовірні відмінності у середніх значеннях вираженості, зафіксовані у відношенні означеної диспозиції суб'єктивного благополуччя випробуваних,

дозволяють підтвердити нам припущення про те, що *курс навчально-професійної підготовки* виступає чинником суб'єктивного благополуччя студентської молоді.

Найвищі середні значення вираженості факторних оцінок інтегральної диспозиції *емоційного благополуччя*, зафіксовані у бакалаврів 3-4 року навчально-професійної підготовки, дозволяють нам стверджувати, що завершальний етап бакалаврської підготовки студентської молоді виступає сенситивним в сенсі прояву такої особливості її суб'єктивного благополуччя, як переживання щастя, що має своїм джерелом загальне відчуття задоволеності життям як таким, відчуття власної ресурсності, сформоване відчуття безпеки, високий рівень задоволеності собою і тим, як відбуваються процеси власного життя.

Фактично, студентська молодь, яка перебуває на завершальному етапі бакалаврської підготовки (3-4 рік навчально-професійної підготовки бакалаврів), найбільш повно переживає загальне емоційне благополуччя, задоволеність власним життям, які в їх індивідуально-психологічній проєкції маніфестуються у відчутті передбачуваності та прогнозованості різних його аспектів, впевненості і спокою за нього. Такі молоді люди не застрягають на негативних спогадах про життєві негаразди і негативні життєві ситуації, легко виходять зі станів печалі та гніву; вважають, що життя загалом та оточуючий світ зокрема варті, щоб до них ставитися з інтересом і прихильністю.

Для бакалаврів 3-4 року навчально-професійної підготовки в більшій мірі, ніж для бакалаврів 1-2 року і магістрів 1-2 року фахової підготовки, характерними є суб'єктивна переконаність у власній ресурсності, а також ресурсності світу; особистісна настанова розуміти оточуючий світ як високоресурсне джерело можливостей, а себе – здатними знаходити та отримувати ресурси; переконаність у тому, що потужне джерело ресурсів – це стосунки і відносини з іншими, і все що пов'язане з ними (включеність у відносини, теплі спогади про стосунки, персональний позитивний досвід відносин з оточуючим світом), слід сприймати як закономірний їх наслідок.

Також для студентської молоді, яка перебуває на завершальному етапі бакалаврської підготовки (3-4 рік навчально-професійної підготовки бакалаврів), властивою є суб'єктивна переконаність у безпечності оточуючого світу; виражена настанова щодо можливості розуміти оточуючий світ як такий, впливати на власне життя, контролювати різні аспекти його функціонування. Для таких молодих людей сприйняття оточуючого світу як безпечного пов'язане із переживанням суб'єктивного емоційного благополуччя (щастя), із переживанням більшості життєвих ситуацій як емоційно безпечних і незагрозливих.

Насамкінець, студентська молодь – бакалаври, які здобувають фах на 3-4 році навчально-професійної підготовки, характеризуються вищим, ніж бакалаври 1-2 року і магістри 1-2 року навчання, рівнем задоволеності собою і тим, як відбуваються процеси і якими є результати їхнього життя; позитивно оцінюють суб'єктивний психоемоційний стан; схильні розцінювати переважну більшість позитивних емоцій повсякдення як наслідок щасливого життя.

Наступний блок порівняльного дослідження стосувався аналізу характеру відмінностей у середніх значеннях вираженості диспозицій суб'єктивного благополуччя випробуваних залежно від *напрямку їх фахової підготовки*.

Порівняння кількісних характеристик, тобто середніх значень факторних оцінок вираженості інтегральних диспозицій суб'єктивного благополуччя у випробуваних з різним профілем навчально-професійної підготовки дозволило виявити ряд важливих закономірностей (див. Табл. 3.14 та Додаток К).

*Таблиця 3.14*

**Відмінності середніх значень вираженості диспозицій суб'єктивного благополуччя випробуваних різного напрямку фахової підготовки**

Інтегральна диспозиція	Напрямок фахової підготовки			p
	педагогіка	психологія	менеджмент	
екзистенційно-діяльнісного благополуччя	-0,149	0,159	-0,033	0,004
емоційного благополуччя	-0,046	0,030	-0,036	0,677

позитивного функціонування і розвитку	-0,072	-0,005	0,147	0,302
--	--------	--------	-------	-------

З огляду на дані Табл. 3.9 можна констатувати, що статистично достовірний характер відмінностей середніх значень вираженості інтегральних диспозицій суб'єктивного благополуччя випробуваних різного напрямку фахової підготовки виявлено лише у відношенні *екзистенційно-діяльнісного благополуччя* ( $p \leq 0,01$ ).

Достовірні відмінності у середніх значеннях вираженості, зафіксовані у відношенні такої диспозиції суб'єктивного благополуччя випробуваних, як *екзистенційно-діялісне благополуччя*, дозволяють нам підтвердити припущення, що *напрямок фахової підготовки* виступає чинником суб'єктивного благополуччя студентської молоді.

Фактично, на підставі аналізу отриманих даних можна констатувати, що виявлений статистично значимий характер відмінностей між категоріями випробуваних, диференційованих за критерієм *напрямок фахової підготовки*, дозволяють нам стверджувати про те, що у здобувачів вищої освіти – у майбутніх психологів у порівнянні з майбутніми педагогами і менеджерами спостерігається достовірно вищий рівень вираженості суб'єктивного благополуччя як інтегрального почуття, яке змістовно визначається ступенем реалізації, задоволення широкого спектру їх фундаментальних життєвих потреб і прагнень; яке пов'язане з позитивною когнітивною та афективною оцінкою індивідуальних досягнень, тобто результатів власного життя, включаючи емоційні реакції (баланс емоцій з перевагою у бік позитивних) та когнітивні оцінки задоволеності ним; яке характеризує фундаментальний рівень емоційного переживання та когнітивної оцінки власного життя як цілого у спектрі їх позитивних модальностей.

Також у майбутніх психологів у порівнянні з майбутніми педагогами та менеджерами в більшому ступені є властивим усвідомлення власної суб'єктності у реалізації життєвих цілей, яка об'єднує характеристики прикладених особистих

зусиль для досягнення благополуччя, їх результативність, а також діяльнісно-смыслову насиченість власного життя. Більш значимим і важливим для майбутніх фахівців психологічного профілю у порівнянні з майбутніми педагогами та менеджерами є відчуття суб'єктивного благополуччя в аспекті задоволення або реалізації їх базових потреб – у безпеці, прийнятних житлових умовах, доході та екологічних умовах проживання. Більше того, для майбутніх психологів більш характерним є відчуття задоволення від реалізації базових життєвих потреб та прагнень через вияв таких його суб'єктивних індикаторів, як радість, оптимізм, щастя, хороший настрій, наснага тощо.

Майбутній фахівець-психолог у порівнянні з майбутнім педагогом та менеджером в більшій мірі пов'язує суб'єктивне благополуччя із відчуттям задоволення самим собою, власною зовнішністю, характером, комплексом чеснот та здібностей, що маніфестується у почутті впевненості у собі та відображає ступінь цілісності і самоузгодженості його особистості. Насамкінець, у здобувачів вищої освіти – майбутніх психологів в більшому ступені, ніж у майбутніх педагогів і менеджерів, проявляється виражена потреба внутрішньо узгоджувати і приводити у відповідність дії та вчинки власного життя із загальноприйнятими у даному суспільстві соціальними принципами, нормами, вимогами, чеснотами та моральними цінностями в їх інтеріоризованому вигляді.

### ***3.3.4. Особливості вираженості диспозицій суб'єктивного благополуччя випробуваних залежно від регіону навчання***

Розглянемо останній блок результатів порівняльного дослідження на предмет аналізу характеру відмінностей у середніх значеннях вираженості диспозицій суб'єктивного благополуччя студентської молоді залежно від регіону локалізації її навчально-професійної підготовки (регіону навчання). Для зручності подальшої ідентифікації регіону навчання, вся релевантна інформація подана у перекодованому вигляді:

- регіон навчання «Львів, Рівне, Луцьк» – «північний захід»;
- регіон навчання «Чернівці, Ужгород» – «захід»;

- регіон навчання «Дніпро, Запоріжжя» – «схід»;
- регіон навчання «Київ» – «столиця»;
- регіон навчання «Чернігів, Суми, Глухів» – «північний схід».

Порівняння середніх значень факторних оцінок вираженості інтегральних диспозицій суб'єктивного благополуччя у випробуваних, диференційованих у різні категорії на підставі регіону локалізації їх навчально-професійної підготовки (регіону навчання), дозволило виявити ряд важливих закономірностей (див. Табл. 3.15 та Додаток Л).

Таблиця 3.15

**Відмінності середніх значень вираженості диспозицій суб'єктивного благополуччя випробуваних різного регіону навчання**

Інтегральна диспозиція	Регіон навчання					р
	північний захід	захід	схід	Столиця	північний схід	
екзистенційно-діяльнісного благополуччя	0,230	0,042	-0,079	-0,080	-0,157	,002
емоційного благополуччя	0,183	-0,032	-0,140	0,093	-0,162	,010
позитивного функціонування і розвитку	0,109	0,367	-0,027	-0,265	0,002	,005

З огляду на табличні дані можна стверджувати, що статистично значимий характер відмінностей середніх значень вираженості інтегральних диспозицій суб'єктивного благополуччя випробуваних різного регіону навчання виявлено у відношенні усіх факторів – *екзистенційно-діяльнісного благополуччя* ( $p \leq 0,01$ ), *позитивного функціонування і розвитку* ( $p \leq 0,01$ ), *емоційного благополуччя* ( $p \leq 0,01$ ).

Достовірні відмінності у середніх значеннях вираженості, зафіксовані у відношенні означених інтегральних диспозицій суб'єктивного благополуччя випробуваних, дозволяють підтвердити припущення про те, що *регіон навчання* виступає чинником суб'єктивного благополуччя студентської молоді.

Аналіз отриманих даних дозволяє констатувати, що виявлений достовірний характер відмінностей між категоріями випробуваних, диференційованих за критерієм *регіон навчання*, свідчить про те, що здобувачі вищої освіти, які навчаються у закладах вищої освіти північно-західного регіону нашої держави, демонструють достовірно найвищий, а здобувачі вищої освіти, які навчаються у закладах вищої освіти північно-східного регіону України, – достовірно найнижчий рівень вираженості такої інтегральної диспозиції суб'єктивного благополуччя, як *екзистенційно-діяльнісне благополуччя*.

Якщо конкретизувати суть виявлених закономірностей, то можна відмітити, що у студентської молоді, яка навчається у північно-західному регіоні України, відчуття суб'єктивного благополуччя в більшій мірі, ніж у молодих людей з інших регіонів, особливо – з північного сходу нашої держави, визначається ступенем реалізації, задоволення широкого спектру фундаментальних життєвих потреб і прагнень. Їх суб'єктивне благополуччя як інтегральне почуття в більшій мірі пов'язане з позитивною когнітивною та афективною оцінкою індивідуальних досягнень, тобто результатів власного життя, включаючи емоційні реакції (баланс емоцій з перевагою у бік позитивних) та когнітивні оцінки задоволеності ним.

Також у студентської молоді, яка навчається у північно-західному регіоні України, відчуття суб'єктивного благополуччя в більшій мірі, ніж у молодих людей з інших регіонів, особливо – з північного сходу нашої держави, визначається усвідомленням власної суб'єктності у реалізації життєвих цілей, яка об'єднує характеристики прикладених персональних зусиль для досягнення благополуччя, їх результативність, а також діяльнісно-смыслову насиченість власного життя. Для них більш значимим і важливим є відчуття суб'єктивного благополуччя в аспекті задоволення або реалізації базових потреб – у безпеці, прийнятних житлових умовах, доході та екологічних умовах проживання. Більше того, для молоді, яка навчається у північно-західному регіоні нашої держави, більш характерним є відчуття задоволення від реалізації базових життєвих

потреб та прагнень через вияв таких його суб'єктивних індикаторів, як радість, оптимізм, щастя, хороший настрій, наснага тощо.

Молода людина, яка навчається у закладі вищої освіти північно-західного регіону України, в більшій мірі пов'язує суб'єктивне благополуччя із відчуттям задоволення самим собою, власною зовнішністю, характером, комплексом чеснот та здібностей, що маніфестується у почутті впевненості у собі та відображає ступінь цілісності і самоузгодженості її особистості. Також, у здобувачів вищої освіти з північно-західних регіонів України, відчуття суб'єктивного благополуччя в більшій мірі, ніж у студентської молоді, яка навчається в інших регіонах країни, особливо північно-східній її частині, проявляється виражена потреба внутрішньо узгоджувати і приводити у відповідність дії та вчинки власного життя із загальноприйнятими у даному суспільстві соціальними принципами, нормами, вимогами, чеснотами та моральними цінностями в їх інтеріоризованому вигляді.

Аналіз отриманих даних дозволяє констатувати, що виявлений достовірний характер відмінностей кількісних характеристик між категоріями випробуваних, диференційованих за критерієм *регіон навчання*, свідчить про те, що здобувачі вищої освіти, які навчаються у закладах вищої освіти західного регіону України, демонструють достовірно найвищий, а здобувачі вищої освіти, які навчаються у закладах вищої освіти столиці нашої держави, – достовірно найнижчий рівень вираженості такої диспозиції суб'єктивного (психологічного) благополуччя, як *позитивне функціонування і розвиток*.

Якщо змістовно конкретизувати сутність виявлених закономірностей, то стає очевидним, що на відміну від студентів, які навчаються у столиці нашої держави, здобувачі вищої освіти її західного регіону демонструють вищий ступінь вираженості відчуття психологічного благополуччя, пов'язаного з реалізацією фундаментальних життєвих можливостей як основних компонентів позитивного особистісного функціонування, що постає основою для досягнення автономії, всебічного розкриття власного потенціалу і самореалізації.



Також здобувачі вищої освіти західного регіону України, на відміну від студентів, які навчаються у столиці нашої держави, демонструють значно вищий ступінь вираженості потреби у рефлексії особистісного зростання та відчутті самовдосконалення з плином часу; загальної зацікавленості життям як таким, виражений намір і прагнення опановувати новий життєвий досвід та найповніше реалізовувати власний особистісний потенціал. Студентська молодь західного регіону України на відміну від здобувачів вищої освіти, які навчаються у столиці нашої держави, в більшій мірі проявляє незалежність, здатність протистояти соціальному тиску в думках і вчинках; можливість регулювати власну поведінку та оцінювати себе, ґрунтуючись на власних стандартах; здатність орієнтуватися під час ухвалення важливих рішень на власні знання, досвід та інтуїцію.

Важливою особливістю здобувачів вищої освіти із західних регіонів нашої держави, яка контрастно вирізняє їх з-поміж усіх інших студентів, особливо тих, що навчаються у закладах вищої освіти столиці України, є більш виражене відчуття усвідомленості життя, наявність життєвих цілей і переконань, які надають життю сенс; наявність цілей і відчуття спрямованості життя, позитивний досвід від реалізації власних життєвих планів, виражене відчуття осмисленості життя, а також відчуття того, що сьогоднішня й минула є усвідомленими.

Студентська молодь, яка навчається у закладах вищої освіти західного регіону України, на відміну від здобувачів вищої освіти інших регіонів, особливо студентів столичних закладів вищої освіти, в більшій мірі демонструє бажання і здатність підтримувати близькі стосунки з іншими на основі довіри, підтримки і взаєморозуміння; маніфестує наявність близьких, приємних та повних довіри стосунків з тими, хто оточує; бажання виявляти увагу та емпатію стосовно інших; здатність виявляти відвертість і проявляти турботу про інших; переживання власної причетності й потреби інших.

Насамкінець, на підставі аналізу отриманих даних можна констатувати, що виявлений достовірний характер відмінностей між категоріями випробуваних, диференційованих за критерієм *регіон навчання*, свідчить про те, що здобувачі

вищої освіти, які навчаються у закладах вищої освіти північно-західного регіону України, демонструють достовірно найвищий, а здобувачі вищої освіти, які навчаються у закладах вищої освіти північно-східного та східного регіонів нашої держави, – достовірно найнижчий рівень вираженості інтегральної диспозиції *емоційного благополуччя*.

Найвищі середні значення вираженості факторних оцінок інтегральної диспозиції *емоційного благополуччя*, зафіксовані у здобувачів вищої освіти, які навчаються у закладах вищої освіти північно-західного регіону України, дозволяють стверджувати, що для них в більшій мірі, ніж для інших студентів, особливо тих, що здобувають фах у закладах вищої освіти північно-східного і східного регіонів нашої держави, характерним є відчуття суб'єктивного благополуччя як переживання щастя, що має своїм джерелом загальне відчуття задоволеності життям як таким, відчуття власної ресурсності, сформоване відчуття безпеки, високий рівень задоволеності собою і тим, як відбуваються процеси власного життя.

Студентська молодь, яка навчається у закладах вищої освіти північно-західного регіону нашої держави, найбільш повно, ніж інші здобувачі вищої освіти, особливо ті, що здобувають фах у закладах вищої освіти північно-східного і східного її регіонів, переживає загальне емоційне благополуччя, задоволеність власним життям, які в її індивідуально-психологічній проєкції маніфестуються у відчутті передбачуваності та прогнозованості різних його аспектів, впевненості і спокою за нього. Такі молоді люди не застрягають на негативних спогадах про життєві негаразди і негативні життєві ситуації, легко виходять зі станів печалі та гніву; вважають, що життя загалом та оточуючий світ зокрема варті, щоб до них ставитися з інтересом і прихильністю.

Для здобувачів вищої освіти, які здобувають фах у закладах вищої освіти північно-західного регіону нашої держави, більш характерною, ніж для інших здобувачів вищої освіти, особливо тих, що навчаються у закладах вищої освіти північно-східного і східного її регіонів, є суб'єктивна переконаність у власній ресурсності, а також ресурсності світу; виражена особистісна настанова розуміти

оточуючий світ як високоресурсне джерело можливостей, а себе – здатними знаходити та отримувати ресурси; виражена переконаність у тому, що потужне джерело ресурсів – це стосунки і відносини з іншими, і все що пов'язане з ними (включеність у відносини, теплі спогади про стосунки, персональний позитивний досвід відносин з оточуючим світом), слід сприймати як закономірний їх наслідок.

Також на відміну від студентів, які навчаються у закладах вищої освіти північно-східного і східного регіонів України, для студентської молоді, яка здобуває фах у закладах вищої освіти північно-західного її регіону, властивою є суб'єктивна переконаність у безпечності оточуючого світу; виражена настанова щодо можливості розуміти оточуючий світ як такий, впливати на власне життя, контролювати різні аспекти його функціонування. Для таких молодих людей сприйняття оточуючого світу як безпечного пов'язане із переживанням суб'єктивного емоційного благополуччя (щастя), із переживанням більшості життєвих ситуацій як емоційно безпечних і незагрозливих.

Насамкінець, студентська молодь, яка навчається у закладах вищої освіти північно-західного регіону України, на відміну від студентів закладів вищої освіти північно-східного і східного її регіонів, характеризується достовірно вищим рівнем задоволеності собою і тим, як відбуваються процеси і якими є результати її життя; позитивно оцінює суб'єктивний психоемоційний стан; більш схильна розцінювати позитивні емоції повсякдення як наслідок щасливого життя.

Підводячи попередні підсумки, зазначимо, що за результатами реалізації четвертого етапу аналітичного блоку емпіричного дослідження виявлено чинники суб'єктивного благополуччя молоді, які визначатимуть специфічні особливості і закономірності його переживання. В якості чинників переживання суб'єктивного благополуччя у студентської молоді верифіковано *стать, курс навчально-професійної підготовки, напрям фахової підготовки і регіон навчання*.

Загалом результати даного етапу емпіричного дослідження можуть суттєво поглибити розуміння сутності суб'єктивного благополуччя як

полідетермінованого психологічного феномену, який визначається специфічною системою об'єктивних чинників.

### **3.4. Ресурсність толерантності до невизначеності у підтриманні суб'єктивного благополуччя студентської молоді**

Перейдемо до аналізу та змістової інтерпретації результатів, отриманих в рамках реалізації *п'ятого етапу* аналітичного блоку емпіричного дослідження. Результати даного дослідницького етапу стали закономірним кроком у логіці перевірки основної гіпотези дослідження, а саме – верифікації прогностичних психологічних детермінант суб'єктивного благополуччя молоді, змістовно релевантних проявам її толерантності/інтолерантності до невизначеності. Отже, даний етап аналітичного блоку емпіричного дослідження був спрямований на визначення у студентської молоді характеристик толерантності/інтолерантності до невизначеності, які детермінують, тобто здійснюють найбільший вплив на переживання нею суб'єктивного благополуччя.

На даному етапі дослідження в якості його незалежних змінних було визначено характеристики толерантності/інтолерантності до невизначеності випробуваних, а в якості залежних змінних дослідження – попередньо виділені в ході факторизації вихідного емпіричного масиву релевантних психологічних показників інтегральні диспозиції їх суб'єктивного благополуччя. У випадку підтвердження статистично достовірного характеру каузальної залежності між означеними незалежними і залежними змінними дослідження стане можливою емпірична верифікація толерантності до невизначеності в якості психологічного ресурсу суб'єктивного благополуччя студентської молоді. З урахуванням вище зазначеного, перейдемо до аналізу та змістової інтерпретації отриманих результатів.

В рамках вивчення прогностичних психологічних детермінант суб'єктивного благополуччя молоді розглянемо результати дослідження для такої інтегральної його диспозиції, як *«екзистенційно-діяльнісне благополуччя»*.

За результатами множинної регресії було отримано остаточну регресійну модель, яка пояснює 68% дисперсії залежної змінної – інтегральної диспозиції «екзистенційно-діяльнісного благополуччя», що дає вагомі підстави перейти до її змістової інтерпретації.

Регресійним аналізом було виключено з остаточної регресійної моделі перелік психологічних показників толерантності/інтолерантності до невизначеності випробуваних – *ставлення до нового, загальний рівень толерантності до невизначеності; новизна ситуації, складність ситуації, нерозв'язність ситуації, загальний рівень інтолерантності до невизначеності, прогностична тривога*, оскільки їх регресійні коефіцієнти виявилися статистично незначущими ( $p > 0,05$ ) (див. Додаток М).

Це дозволяє констатувати, що жоден з означених психологічних показників, змістовно релевантних проявам толерантності до невизначеності випробуваних, не пов'язаний причинно-наслідковою залежністю, тобто не детермінує прояв такої їх інтегральної диспозиції суб'єктивного благополуччя, як «екзистенційно-діяльнісне благополуччя».

Величини стандартизованих коефіцієнтів регресії ( $\beta$ ) дозволяють зробити заключення у відношенні вкладу психологічних показників толерантності до невизначеності випробуваних, відібраних в остаточну модель множинної регресії (див. Додаток М).

З урахуванням отриманих результатів є очевидним, що достовірний внесок у дисперсію залежної змінної «екзистенційно-діяльнісне благополуччя» було зроблено такими психологічними показниками толерантності до невизначеності випробуваних, як *надання переваги невизначеності* (0,493;  $p \leq 0,001$ ), *ставлення до невизначених ситуацій* (0,470;  $p \leq 0,001$ ), *ставлення до складних завдань* (0,296;  $p \leq 0,01$ ), *толерантність до невизначеності* (0,112;  $p \leq 0,05$ ), *гнітюча тривога* (-0,171;  $p \leq 0,05$ ), *загальна інтолерантність до невизначеності* (-0,164;  $p \leq 0,05$ ).

Це означає, що суб'єктивне благополуччя молоді як продукт усвідомлення власної суб'єктності у реалізації життєвих цілей, яка об'єднує характеристики

прикладених зусиль для досягнення благополуччя, їх результативність, діяльнісно-смыслову насиченість власного життя; як результат задоволення від реалізації базових життєвих потреб та прагнень – у безпеці, прийнятних житлових умовах, доході та екологічних умовах проживання; як продукт задоволення самим собою, своєю зовнішністю, характером, комплексом чеснот і здібностей, що проявляється у почутті впевненості у собі та відображає ступінь цілісності і самоузгодженості; як продукт усвідомлення вираженої потреби внутрішньо узгоджувати і приводити у відповідність дії та вчинки власного життя із загальноприйнятими у суспільстві соціальними принципами, нормами, вимогами, моральними цінностями в їх інтеріоризованому вигляді, в найбільшій мірі визначається комплексом прогностичних детермінант:

- глибоким усвідомленням себе як суб'єкта власних дій, впевненістю у здатності контролювати власне життя, інтернальним локусом контролю по відношенню до подій і ситуацій власного життя, об'єктивною оцінкою своїх успіхів та невдач;

- спрямованістю оптимістично оцінювати власні успіхи та невдачі, схильністю очікувати успіх у майбутньому, низьким ступенем тривожності, здатністю швидко переходити від планів до дій, схильністю йти на ризик;

- здатністю здійснювати вибір серед кількох альтернатив більш швидко та гнучко, зберігати бачення великої кількості можливостей;

- здатністю розглядати будь-яку невизначену ситуацію як можливість вибору, розвитку, набуття нового досвіду; відсутністю відчуття деструктивної тривоги у невизначених ситуаціях; здатністю активно і продуктивно діяти в них;

- не схильність до прояву негативної афективної симптоматики, виражених тілесно-емоційних реакцій на обставини, події та ситуації невизначеності;

- низькою інтолерантністю до невизначеності, низькою тривогою перед майбутнім; відкритістю перед майбутнім та новим досвідом; готовністю прийняти реальність, якою б вона не була, очікувати можливі зміни без особливої напруги.

Наступними в рамках вивчення прогностичних психологічних детермінант суб'єктивного благополуччя молоді розглянемо результати дослідження для такої інтегральної його диспозиції, як *«емоційне благополуччя»*.

За результатами множинної регресії було отримано остаточну регресійну модель, яка пояснює 63% дисперсії залежної змінної – інтегральної диспозиції *«емоційного благополуччя»*, що дає вагомі підстави перейти до її змістової інтерпретації.

Регресійним аналізом було виключено з остаточної регресійної моделі низку психологічних показників толерантності/інтолерантності до невизначеності випробуваних – *загальний рівень толерантності до невизначеності, складність ситуації, загальний рівень інтолерантності до невизначеності, прогностична тривога, гнітюча тривога, загальна інтолерантність до невизначеності*, оскільки їх регресійні коефіцієнти виявилися статистично незначущими ( $p > 0,05$ ) (див. Додаток Н).

Це дозволяє констатувати, що жоден з означених психологічних показників, змістовно релевантних проявам толерантності до невизначеності випробуваних, не пов'язаний причинно-наслідковою залежністю, тобто не детермінує прояв такої їх інтегральної диспозиції суб'єктивного благополуччя, як *«емоційне благополуччя»*.

Величини стандартизованих коефіцієнтів регресії ( $\beta$ ) дозволяють зробити заключення у відношенні вкладу психологічних показників толерантності до невизначеності випробуваних, відібраних в остаточну модель множинної регресії (див. Додаток Н).

З урахуванням отриманих результатів є очевидним, що достовірний внесок у дисперсію залежної змінної *«емоційне благополуччя»* було зроблено такими психологічними показниками толерантності до невизначеності випробуваних, як *толрантність до невизначеності* (0,986;  $p \leq 0,001$ ), *ставлення до невизначених ситуацій* (0,972;  $p \leq 0,001$ ), *ставлення до складних завдань* (0,726;  $p \leq 0,001$ ), *надання переваги невизначеності* (-0,592;  $p \leq 0,001$ ), *новизна ситуації* (0,139;

$p \leq 0,001$ ), *нерозв'язність ситуації* (0,138;  $p \leq 0,001$ ), *ставлення до нового* (0,135;  $p \leq 0,001$ ).

Це означає, що суб'єктивне благополуччя молоді як переживання щастя, що має своїм джерелом загальне відчуття задоволеності життям як таким, відчуття власної ресурсності, сформоване відчуття безпеки, високий рівень задоволеності собою і тим, як відбуваються процеси власного життя; як переживання загального емоційного благополуччя, задоволеності власним життям, які в її психологічній проєкції проявляються у відчутті передбачуваності і прогнозованості різних його аспектів, впевненості і спокою за нього; як суб'єктивна переконаність у власній ресурсності та ресурсності світу; як виражена настанова розуміти оточуючий світ як високоресурсне джерело можливостей, а себе – здатними знаходити та отримувати ресурси; як переконаність у тому, що потужне джерело ресурсів – це стосунки й відносини з іншими; як відчуття суб'єктивної переконаності у безпечності оточуючого світу; як переживання більшості життєвих ситуацій як емоційно безпечних і незагрозливих, в найбільшій мірі визначається комплексом прогностичних детермінант:

- здатністю розглядати будь-яку невизначену ситуацію як можливість вибору, розвитку, набуття нового досвіду; відсутністю відчуття деструктивної тривоги у невизначених ситуаціях; здатністю активно і продуктивно діяти в них;

- спрямованістю оптимістично оцінювати власні успіхи та невдачі, схильністю очікувати успіх у майбутньому, низьким ступенем тривожності, здатністю швидко переходити від планів до дій, схильністю йти на ризик;

- здатністю здійснювати вибір серед кількох альтернатив більш швидко та гнучко, зберігати бачення великої кількості можливостей;

- настановою сприймати нові обставини як виклики, а не як дестабілізуючі фактори; здатністю проявляти цікавість у нових ситуаціях, самотивуватися і самообілізуватися до пошуку ефективних, конструктивних шляхів їх вирішення;



– здатністю сприймати проблему, яка здається потенційно невіршуваною, як новий життєвий поворот, що озброює новим досвідом, а також навичками її подолання; здатністю зберігати стан спокою при зіткненні з потенційно невіршуваними ситуаціями і схильністю при цьому не чинити опір незворотнім змінам;

– настановою позитивного ставлення до нових подій, які відбуваються, і властивістю органічно поєднувати адекватне сприймання новизни подій, які відбуваються, з адекватною реакцією на них.

Водночас, значний прояв надання переваги невизначеності може негативно позначатися на емоційному суб'єктивному благополуччі студентської молоді. Це можна пояснити тим, що зважаючи на ступінь складності і невизначеності ситуації молоді люди можуть відчувати тривогу, виявляти невпевненість у своїх діях, дещо обмежувати себе у кількості можливих виборів, однак з часом здатні опановувати себе, усвідомлювати себе суб'єктом власних дій, діяти ефективно та об'єктивно оцінювати свої успіхи та невдачі.

Насамкінець, в рамках вивчення прогностичних психологічних детермінант суб'єктивного благополуччя молоді розглянемо результати дослідження для такої інтегральної його диспозиції, як *«позитивне функціонування і розвиток»*.

За результатами множинної регресії було отримано остаточну регресійну модель, яка пояснює 58% дисперсії залежної змінної – інтегральної диспозиції *«позитивного функціонування і розвитку»*, що дає вагомі підстави перейти до її змістової інтерпретації.

Регресійним аналізом було виключено з остаточної регресійної моделі такі психологічні показники толерантності/інтолерантності до невизначеності випробуваних, як *ставлення до нового, загальний рівень толерантності до невизначеності, новизна ситуації, загальний рівень інтолерантності до невизначеності, прогностична тривога*, оскільки їх регресійні коефіцієнти виявилися статистично незначущими ( $p > 0,05$ ) (див. Додаток П).

Це дозволяє констатувати, що жоден з означених психологічних показників, змістовно релевантних проявам толерантності до невизначеності випробуваних, не пов'язаний причинно-наслідковою залежністю, тобто не детермінує прояв такої їх інтегральної диспозиції суб'єктивного благополуччя, як «позитивне функціонування і розвиток».

Величини стандартизованих коефіцієнтів регресії ( $\beta$ ) дозволяють зробити заключення у відношенні вкладу психологічних показників толерантності до невизначеності випробуваних, відібраних в остаточну модель множинної регресії (див. Додаток П).

З урахуванням отриманих результатів є очевидним, що достовірний внесок у дисперсію залежної змінної «позитивне функціонування і розвиток» було зроблено такими психологічними показниками толерантності/інтолерантності до невизначеності випробуваних, як *ставлення до невизначених ситуацій* (0,388;  $p \leq 0,001$ ), *толерантність до невизначеності* (0,384;  $p \leq 0,001$ ), *складність ситуації* (0,376;  $p \leq 0,001$ ), *гнітюча тривога* (-0,353;  $p \leq 0,001$ ), *ставлення до складних завдань* (0,320;  $p \leq 0,01$ ), *надання переваги невизначеності* (-0,279;  $p \leq 0,01$ ), *нерозв'язність ситуації* (0,189;  $p \leq 0,05$ ), *загальна інтолерантність до невизначеності* (-0,156;  $p \leq 0,05$ ).

Це означає, що суб'єктивне благополуччя молоді як результат реалізації її фундаментальних життєвих можливостей як основних компонентів позитивного особистісного функціонування, досягнення автономії, всебічного розкриття власного потенціалу і самореалізації; рефлексії особистісного зростання і відчуття самовдосконалення з плином часу; загальної зацікавленості життям як таким, вираженого прагнення опановувати новий життєвий досвід та найповніше реалізовувати власний особистісний потенціал; як прояв незалежності, здатності протистояти соціальному тиску в думках, вчинках; можливості регулювати власну поведінку та оцінювати себе, ґрунтуючись на власних стандартах; здатність орієнтуватися під час ухвалення важливих рішень на власні знання, досвід та інтуїцію; як відчуття спрямованості та усвідомленості життя, наявності

цілей та переконань, які надають йому сенс; як позитивний досвід від реалізації власних життєвих планів, виражене відчуття осмисленості життя, а також відчуття того, що сьогодні й минуле є усвідомленими; як відчуття бажання і здатності підтримувати близькі стосунки з іншими на основі взаєморозуміння, довіри і підтримки; як усвідомлення наявності близьких, приємних та повних довіри стосунків з тими, хто оточує; як відчуття бажання виявляти увагу та емпатію стосовно інших; як здатність виявляти відвертість і проявляти турботу про інших; як переживання власної причетності й потреби іншим, в найбільшій мірі визначається комплексом прогностичних детермінант:

- спрямованістю оптимістично оцінювати власні успіхи та невдачі, схильністю очікувати успіх у майбутньому, низьким ступенем тривожності, здатністю швидко переходити від планів до дій, схильністю йти на ризик;

- здатністю розглядати будь-яку невизначену ситуацію як можливість вибору, розвитку, набуття нового досвіду; відсутністю відчуття деструктивної тривоги у невизначених ситуаціях; здатністю активно і продуктивно діяти в них;

- сприйняттям складної ситуації як поштовху до розкриття внутрішніх ресурсів, до саморозвитку; здатністю при зіткненні зі складною ситуацією до створення умов для розкриття власного особистісного потенціалу, до вибору з-поміж великої кількості альтернативних способів вирішення проблеми найбільш оптимального;

- не схильність до прояву негативної афективної симптоматики, виражених тілесно-емоційних реакцій на обставини, події та ситуації невизначеності;

- здатністю здійснювати вибір серед кількох альтернатив більш швидко та гнучко, зберігати бачення великої кількості можливостей;

- здатністю сприймати проблему, яка здається потенційно невирішуваною, як новий життєвий поворот, що озброює новим досвідом, а також навичками її подолання; здатністю зберігати стан спокою при зіткненні з потенційно невирішуваними ситуаціями і схильністю при цьому не чинити опір незворотнім змінам;

– низькою інтолерантністю до невизначеності, низькою тривогою перед майбутнім; відкритістю перед майбутнім, новим досвідом; готовністю прийняти реальність, якою б вона не була, очікувати можливі зміни без особливої напруги;

– зважаючи на ступінь складності і невизначеності ситуації молоді люди можуть відчувати тривогу, виявляти невпевненість у своїх діях, дещо обмежувати себе у кількості можливих виборів, однак з часом здатні опановувати себе, усвідомлювати себе суб'єктом власних дій, діяти ефективно та об'єктивно оцінювати свої успіхи та невдачі.

Підводячи попередні підсумки, зазначимо, що за результатами реалізації п'ятого етапу аналітичного блоку емпіричного дослідження були визначені прогностичні детермінанти – характеристики *толерантності до невизначеності*, які в умовах невизначеності детермінують високий рівень суб'єктивного благополуччя студентської молоді.

Для такої інтегральної диспозиції суб'єктивного благополуччя студентської молоді, як *«екзистенційно-діяльнісне благополуччя»* в якості прогностичних детермінант було верифіковано наступні характеристики толерантності до невизначеності: надання переваги невизначеності, позитивне ставлення до невизначених ситуацій та складних завдань, відкритість до невизначеності та її прийняття, низький рівень гнітючої тривоги та загальної інтолерантності до невизначеності.

Для такої інтегральної диспозиції суб'єктивного благополуччя студентської молоді, як *«емоційне благополуччя»* в якості прогностичних детермінант було верифіковано наступні характеристики толерантності до невизначеності: відкритість до невизначеності та її прийняття, позитивне ставлення до невизначених ситуацій та складних завдань, надання переваги невизначеності, позитивне ставлення та цікавість до новизни, адекватне сприйняття нерозв'язності ситуації та спроба знайти шляхи виходу з неї, або ж прийняти її як даність.

Для такої інтегральної диспозиції суб'єктивного благополуччя студентської молоді, як *«позитивне функціонування і розвиток»* в якості

прогностичних детермінант було верифіковано наступні характеристики толерантності до невизначеності: позитивне ставлення до невизначених ситуацій та складних завдань, відкритість до невизначеності та її прийняття, надання переваги невизначеності, сприйняття складності ситуації як поштовху до розкриття внутрішніх ресурсів, до саморозвитку, адекватне сприйняття нерозв'язності ситуації, низький рівень гнітючої тривоги та загальної інтолерантності до невизначеності.

Загалом результати, отримані в рамках заключного етапу аналітичного блоку емпіричного дослідження можуть суттєво поглибити розуміння сутності суб'єктивного благополуччя як багатовимірного психологічного феномену, який визначається комплексом специфічних прогностичних детермінант. В аспекті перевірки основної гіпотези актуального дослідження стає очевидним, що отримані в ході реалізації його завдань результати дозволяють емпірично верифікувати визначені характеристики толерантності до невизначеності в якості психологічного ресурсу суб'єктивного благополуччя студентської молоді.

### ***3.4.1. Рекомендації щодо психологічної роботи з молоддю з підвищення усвідомлення та активізації ресурсності толерантності до невизначеності у підтриманні суб'єктивного благополуччя***

Внаслідок повномасштабного вторгнення рф в Україну, однією з головних характеристик повсякденності нашого життя є високий рівень непередбачуваності, нестабільності й невизначеності. В цих умовах особливо молодій людині важко спрогнозувати не лише своє майбутнє, а й завтрашній чи післязавтрашній день, однак умови сьогодення спонукають все ж вчитися жити «тут і зараз», хоча подекуди це досить складно.

Щоб продовжувати жити, реалізовувати свій потенціал, досягати цілей в різних сферах життєдіяльності, підтримувати своє психологічне благополуччя молода людина потребує перш за все внутрішніх сил і психологічних ресурсів, які в умовах нестабільності, непередбачуваності, невизначеності постають своєрідними засобами трансформації сприйняття таких умов і відіграють

ключову роль в їх опануванні та підтриманні суб'єктивного благополуччя. І толерантність до невизначеності є одним із таких психологічних ресурсів.

Теоретичний та емпіричний аналіз проблеми толерантності до невизначеності та суб'єктивного благополуччя студентської молоді дає підстави говорити про важливість проведення соціально-психологічної роботи, спрямованої на усвідомлення та активізацію ресурсності толерантності до невизначеності у підтриманні суб'єктивного благополуччя студентської молоді в умовах нестабільності, непередбачуваності і невизначеності внаслідок війни, розв'язаної РФ проти України.

Підвищення рівня усвідомлення та активізації ресурсності толерантності до невизначеності у підтриманні суб'єктивного благополуччя студентської молоді передбачає зокрема проведення психологічної просвітницької роботи щодо розуміння сутності толерантності/інтолерантності до невизначеності та особливостей її прояву в умовах невизначеності; специфіки її впливу на стан суб'єктивного благополуччя, що може здійснюватися у вигляді лекції-бесіди, інформаційно-діагностичних занять, занять з елементами соціально-психологічного тренінгу з використанням дискусійних форм роботи, мозкового штурму, рольових та ділових ігор, конструювання та аналізу життєвих ситуацій.

Таку роботу частково було здійснено під час проходження асистентської педагогічної практики в Запорізькому національному університеті, в рамках виконання програми педагогічної практики здобувачів вищої освіти ступеня доктора філософії.

Метою цієї практики було, зокрема *закріплення* і поглиблення теоретичних знань, отриманих під час навчання в аспірантурі; *поглиблення* та застосування фахових знань у розв'язанні конкретних педагогічних завдань у закладах вищої освіти; *оволодіння* сучасними методами та методиками викладання і виховання у вищій школі; *набуття досвіду розробки та проведення* лекційних, семінарських та практичних (тренінгових) занять та консультацій; *впровадження* результатів дисертаційної роботи в освітній процес.

В процесі проходження педагогічної практики, відповідно до мети – *впровадження* результатів дисертаційної роботи в освітній процес, в рамках дисципліни «Психологія здоров'я» нами було розроблено план лекційного заняття на тему «Психічне здоров'я та суб'єктивне благополуччя особистості» та двох практичних занять, у вигляді інтерактивної групової роботи з використанням тренінгових завдань, на тему «Ресурсність толерантності до невизначеності у підтримці суб'єктивного благополуччя», які було апробовано в процесі навчальних занять у студентів-психологів четвертого курсу спеціальності «Психологія». Представимо короткий зміст цих занять.

### **План-конспект лекційного заняття (2 год.)**

**Тема лекції:** «Психічне здоров'я та суб'єктивне благополуччя особистості».

**Мета:** оволодіти знаннями про основні положення підходів до визначення психічного і психологічного здоров'я та психологічного благополуччя особистості; про ресурси підтримання психологічного благополуччя в умовах невизначеності.

**Професійна спрямованість:** формування навичок роботи з теоретичним матеріалом та його використання в практичній діяльності; набуття знань про психологію здоров'я та благополуччя; розвивиток умінь проводити дослідження у сфері психологічного здоров'я та благополуччя.

#### **План лекційного заняття:**

1. Рівні здоров'я людини та особливості їх прояву
2. Психічне та психологічне здоров'я: основні критерії
3. Основні підходи до розуміння суб'єктивного благополуччя
4. Ресурси підтримання психологічного благополуччя (толерантність до невизначеності, самоефективність, життєстійкість та ін.)

#### **Порядок проведення заняття (види активності і таймінг):**

1. Організаційні заходи: початок заняття, оголошення теми і мети заняття, план заняття, основні питання лекції, постановка проблемних запитань – 8 хв.
2. Розкриття першого питання. Лекція із наданням під запис важливої

інформації – 10 хв.

3. Підведення підсумків за першим питанням. Відповіді на проблемне питання, поставлене на початку лекції. Зворотний зв'язок від аудиторії – 5 хв.

4. Розкриття другого питання. Лекція із наданням під запис важливої інформації – 10 хв.

5. Перевірка розуміння студентами інформації за допомогою запитань. Підбиття підсумків за другим питанням – 5 хв.

6. Розкриття третього питання. Лекція із наданням під запис важливої інформації. – 10 хв.

7. Підбиття підсумків за третім питанням. Постановка запитань студентами щодо розуміння матеріалу. Зворотний зв'язок від студентів. – 5 хв.

8. Розкриття четвертого питання. Лекція із наданням під запис важливої інформації. – 15 хв.

9. Підбиття підсумків за четвертим питанням. Постановка запитань студентами щодо розуміння матеріалу. Зворотний зв'язок від студентів – 5 хв.

10. Підведення підсумків лекції. Відповіді на запитання студентів. Інструктаж щодо підготовки до практичного заняття. Студентам було запропоновано взяти участь в онлайн-опитуванні за допомогою методик нашого дослідження з метою обговорення й інтерпретації отриманих результатів та їхнього врахування при роботі під час практичних занять. – 12 хв.

### **План практичного заняття (4 год.)**

**Тема заняття:** Ресурсність толерантності до невизначеності в підтриманні суб'єктивного благополуччя молоді

**Мета:** усвідомлення свого ставлення до невизначеності, її емоційного сприйняття та поведінкового реагування; визначення стану суб'єктивного благополуччя та задоволеності ним в умовах невизначеності; розвиток толерантності до невизначеності та усвідомлення її ресурсності у підтриманні суб'єктивного благополуччя.

**Професійна спрямованість:** формування навичок аналізу толерантного чи інтолерантного ставлення до невизначеності, особливостей прояву свого



суб'єктивного благополуччя та задоволеності ним в умовах невизначеності; актуалізація здатності толерувати невизначеність та проявляти суб'єктність щодо її застосування, активізація вироблення стратегій підвищення ресурсності толерантності до невизначеності в підтриманні психологічного благополуччя.

### **Порядок проведення заняття (види активності, таймінг):**

1. Організаційні заходи: початок заняття; оголошення теми і мети заняття, вступний інструктаж до практичної частини роботи – 5 хв.
2. Обговорення та аналіз результатів попередньо проведеної діагностики – 20 хв.
3. *Інтерактивна групова робота* з використанням тренінгових завдань. Обговорення в групі. Аналіз виконаних завдань – 45 хв.
4. Підведення підсумків заняття. Рефлексія того, що відбулося в процесі практичних занять. Завершення заняття – 10 хв.

***Рекомендації з організації інтерактивної групової роботи*** з усвідомлення ресурсності толерантності до невизначеності у підтриманні суб'єктивного благополуччя.

Організація інтерактивної групової роботи зі студентами щодо усвідомлення ресурсності толерантності до невизначеності у підтриманні суб'єктивного благополуччя *передбачає*:

- обговорення розуміння студентами таких складних психологічних феноменів, як невизначеність, толерантність/інтолерантність до невизначеності, суб'єктивне благополуччя, психологічні ресурси;
- з'ясування їхнього досвіду взаємодії з невизначеністю та опрацювання ними особливостей ставлення до невизначеності шляхом усвідомлення:
  - свого сприйняття та оцінки невизначеності – як загрози, чи як можливості власної здійсненості, відповідно прийняття її існування, сприйняття її як множинності можливостей, виборів;
  - переживання невизначеності, емоційного реагування на неї та своїх психоемоційних станів в ситуаціях невизначеності – негативних, позитивних чи нейтральних;

- своїх *поведінкових реакцій, стратегій поведінки* в ситуаціях невизначеності – здійснення пошуку інформації і прийняття рішення чи уникання його приймати; уникання невизначеної ситуації чи прагнення змінювати її тощо.

– *опрацювання стратегій підвищення ресурсності* толерантності до невизначеності в підтриманні психологічного благополуччя, яке здійснюється в процесі програвання ситуацій, що пов'язані з невизначеністю в різних сферах життєдіяльності. Така робота передбачає активізацію здатності знаходити продуктивні психологічні стратегії поведінки в ситуаціях невизначеності, розширювати репертуар способів вирішення невизначених ситуацій, приймати рішення та діяти в ситуаціях невизначеності, за допомогою використання дискусійних форм роботи, мозкового штурму, рольових та ділових ігор, конструювання та аналізу життєвих ситуацій.

В українських сучасних дослідженнях представлено напрацювання із розробки програм розвитку толерантності до невизначеності у студентів-психологів, у командирів при прийнятті рішень (Гусєв, 2015; Хілько, 2018; Черевичний, 2021). Рекомендуємо використовувати напрацювання цих та інших українських дослідників при організації такої роботи.

Важливо також зазначити, що психолог чи педагог в процесі проведення соціально-психологічної роботи, лише сприяють *активізації усвідомлення особою своєї здатності* толерувати невизначеність та проявляти суб'єктність щодо застосування цієї здатності як психологічного ресурсу суб'єктивного благополуччя, яка виявляється в:

– *когнітивному осмисленні невизначеності* (прийняття її існування, сприйняття та оцінку її як множинності можливостей, виборів);

– *усвідомлюваному переживанні невизначеності* (адекватність емоційного реагування і прояву почуттів, позитивне чи хоча б нейтральне ставлення до невизначеності, здатність до саморегуляції);

– *проактивному реагуванні в ситуаціях невизначеності* (активний пошук варіантів та ефективних способів вирішення ситуацій, ефективні стратегії

опанування, готовність активно впливати на умови середовища, досягати власних цілей та брати відповідальність за себе й своє життя).

**Рекомендації з проведення індивідуальної роботи** з проблемою неприйняття невизначеності, інтолерантного ставлення до неї.

Якщо говорити про проведення індивідуальної роботи, то в такому випадку доцільно застосовувати *техніки психологічної роботи в рамках когнітивно-поведінкової терапії*, як провідного сучасного методу психотерапевтичної допомоги (Вестбрук, 2014), які спрямовані на зниження тенденції до переживань, виявлення переживання за типами; виключення з поведінки захисних стратегій, зміну стратегії поведінки з «вирішення проблем у голові» на «вирішення проблем у реальності»; вироблення навичок вирішення проблеми та долання когнітивного уникнення.

Важливим аспектом індивідуальної роботи з проблемою неприйняття невизначеності є *робота із занепокоєнням*, виникнення якого пов'язане з інтолерантністю до невизначеності, що передбачає опрацювання особою усвідомлення переживань, через концентрування декілька разів на день на своїх переживаннях та фіксації їх у запису. Це дозволить в подальшому опрацювати записані переживання, поділивши їх на поточні проблеми, і переживання пов'язані з ними, а також на гіпотетичні проблеми, складнощі та переживання щодо них. Така робота надає можливість людині усвідомити, що спричинює занепокоєння – яка від нього користь, та які його негативні наслідки і, відповідно, помірковано зробити вибір – чи продовжувати виявляти безпідставне занепокоєння, чи вирішувати наявні проблеми.

В подальшому *робота з неприйняттям невизначеності* має бути спрямована на підвищення мотивації та готовності особистості до змін у ставленні до невизначеності.

Характерними особливостями сприйняття проблем особами, які не виносять невизначеність, виражено інтолерантні до неї, є сприйняття проблеми як загрози, виникнення сумнівів щодо своєї здатності вирішити її.

В такому разі важливо допомогти людині навчитись розпізнавати проблеми якомога раніше, дивитись на них як на неминучий компонент життя та сприймати проблему як можливість, а не як загрозу.

Однією з ефективних технік в роботі з інтолерантністю до невизначеності є майндфулнес, що означає бути усвідомленим, уважним і присутнім в моменті – стан, коли реальність сприймається без упереджень, з цікавістю і відкритістю. З основами практики майндфулнес можна ознайомитися в низці публікацій як зарубіжних, так і вітчизняних дослідників (Вільямс, 2021; Романчук, 2012; Kabat-Zinn, 2020; Keng et al., 2011 та ін.).

Застосування практики майндфулнес сприяє усвідомленню думок, емоцій та досвіду в кожному моменті за допомогою усвідомленого дихання, в результаті чого активується усвідомленість та прийняття існуючого моменту реальності, підвищується емоційна стійкість, знижується тривожність перед невизначеністю та підвищується рівень суб'єктивного благополуччя.

### **Висновки до розділу 3**

В результаті реалізації завдань аналітичного блоку емпіричного дослідження толерантності до невизначеності як психологічного ресурсу благополуччя студентської молоді отримано наступні результати:

1) За результатами аналізу відмінностей у вираженості компонентів та складових толерантності й інтолерантності до невизначеності студентської молоді різної статі та курсу навчально-професійної підготовки встановлено, що студенти чоловічої статі більше ніж жінки схильні розглядати будь-яку невизначену ситуацію як можливість вибору, набуття нового досвіду, усвідомлювати себе як суб'єкта власних дій та виявляють більшу впевненість в тому, що контролюють своє життя; вони більш об'єктивно оцінюють свої успіхи та невдачі, здатні більш активно і продуктивно діяти у невизначених ситуаціях, тоді як дівчата більш емоційно-тілесно реагують на ситуації невизначеності, виявляють більшу тривогу та напругу при зіткненні з невизначеними ситуаціями.

Відмінності між респондентами різного курсу навчально-професійної підготовки дають підстави говорити про те, що студенти-бакалаври 1-2 р./н. порівняно зі студентами 3-4 р./н. більше схильні розглядати будь-яку невизначену ситуацію як можливість вибору, набуття нового досвіду, виявляють більшу впевненість в тому, що контролюють своє життя; більш оптимістично оцінюють власні успіхи і невдачі і схильні очікувати успіху у майбутньому, тоді як студенти-бакалаври 3-4 р./н. більш емоційно-тілесно реагують на ситуації невизначеності, виявляють більшу тривогу та напругу при зіткненні з невизначеними ситуаціями, та виявляють більшу тривогу перед майбутнім. Натомість у магістрів порівняно зі студентами-бакалаврами 1-2 р./н. новизна ситуації викликає більшу зацікавленість та мотивує до пошуку шляхів її вирішення, тоді як студенти-бакалаври за відсутності досвіду при вирішенні таких ситуацій можуть відчувати тривогу.

2) Встановлено статистично значущі зв'язки між загальними показниками толерантності/інтолерантності до невизначеності та показниками суб'єктивного, психологічного та емоційного благополуччя, які свідчать про те, що *чим більше* проявленими є схильність студентської молоді сприймати себе суб'єктом власних дій, більш оптимістично оцінювати власні успіхи й невдачі та передбачати досягнення успіху у майбутньому, бачити наявність можливостей та здійснювати вибір в ситуаціях невизначеності, *тим більше вони відчують* задоволення на чуттєвому рівні та усвідомлення причетності до соціуму, як його частини, задоволеність від прикладених зусиль для досягання благополуччя, подієво смислової насиченості життя, впевненість у собі, задоволеність собою і тим, як відбуваються процеси власного життя. Натомість негативний зв'язок між загальним показником інтолерантності до невизначеності та показниками суб'єктивного, психологічного та емоційного благополуччя свідчить про те, що зі зростанням показника інтолерантності до невизначеності показники благополуччя знижуються.

3) Визначено змістовно-структурні компоненти суб'єктивного благополуччя студентської молоді як специфічний комплекс інтегральних

диспозицій суб'єктивного благополуччя: *«екзистенційно-діяльнісного благополуччя»* – як продукту усвідомлення власної суб'єктності у реалізації життєвих цілей; *«позитивного функціонування і розвитку»* – як результату реалізації основних компонентів позитивного особистісного функціонування; *«емоційного благополуччя»* – як відчуття задоволеності життям як таким, собою і тим, як відбуваються процеси власного життя.

4) Розкрито особливості вираженості цих інтегральних диспозицій у молоді різної статі, залежно від курсу навчально-професійної підготовки, напряму фахової підготовки та регіону навчання. За статтю відмінності виявлено за диспозиціями *«позитивного функціонування і розвитку»* та *«екзистенційно-діяльнісного благополуччя»*. Залежно від курсу навчально-професійної підготовки – відмінності виявлено за диспозицією *«емоційного суб'єктивного благополуччя»*; залежно від напряму фахової підготовки відмінності між майбутніми психологів, педагогами і менеджерами виявлено за диспозицією *«екзистенційно-діяльнісного благополуччя»*; залежно від регіону навчання відмінності встановлено за всіма інтегральними диспозиціями – *«екзистенційно-діяльнісного благополуччя»*, *«позитивного функціонування і розвитку»*, *«емоційного благополуччя»*.

5) Емпірично підтверджено толерантність до невизначеності в якості психологічного ресурсу суб'єктивного благополуччя студентської молоді – визначено характеристики толерантності до невизначеності, які детермінують високий рівень суб'єктивного благополуччя як системи інтегральних диспозицій та постають його психологічним ресурсом.

Основні положення цього розділу викладені у публікаціях автора:

**Korobka I.M.** (2024). Tolerance/intolerance to uncertainty and subjective well-being of student youth: empirical interpretations. *«Наукові інновації та передові технології»* (Серія «Управління та адміністрування», Серія «Право», Серія «Економіка», Серія «Психологія», Серія «Педагогіка»): журнал. 2024. № 8 (36).

C. 1504-1517. (Index Copernicus) DOI: [https://doi.org/10.52058/2786-5274-2024-8\(36\);  
https://doi.org/10.52058/2786-5274-2024-8\(36\)-1504-1517](https://doi.org/10.52058/2786-5274-2024-8(36);https://doi.org/10.52058/2786-5274-2024-8(36)-1504-1517)

**Korobka I.** (2024). Characteristics of tolerance to uncertainty as prognostic determinants of the subjective well-being of student youth in the conditions of war. *Сучасні аспекти модернізації науки: стан, проблеми, тенденції розвитку: матеріали XLVIII-ої Міжнар. науково-практ. конф.* (м. Констанца, Румунія) : ВАДНД, 07 вересня 2024 р., 141-144. DOI: [https://doi.org/10.52058/48;  
http://perspectives.pp.ua/public/site/conferency/conf-48.pdf](https://doi.org/10.52058/48;http://perspectives.pp.ua/public/site/conferency/conf-48.pdf)

## ВИСНОВКИ

У дисертаційній роботі представлено теоретичне узагальнення та наукове вирішення проблеми толерантності до невизначеності як психологічного ресурсу суб'єктивного благополуччя студентської молоді в умовах соціальної нестабільності й невизначеності внаслідок війни, розв'язаної РФ проти України. Теоретичні та емпіричні результати дослідження дозволяють зробити наступні висновки.

1) Як інтегральне соціально-психологічне утворення суб'єктивне благополуччя розглядається як емоційно-оцінне ставлення особи до власного життя, власної особистості, взаємостосунків з іншими людьми, що суб'єктивно виражається у задоволеності різними сторонами свого буття, життям загалом (суб'єктивне благополуччя), задоволеності собою, у домінуванні позитивних емоційних станів (емоційне благополуччя, як переживання щастя) та є основою для позитивного функціонування, досягнення автономії, розкриття свого потенціалу та самореалізації (психологічне благополуччя).

Фокусування на невизначеності як на особливому тлі суспільного життя, проблематизує окремі аспекти суб'єктивного благополуччя молоді та пошук психологічних ресурсів його підтримання. *Толерантність до невизначеності* в цьому контексті представлено як одну з ключових категорій, що охоплює різноманітне ставлення до невизначеності: від негативного – інтолерантного, до позитивного – толерантного; розглянуто її як властивість особистості на основі оцінок – від позитивних до негативних, та осмислення невизначеності – як множинності можливостей або загрози, емоційно (позитивно, нейтрально чи негативно) сприймати та поведінково реагувати на неї – здійснювати пошук інформації, приймати рішення чи уникати цього, уникати невизначеної ситуації чи змінювати її, що певним чином – позитивно чи негативно буде позначатися на суб'єктивному благополуччі як інтегральному соціально-психологічному утворенні.

2) За результатами емпіричного вивчення особливостей прояву толерантності й інтолерантності до невизначеності та суб'єктивного,



психологічного й емоційного благополуччя загалом по вибірці з'ясовано, що в невизначених ситуаціях молоді люди можуть відчувати тривогу, дещо обмежувати себе у кількості можливих виборів, зважаючи на ступінь складності і невизначеності ситуації, виявляють прагнення до безпечного, стабільного, передбачуваного світу без безладдя і хаосу. Водночас вони здатні помірковано й позитивно ставитися до нових ситуацій; досить відкриті до нового досвіду, готові до новизни та до вирішення складних завдань, здатні усвідомлювати себе як суб'єкта власних дій, розуміють, що можуть контролювати своє життя та певною мірою оптимістично оцінюють свої успіхи й невдачі. Такі результати дають підстави говорити про урівноваженість толерантного і інтолерантного ставлення до невизначеності досліджуваних представників студентської молоді, адже невизначеність представляє серйозний адаптивний виклик, що відповідно активує мотивацію молодих людей до утримання її на прийнятному рівні, особливо в сьогоденних складних умовах, пов'язаних з війною.

За результатами дослідження особливостей прояву суб'єктивного благополуччя студентської молоді встановлено, що незважаючи на складну ситуацію в країні життя молоді все ж насичене подіями і смислом, молоді люди здебільшого задоволені собою, виявляють впевненість у собі, вважають себе здатними впоратися із життєвими завданнями, знаходити і отримувати ресурси, зокрема у відносинах з іншими, та впливати на власне життя.

За суб'єктивною оцінкою невизначеності/визначеності сфер життя, більш невизначеними для студентської молоді є економічна, політична та екологічна сфери життя, що, на нашу думку, відображає дійсну ситуацію в країні в умовах війни. Водночас найбільш визначеними для студентської молоді є сфери міжособистісних відносин, навчання, власного благополуччя та майбутнього. Встановлено, що чим більш визначеними є такі сфери, як сфера освіти та система охорони здоров'я в країні, а також сфери навчання, міжособистісних відносин, власного добробуту та майбутнього, тим вищий рівень суб'єктивного, психологічного та емоційного благополуччя студентської молоді.

3) Встановлено особливості вираженості толерантності/інтолерантності до невизначеності студентської молоді різної статі та курсу навчально-професійної підготовки. Студенти чоловічої статі більше ніж жінки схильні розглядати будь-яку невизначену ситуацію як можливість вибору, набуття нового досвіду, усвідомлювати себе як суб'єкта власних дій та виявляють більшу впевненість в тому, що контролюють своє життя. Молоді чоловіки більш об'єктивно оцінюють свої успіхи та невдачі, здатні більш активно і продуктивно діяти у невизначених ситуаціях, тоді як молоді жінки виявляють більшу тривогу та напругу при зіткненні з невизначеними ситуаціями.

Студенти-бакалаври 1-2 р./н. порівняно зі студентами 3-4 р./н. більше схильні розглядати будь-яку невизначену ситуацію як можливість вибору, набуття нового досвіду, виявляють більшу впевненість в тому, що контролюють своє життя, більш оптимістично оцінюють власні успіхи і невдачі і схильні очікувати успіху у майбутньому, тоді як студенти-бакалаври 3-4 р./н. виявляють більшу тривогу та напругу при зіткненні з невизначеними ситуаціями та більшу тривогу перед майбутнім. У магістрів порівняно зі студентами-бакалаврами 1-2 р./н. новизна ситуації викликає більшу зацікавленість та мотивує до пошуку шляхів її вирішення. Натомість студенти-бакалаври 1-2 р./н за відсутності досвіду при вирішенні таких ситуацій можуть відчувати тривогу.

Статистично значущі позитивні зв'язки між показниками толерантності/інтолерантності до невизначеності та показниками благополуччя свідчать про те, що *чим більші* проявленіми є схильність студентської молоді сприймати себе суб'єктом власних дій, більш оптимістично оцінювати власні успіхи й невдачі та передбачати досягнення успіху у майбутньому, бачити наявність можливостей та здійснювати вибір в ситуаціях невизначеності, *тим більше* вони відчують задоволення на чуттєвому рівні та усвідомлення причетності до соціуму як його частини, задоволеність від прикладених зусиль для досягання благополуччя, подієво смислової насиченості життя, впевненість у собі, задоволеність собою і життям. Натомість обернений зв'язок між інтолерантністю до невизначеності та компонентами благополуччя свідчить про

те, що зі зростанням інтолерантності до невизначеності показники благополуччя знижуються.

4) Визначено змістовно-структурні компоненти суб'єктивного благополуччя студентської молоді як специфічний комплекс інтегральних диспозицій: *«екзистенційно-діяльнісного благополуччя»* – як продукту усвідомлення власної суб'єктності у реалізації життєвих цілей; *«позитивного функціонування і розвитку»* – як результату реалізації основних компонентів позитивного особистісного функціонування; *«емоційного благополуччя»* – як відчуття задоволеності життям як таким, собою і тим, як відбуваються процеси власного життя.

Розкрито особливості вираженості інтегральних диспозицій у молоді різної статі та залежно від курсу навчально-професійної підготовки, напряму фахової підготовки та регіону навчання.

За *статтю* відмінності виявлено за диспозиціями *«позитивного функціонування і розвитку»* та *«екзистенційно-діяльнісного благополуччя»*; залежно від *курсу навчально-професійної підготовки* – за диспозицією *«емоційного суб'єктивного благополуччя»*; залежно від *напряму фахової підготовки* – за всіма інтегральними диспозиціями.

Змістовний аналіз цих відмінностей свідчить про те, що у молодих людей чоловічої статі у порівнянні з жіночою частиною випробуваних, спостерігається достовірно вищий ступінь вираженості відчуття психологічного благополуччя, пов'язаного з реалізацією фундаментальних життєвих можливостей. Вони виявляють більшу потребу в незалежності, здатність протистояти соціальному тиску, орієнтуватися під час ухвалення важливих рішень на власні знання та можливості, регулювати поведінку та оцінювати себе, ґрунтуючись на власних стандартах; демонструють більш виражений намір і прагнення опановувати новий життєвий досвід. Натомість у молоді жіночої статі більш значимим є відчуття суб'єктивного благополуччя в аспекті задоволення або реалізації її базових потреб – у безпеці, прийнятних житлових умовах, доході та екологічних умовах проживання; більш вираженою є потреба внутрішньо узгоджувати і

приводити у відповідність принципи, вчинки власного життя із загальноприйнятими у даному суспільстві принципами, нормами, вимогами та моральними цінностями.

Молодь, яка перебуває на завершальному етапі бакалаврської підготовки, порівняно з бакалаврами 1-2 року навчання і магістрами, найбільш повно переживає емоційне благополуччя як щастя, відчуття задоволеності життям, собою і тим, як відбуваються процеси власного життя, вважають, що життя загалом та оточуючий світ варті, щоб до них ставитися з інтересом і прихильністю, вважають себе здатними контролювати різні аспекти власного життя.

У майбутніх психологів у порівнянні з майбутніми педагогами і менеджерами спостерігається достовірно вищий рівень вираженості суб'єктивного благополуччя як інтегрального почуття, яке змістовно визначається ступенем реалізації та задоволення широкого спектру їх фундаментальних життєвих потреб і прагнень, усвідомлення власної суб'єктності у реалізації життєвих цілей; вони виявляють більш виражене відчуття задоволення від реалізації базових життєвих потреб та прагнень через вияв таких його суб'єктивних індикаторів як радість, оптимізм, хороший настрій, наснага тощо.

У студентської молоді, яка навчається у закладах вищої освіти *північно-західного регіону*, відчуття суб'єктивного благополуччя в більшій мірі, ніж у молодих людей з інших регіонів, особливо – з *північного сходу* нашої держави, визначається ступенем реалізації, задоволення широкого спектру фундаментальних життєвих потреб і прагнень.

Здобувачі вищої освіти *західного регіону* в більшій мірі ніж студентів, які навчаються у *столиці* нашої держави, демонструють вищий ступінь вираженості відчуття психологічного благополуччя, пов'язаного з реалізацією фундаментальних життєвих можливостей, демонструють значно вищий ступінь вираженості потреби у рефлексії особистісного зростання та самовдосконалення; загальної зацікавленості життям як таким, виражений намір і прагнення

опановувати новий життєвий досвід та найповніше реалізовувати власний особистісний потенціал.

Студенти закладів вищої освіти *північно-західного регіону* порівняно зі студентами з *північно-східного та східного* регіонів характеризується достовірно вищим рівнем задоволеності собою і тим, як відбуваються процеси їхнього життя, виявляють більшу схильність розцінювати позитивні емоції повсякдення як наслідок щасливого життя, відчуття передбачуваності та прогнозованості різних аспектів життя, впевненості і спокою за нього.

На відміну від студентів закладів вищої освіти *північно-східного і східного* регіонів України, для студентської молоді *північно-західного її регіону* властивою є суб'єктивна переконаність у безпечності оточуючого світу та в можливості впливати на власне життя.

5) *Емпірично підтверджено* толерантність до невизначеності як психологічний ресурс суб'єктивного благополуччя студентської молоді – визначено характеристики толерантності до невизначеності, які детермінують високий рівень суб'єктивного благополуччя та постають його психологічним ресурсом. В якості прогностичних детермінант встановлено такі характеристики толерантності до невизначеності:

- надання переваги невизначеності, позитивне ставлення до невизначених ситуацій, до складних завдань, толерантність до невизначеності, низький рівень гнітючої тривоги та загальної інтолерантності до невизначеності для диспозиції *«екзистенційно-діяльнісного благополуччя»*;

- відкритість до невизначеності та її прийняття, позитивне ставлення до невизначених ситуацій та складних завдань, надання переваги невизначеності, позитивне ставлення та цікавість до новизни, адекватне сприйняття нерозв'язності ситуації та спроба знайти шляхи виходу з неї, або ж прийняти її як даність для диспозиції *«емоційного благополуччя»*;

- позитивне ставлення до невизначених ситуацій та складних завдань, відкритість до невизначеності та її прийняття, надання переваги невизначеності, сприйняття складності ситуації як поштовху до розкриття внутрішніх ресурсів,

до саморозвитку, адекватне сприйняття нерозв'язності ситуації, низький рівень гнітючої тривоги та загальної інтолерантності до невизначеності для диспозиції *«позитивного функціонування і розвитку»*.

Сутність толерантності до невизначеності як психологічного ресурсу суб'єктивного благополуччя молоді, особливо в сучасних реаліях життя, полягає у схильності молоді оцінювати невизначеність як множинності можливостей та вибору; сприймати невизначені, непередбачувані, й неструктуровані ситуації як виклик; виявляти позитивне чи хоча б нейтральне переживання та здатність до проактивної поведінки в ситуаціях невизначеності – здійснювати активний пошук варіантів та ефективних способів вирішення ситуації, виявляти готовність активно впливати на умови середовища, брати відповідальність за себе й своє життя.

Результати дослідження дали підстави для вироблення рекомендацій з організації інтерактивної групової та індивідуальної психологічної роботи з молоддю щодо усвідомлення та активізації ресурсності толерантності до невизначеності у підтриманні їхнього суб'єктивного благополуччя в умовах сьогодення.

## ЛІТЕРАТУРА

Барко, В. І., Остапович, В. П. (2019). Українськомовна адаптація опитувальника Баднера для використання в Національній поліції. *Psychological Journal*, 5 (8), 249-263. <https://www.researchgate.net/deref/https%3A%2F%2Fdoi.org%2F10.31108%2F1.2019.5.8.16>

Бевз, Г. М., Каніболоцька М. С. (Ред.). (2022). *Психологічні ресурси взаємодії школи, сім'ї, громади : практичний посібник*. Ін-т соціальної та політичної психології НАПН України. Кропивницький : Імекс-ЛТД, 2022. 106 с.

Бодров, В. А. (2006). Проблема преодоления стресса [Текст]: Ч. 2: Процессы и ресурсы преодоления стресса. *Психологический журнал*. 27 (2), 113 – 123.

Бойчук, С. С. (2021). Комплексне дослідження готовності до змін та толерантності до невизначеності у поліцейських КОРД із різним рівнем життєздатності. *Право і безпека*, 82 (3), 58-69. <https://doi.org/10.32631/pb.2021.3.06>

Бончук, Н. В. (2016). Суб'єктивне розуміння щастя сучасною молоддю та підлітками. *«Молодий вчений»*. 5(32), 542-548.

Бююль, А., Цёфель, П. (2002). *SPSS: искусство обработки информации: анализ статистических данных и восстановление скрытых закономерностей*: пер. с нем. СПб.: ООО «ДиаСофтЮГ». 608 с.

Ващенко, І. В., Іваненко, Б. Б. (2018). Психологічні ресурси особистості в подоланні складних життєвих ситуацій. *Проблеми сучасної психології. Збірник наукових праць К-ПНУ імені Івана Огієнка, Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України*. 40, 33–49.

Верник, О.Л. (2019). Сучасні підходи до проблеми благополуччя в психології: екопсихологічний аспект. *Благополуччя особистості vs благополуччя середовища антиномія сучасного способу життя.: матер. наук.-практ. круглого столу (21 квітня 2019 року, Київ)*. Інститут психології імені Г.С. Костюка НАПН України, 5-8

Вестбрук, Д., Кеннерлі, Г., Кірк, Дж. (2014). *Вступ у когнітивно-поведінкову терапію*. Львів: Свічадо. 210 с.

Вільямс, М., Пенам, Д. (2021). *Усвідомленість. Як знайти гармонію в нашому шаленому світі*. Харків. 256 с.

Волинець, Н. (2018). Психологічний аналіз переживання психологічного благополуччя особистістю. *Психологічні перспективи*. 31, 22–44.

Володарська Н. Д. (2024). Розгляд копінг-стратегій як фактор розвитку внутрішніх ресурсів студентів в умовах війни. *Наукові інновації та передові технології (Серія «Психологія»)*. 2024. 4(32), 1269-1283. [https://doi.org/10.52058/2786-5274-2024-4\(32\)-1269-1282](https://doi.org/10.52058/2786-5274-2024-4(32)-1269-1282)

Галецька, І., Сосновський, Т. (2006). *Психологія здоров'я: теорія і практика*. Львів: Видавничий центр Львівського національного університету імені Івана Франка. 338 с.

Горбаль, І. С. (2016). Соціально-психологічні чинники суб'єктивного благополуччя пенсіонерів: дис.... канд. психол. наук: 19.00.05. Ін-т соціальної та політичної психології НАПН України. Київ. 204 с.

Громова, Г. М. (2020). Методики дослідження зв'язків інтолерантності до невизначеності з наслідками травматичного життєвого досвіду. *Наукові студії із соціальної та політичної психології*. 45 (48), 88-99.

Громова, Г. М. (2022). Толерантність до невизначеності як чинник трансформації травматичного досвіду особистості: дис... доктора філософії за спец. 053 – Психологія. Ін-т соціальної та політичної психології НАПН України, Київ. 208 с.

Грузінова, К. М. (2023). Світогляд особистості як чинник її психологічного благополуччя: дис... доктора філософії за спец. 053 – Психологія. Київський національний університет імені Тараса Шевченка, Київ. 278 с.

Гудвин, Дж. (2004). *Исследование в психологии: методы и планирование*. СПб.: Питер, 558 с.



Гусєв, А. І. (2015). Розвиток толерантності до невизначеності у студентів-психологів. *Актуальні проблеми психології. Т.12. Психологія творчості*. 21, 105-114.

Гусєв, А. І. (2009). Толерантність до невизначеності як чинник розвитку ідентичності особистості: Автореф. дис. ... канд. психол. наук. 19.00.01. Одеса. 21 с.

Данильченко, Т. В. (2016). *Суб'єктивне соціальне благополуччя: психологічний вимір*: монографія. Київ. нац. ун-т ім. Тараса Шевченка. Чернігів : Десна Поліграф. 543 с.

Довгань Н. О. Надзвичайні ситуації і психологічне благополуччя: індикатори стану. *Проблеми політичної психології*, 2022. Випуск 26 (1). URL: <https://doi.org/10.33120/popp-Vol26-Year2022-116>

Духневич, В. М. (2002). Психологічне благополуччя професіонала як умова його ефективної діяльності (на прикладі професії психолога): автореф. дис... канд. психол. наук: 19.00.01; Київський національний ун-т ім. Тараса Шевченка. 22 с.

Завацький, Ю. (2022). Психологічні особливості суб'єктивного благополуччя особистості: матримоніальний вимір. *Психологія особистості : науковий теоретико-методологічний і прикладний психологічний журнал*. 12.(1), 35–41. doi: 10.15330/ps.12.1.35-41

Зинченко, В. П. (2007). Толерантность к неопределенности: новость или психологическая традиция? *Вопросы психологии*. 6, 3-20.

Іваннікова, Г. В. (2021). Особистісні ресурси психологічного благополуччя студентів з інвалідністю. *Дис....канд. психол. наук за спец. 19.00.01*. Відкритий міжнародний університет розвитку людини «Україна». Ін-т психології імені Г.С. Костюка НАПН України. 248 с.

Каніболоцька М. С. (2014). Соціально-психологічні особливості ставлення до здоров'я молоді з різним економічним статусом : *автореф. дис. ...канд. психол. наук за спец. 19.00.05*. Інститут соціальної та політичної психології НАПН України. Київ, 18 с.

Капська, А. Й. (2012). Підготовка конкурентоспроможних випускників ВНЗ у контексті забезпечення їх соціальної мобільності. *Науковий часопис НПУ імені П.М. Драгоманова. Серія 11. Соціальна робота. Соціальна педагогіка: зб. наук. праць*. 14. ч. I, 122–128.

Карамушка, Л. М. (2023). Психічне здоров'я персоналу організацій в умовах війни : Навч.-методичний посібник. К.: Інститут психології імені Г.С. Костюка НАПН України. 124 с.

Каргіна, Н. В. (2015). Основні підходи до вивчення психологічного благополуччя особистості: теоретичний аспект. *Наука і освіта*. 3, 48-55.

Карпенко, З. С., Гуляс, І. А. (2020). Аксіопсихологічне проектування життєздійснення особистості: від обґрунтування до діагностики. *Актуальні питання теорії та практики психолого-педагогічної підготовки майбутніх фахівців : тези доповідей VIII Всеукраїнської науково-практичної конференції, (Хмельницький, 9–10 квітня 2020)*, 44–45.

Карсаканова, С. В. (2011). Опитувальник “Шкали психологічного благополуччя” К. Ріфф: процес та результати адаптації. *Практична психологія та соціальна робота*. 1, 1–10.

Клепікова, О. В. (2021). Особистісне благополуччя як чинник професійного становлення майбутніх психологів: дис... доктора філософії за спеціальністю 053 – Психологія. Київський університет імені Бориса Грінченка, Київ. 217с.

Клепікова, О. В. (2021). Характерологічні особливості толерантності до невизначеності у системі особистісного благополуччя студентів-психологів. *Науковий вісник Херсонського державного університету. Серія Психологічні науки*. 3, 13-20.

Ковальчук, З. Я., Шевченко О. Л. (2023). Особистісна рефлексія як маркер емоційного благополуччя лідера різних соціокультурних середовищ: поведінкові стратегії в умовах кризового суспільства. *Науковий вісник Львівського державного ун-ту внутрішніх справ (серія психологічна)*. 2, 41-48.  
<https://doi.org/10.32782/2311-8458/2023-2-6>

Кологрівова, Е. І. (2008). Функції особистісних прагнень в переживанні молодого людиною суб'єктивного благополуччя : *автореф. дис. ... канд. психол. наук* : 19.00.05. Київ. 23 с.

Корнилова, Т. В. (2010). Новый опросник толерантности к неопределенности. *Психологический журнал*. 31 (1), 74–86.

Коробка, І. М. (2021) До проблеми суб'єктивного благополуччя молоді в умовах невизначеності. *Соціально-психологічні технології розвитку особистості* : зб. наук. праць за матер. VI Міжнар. науково-практ. конф. молодих вчених, аспірантів та студентів (м. Херсон, 22 квітня 2021 р.). Херсон, 189-192. <http://ekhsuir.kspu.edu/handle/123456789/13791> <http://ekhsuir.kspu.edu/discover>

Коробка, І. М. (2021). До проблеми суб'єктивного благополуччя сучасної молоді та психологічних ресурсів його підтримання. *Інтеграційні можливості сучасної психології та шляхи її розвитку. Матер. V Всеукр. науково-практ. конф. (з міжнар. участю) (21-22 жовтня 2021 року, м. Запоріжжя)*. Запоріжжя : ЗНУ. 46-47.

Коробка, І. М. (2022). Суб'єктивне благополуччя: теоретичні інтерпретації, чинники й ресурси підтримання. *Науковий вісник ХДУ. Серія Психологічні науки*. 2, 85-93. <http://pj.journal.kspu.edu/index.php/pj/article/view/1275>

Коробка, І. М. (2022). Ресурсність толерантності до невизначеності у підтриманні суб'єктивного благополуччя: теоретичні розвідки. *Габітус*. 41, 245-250. <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2022.41.43>; [http://habitus.od.ua/journals/2022/41-2022/41\\_2022.pdf](http://habitus.od.ua/journals/2022/41-2022/41_2022.pdf)

Коробка, І. М. (2023). Психологічне благополуччя студентської молоді в умовах війни: емпіричні розвідки. *Інтеграційні можливості сучасної психології та шляхи розвитку. Матер. VII Всеукр. науково-практ. конф. (м. Запоріжжя, 27-28 жовтня 2023 р.)* Запоріжжя : ЗНУ, 24-25.

Коробка, Ілля (2023). Особливості впливу толерантності/інтолерантності до невизначеності на суб'єктивне благополуччя студентської молоді. *Věda a perspektivy*, 10 (29), 230-246. [https://doi.org/10.52058/2695-1592-2023-10\(29\)-230-246](https://doi.org/10.52058/2695-1592-2023-10(29)-230-246); DOI: [https://doi.org/10.52058/2695-1592-2023-10\(29\)](https://doi.org/10.52058/2695-1592-2023-10(29))

Korobka, I. M. (2024). Tolerance/intolerance to uncertainty and subjective well-being of student youth: empirical interpretations. *«Наукові інновації та передові технології» (Серія «Управління та адміністрування», Серія «Право», Серія «Економіка», Серія «Психологія», Серія «Педагогіка»): журнал.* 2024. № 8 (36), 1504-1517. DOI: [https://doi.org/10.52058/2786-5274-2024-8\(36\);](https://doi.org/10.52058/2786-5274-2024-8(36);) [https://doi.org/10.52058/2786-5274-2024-8\(36\)-1504-1517](https://doi.org/10.52058/2786-5274-2024-8(36)-1504-1517)

Korobka, I. (2024). Characteristics of tolerance to uncertainty as prognostic determinants of the subjective well-being of student youth in the conditions of war. *Сучасні аспекти модернізації науки: стан, проблеми, тенденції розвитку: матеріали XLVIII-ої Міжнар. науково-практ. конф. (м. Констанца, Румунія) : ВАДНД, 07 вересня 2024 р., 141-144.* DOI: <https://doi.org/10.52058/48;http://perspectives.pp.ua/public/site/conferency/conf-48.pdf>

Коробка, І. М. (2024). Особливості вираженості диспозицій суб'єктивного благополуччя студентської молоді в умовах війни. *Інтеграційні можливості сучасної психології та шляхи розвитку. Матер. VIII Всеукр. науково-практ. конф. (м. Запоріжжя, 24-25 жовтня 2024 р.)* Запоріжжя : ЗНУ.

Коструба, Н., Поліщук, З. (2022). Психологічне благополуччя студентів у період війни: емпіричний аналіз. *Психологічні перспективи*, 40, 51-61. <https://doi.org/10.29038/2227-1376-2022-40-kos>

Кравчук, С. (2018). Особливості психологічної пружності та життєстійкості особистості як чинників запобігання негативним наслідкам воєнного конфлікту. *Психологічні виміри культури, економіки, управління: Науковий журнал.* XI, 156-164.

Кузікова, С. Б. (2018). Толерантність до невизначеності: теоретико-емпіричні розвідки. *Науковий вісник Херсонського державного університету. Серія «Психологічні науки»*, 1(3), С.67-72

Курова А. В. (2015). Задоволеність життям та суб'єктивне благополуччя особистості. *Вісник ОНУ ім. І. І. Мечникова. Психологія.* 2 (36). Ч. 1, 98-104.

Курова, А. В. (2013). Суб'єктивне благополуччя як складова частина задоволеності життям. *Вісник Одеського національного університету. Серія «Психологія»*. 18 (23), 158-164.

Лазоренко, Б. П. (2015). Психотравма як ресурс соціально-психологічної реабілітації проблемної молоді, яка переживає наслідки повоєнної психотравматизації. *Актуальні проблеми соціології, психології, педагогіки : зб. наук. праць*. КНУ ім. Т. Шевченка, 4(29), 110-115.

Ламаш, І. В., Селюкова, Т. В. (2013). Психологічні особливості працівників ДСНСУ з різним рівнем толерантності до невизначеності. *Проблеми екстремальної та кризової психології. Збірник наукових праць*. 13, 155–169.

Ларіна, Т. О. (2017). Модель соціально-психологічних ресурсів життєздатності особистості в структурі психологічного благополуччя людини. *Ракурси психологічного благополуччя особистості: збірник тез доповідей всеукраїнського науково-практичного семінару "Ракурси психологічного благополуччя особистості" (9 червня 2017 р., Ніжин)*. Ніжин : НДУ ім. М. Гоголя, 85-90.

Леонтьев, Д. А. Саморегуляция, ресурсы и личностный потенциал. *Сибирский психологический журнал*, 2016. 62, 18–37.

Литвин, С. В. (2019). Толерантність до невизначеності як психологічний конструкт. *Psychological journal*. 1 (21), 90-107. URL: <https://apsijournal.com/index.php/psyjournal/issue/view/21>

Луковицкая, Е. Г. (1998). Социально-психологическое значение толерантности к неопределенности: автореф. дис. на соискание учен. степ. канд. психол. наук. СПб., 36 с

Лушин, П. В. (2016). Неопределенность, которую не толерируют. *Теория и практика психотерапии*. 5 (3), 2-6.

Лютак, О., Федик, О. (2019). Щастя як соціально-психологічний феномен. *Збірник наукових праць: психологія*. ДВНЗ «Прикарпатський національний університет імені Василя Стефаника». 24, 68–76 <http://journals.pnu.edu.ua/index.php/psp>.

Мельник, Ю. В. (2020). Психологічні стратегії життєдіяльності в умовах ситуаційної невизначеності: *дис...канд. психол. наук. за спец. 19.00.01*. Інститут психології імені Г.С. Костюка НАПН України, Київ. 312 с.

Милославська, О. В., Гуляєва, О. В., Сапьян, Є. О. (2020). Особливості толерантності до невизначеності працюючих студентів. *Вісник Харківського національного університету імені В. Н. Каразіна. Серія «Психологія», 69, 16-22.*

Мирончак, К. В. (2017). Відчуття самоєфективності як психологічний ресурс особистості. *Ракурси психологічного благополуччя особистості: зб. тез доповідей всеукр. наук.-практ. семінару "Ракурси психологічного благополуччя особистості"(9 червня 2017 р., м. Ніжин)*. Ніжин : НДУ ім. М. Гоголя, 99-103.

Мілютіна, К. Л., & Сарри, Л. Л. (2021). Чинники суб'єктивного благополуччя особистості в умовах карантинних обмежень. *Науковий вісник Ужгородського національного університету. Серія: Психологія, (3), 24-28.*  
<https://doi.org/10.32782/psy-visnyk/2021.3.5>

Наследов, А. Д. (2004). Математические методы психологического исследования: анализ и интерпретация данных. СПб.: Речь. 392 с.

Ніздрень, О. А. (2017). Соціальний капітал як чинник підтримання психологічного здоров'я осіб з низьким економічним статусом: *автореф. дис....канд. психол. наук за спец. 19.00.05*. Ін-т соц. та політ. психол. НАПН України. Київ, 20 с.

Носенко, Е., Шаповал, М. (2002). *Толерантність до невизначеності як системоутворювальний особистісний чинник творчої обдарованості. Психологія і суспільство. 1 (7), 97-106*

Олександров, Ю. М. (2010). Саморегуляція як чинник психологічного благополуччя студентської молоді : *автореф. дис. канд. психол. наук. : спец. 19.00.01*. Харків, 23 с.

Олефір, В. О. (2016). Психологія саморегуляції суб'єкта діяльності : *автореф. дис. ... д-ра психол. наук за спец. 19.00.01*. Харків, 28 с.

Осин, Е. Н. (2010). Факторная структура русскоязычной версии шкалы общей толерантности к неопределенности Д. Маклейна. *Психологическая диагностика*. 2, 65-86.

Отич, Д., Чабан, І. (2022). Психологічні особливості суб'єктивного благополуччя осіб дорослого віку. *Науковий часопис НПУ імені М. П. Драгоманова. Серія 12. Психологічні науки*. 18 (63), 32-42.

Павленко, Г. В. (2020). Особистісні диспозиції як ресурс психологічного благополуччя в умовах невизначеності: дис....доктора філософії за спец. 053 – *Психологія*. Харківський нац. ун-т імені В. Н. Каразіна, Харків. 289 с.

Павлюк, Т. І. (2020). Стан та проблеми працевлаштування молоді в Україні. *Ефективна економіка*. 12. URL: <http://www.economy.nayka.com.ua/?op=1&z=8432>

Пахоль, Б. Є. (2017). Суб'єктивне та психологічне благополуччя: сучасні і класичні підходи, моделі та чинники. *Український психологічний журнал*. 1, 80-104. URL: [http://nbuv.gov.ua/UJRN/ukpsj\\_2017\\_1\\_9](http://nbuv.gov.ua/UJRN/ukpsj_2017_1_9)

Перегончук, Н. В. (2016). Ситуація невизначеності перехідного періоду розвитку суспільства як психологічна умова формування професійної компетентності майбутнього психолога. *ScienceRise*. 3(1), 41-45. URL: [http://nbuv.gov.ua/UJRN/texc\\_2016\\_3%281%29\\_9](http://nbuv.gov.ua/UJRN/texc_2016_3%281%29_9)

Позняк, С. (2023). Семантичні координати економічних орієнтацій молоді. *Проблеми політичної психології*, 14(28), 135-146. <https://doi.org/10.33120/popp-Vol14-Year2023-144>

Пригожин И. Человек перед лицом неопределенности: пер. с франц. – Москва-Ижевск: Ин-т компьютер. исследований, 2003. 304 с.

Рагулина, М. В. (2017). Феномен эмоционального благополучия личности: содержание, диагностика, консультирование: монография. Хабаровск, Изд-во: Тихоокеанский гос.ун-т. 116 с.

Ревенко, С. П. (2020). Соціально-психологічні умови становлення зрілої ідентичності студентської молоді. *Дис...канд. психол. наук за спец. 19.00.05*.



Східноукраїнський національний університет імені Володимира Даля МОН України. 286 с.

Романчук, О. І. (2012). Майндфулнес-орієнтована КПТ – новий ефективний метод попередження рецидиву депресії. *НейроNews*. 3, 40–45.

Савченко, О., & Калюк, О. (2021). Структура суб'єктивного благополуччя студентів. *Організаційна психологія. Економічна психологія*, (4 (24), 61-67. <https://doi.org/10.31108/2.2021.4.24.8>

Саннікова, О. П., Санніков, О. І. (2020). Толерантність до невизначеності як предиктор прийняття рішень особистістю *Вісник післядипломної освіти. «Серія «Соціальні та поведінкові науки»*. 12 (41), 98-123.

Семиченко, В., Артющина, К. (2019). Проблема невизначеності у теорії та практиці вищої школи. *Вісник Національного авіаційного університету. Серія: Педагогіка. Психологія: зб. наук. пр.* К.: Національний авіаційний університет. 2(15), 141-152.

Семків, І. І. (2012). Суб'єктивне благополуччя як психологічна винагорода за проявлену соціальну активність. *Науковий часопис НПУ імені М.П. Драгоманова. Серія 12: Психологічні науки*. 37, 234-237.

Сердюк, Л. З. (Ред.). (2021). *Самодетермінація психологічного благополуччя особистості: монографія*. Київ – Львів : Видавець Вікторія Кундельська, 236 с.

Сердюк, Л. З. (2017). Структура та функція психологічного благополуччя особистості. *Актуальні проблеми психології: зб. наук. праць Ін-ту психології імені Г. С. Костюка НАПН України. Том V: Психофізіологія. Психологія праці. Експериментальна психологія*. 17, 124–133.

Сокурянська, Л. Г. (2007). Ціннісна детермінація становлення соціальної суб'єктності студентства в умовах соціокультурної трансформації: *автореф. дис.....доктора соціологічних наук*. Харківський національний університет імені В.Н. Каразіна, Харків. 38 с.

Стояцька, Г. (2022). Характерологічні прояви толерантності до невизначеності у осіб, які працюють з Custody records. *Психологічні перспективи*, 39, 341–354.



Татенко, В. (2017). *Методологія суб'єктно-вчинкового підходу: соціально-психологічний вимір* : монографія. К. : Міленіум. 184 с.

Титаренко, Т. М. (2018). *Психологічне здоров'я особистості: засоби самопомоги в умовах тривалої травматизації* : монографія. Ін-т соціал. та політ. психології НАПН УКраїни. Кропивницький : Імекс-ЛТД. 160 с.

Титаренко, Тетяна (2017). Щастя як особистісна реалія: переживання, рефлексування, конструювання. *Психологія особистості*. ДВНЗ «Прикарпатський національний університет імені Василя Стефаника». 1 (8), 83-89. <https://journals.pnu.edu.ua/index.php/po/article/view/3127/3563>

Тілікіна, Н. (2017). Мобільність та міграційні настрої молоді. *Молодь України*. (результати соціологічного дослідження), 32–41.

Харченко, А. С., Гончарова Н. О. (2017). Особливості психологічного благополуччя студентів з різним типом спрямованості. *Психологія і особистість*. 2(12), 186–194.

Хілько, С. О. (2015). Модель формування толерантності до невизначеності у майбутніх психологів. *Вісник післядипломної освіти : зб. наук. пр. Ун-т менедж. освіти НАПН України*. 15 (28), 254–263.

Хілько, С. О. (2018). Психологічні умови формування толерантності до невизначеності у майбутніх психологів : автореф. дис. на здоб. наук. ступеня канд. психол. наук : спец. 19.00.07; НАПН України, Ін-т пед. освіти і освіти дорослих. Київ, 22 с.

Холодная М. А. (2004). *Когнитивные стили. О природе индивидуального ума*. 2-е изд. СПб.: Питер, 2004.

Хоменко, Є. Г. (2023). Психологічне благополуччя студентської молоді у військовий час. *Габітус*, 51, 121-125.

Черевичний, С. В. (2021). Розробка та зміст комплексної тренінгової програми «розвиток толерантності до невизначеності при прийнятті рішення командиром в умовах невизначеності». *Вісник Національного університету оборони України*. 5(63). 125-133.

Шамяонов Р. М. (2004). Психология субъективного благополучия личности. Саратов: Изд-во Саратов. ун-та, 2004. 180 с.

Шамяонов, Р. М., Бескова, Т. В. (2018). Методика диагностики субъективного благополучия личности. *Психологические исследования*. 11(60). DOI: [10.54359/ps.v11i60.277](https://doi.org/10.54359/ps.v11i60.277)

Шамич, О. М. (2019). Психологічні фактори суб'єктивного благополуччя паралімпійців. *Актуальні проблеми психології: Зб. наук. пр. Ін-ту психології ім. Г. С. Костюка НАПН України*. 6(15), 376–384.

Шамне, А. В. (2014). Суб'єктивне благополуччя як компонент психосоціального розвитку різних вікових, гендерних та соціальних груп сучасної молоді України. *Технології розвитку інтелекту*. 1 (7). URL: [http://psytir.org.ua/index.php/technologyintellect\\_develop/article/view/138](http://psytir.org.ua/index.php/technologyintellect_develop/article/view/138).

Шишко, Н. С. (2020). Соціальні інтернет-практики як чинник психологічного благополуччя старшокласників. *Дис... канд. психол. н., спец. 19.00.05*. Інститут соціальної та політичної психології НАПН України. Київ. 223 с.

Штепа, О. С. (2013). Особливості зв'язку психологічної та персональної ресурсності особистості. *Проблеми сучасної психології. Збірник наукових праць К-ПНУ імені Івана Огієнка, Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України*. 21, 782-791.

Юрчинська, Г. К., Грузинова, К. М. (2020). Особливості взаємозв'язку базових переконань із психологічним благополуччям особистості в період карантинних обмежень. *Теоретичні і прикладні проблеми психології*, №3(53) Том 2, 172-197. DOI: <https://doi.org/10.33216/2219-2654-2020-53-3-2-172-197>

Ющенко, І. М. (2017). Толерантність до невизначеності як чинник психологічного благополуччя студентів-випускників вищих навчальних закладів. *Науковий вісник Херсонського державного університету. Серія "Психологічні науки"*. 4 (1), 123-128.

Яворовська, Л. М. Хафізова, Г. С. (2011). Теоретичні підходи до психологічного благополуччя особистості. *Вісник Харківського національного університету імені В.Н. Каразіна*. Серія Психологія. 48 (985), 46-49.

Яворська, Л. М. Філоненко, Г. С. (2014). Фактори становлення психологічного благополуччя особистості. *Наука і освіта*. 12, 216–220.

Adorno, T. W., Frenkel-Brunswik, E., Levinson, D.J., Stanford, R.N. (1950). *The authoritarian personality*. N. Y.: Harper & Row, 990 p.

Antonovsky, A. (1996). The salutogenic model as a theory to guide health promotion. *Health Promotion International*. 11 (1), 11–18. <https://doi.org/10.1093/heapro/11.1.11>

Argyle, M. (2001). *The Psychology of Happiness* (2nd ed.). Routledge. <https://doi.org/10.4324/9781315812212>.

Arslan, G. & Renshaw, T. L. (2018) Student subjective wellbeing as a predictor of adolescent problem behaviors: A comparison of first-order and second-order factor effects. *Child Indicators Research*, 11(2), 507–521. <https://doi.org/10.1007/s12187-017-9444-0>

Badoux, A., Mendelsohn G.A. (1994). Subjective well-being in French and American samples: scale development and comparative data. *Quality of Life Research*. 3(6), 395–401. DOI: [10.1007/BF00435391](https://doi.org/10.1007/BF00435391)

Bandura, A. (1977). Self-efficacy: Toward a unifying theory of behavior change. *Psychological Review*. 84, 191-215. <https://doi.org/10.1037/0033-295X.84.2.191>

Bell, D.E., Raiffa, H., Tversky, A. (1988). Descriptive, normative, and prescriptive interactions in decision making. *Decis. Mak. Descr. Norm. Prescriptive Interact*. 1, 9-32. DOI: [10.1017/CBO9780511598951.003](https://doi.org/10.1017/CBO9780511598951.003)

Benjamin, A. J., Riggio, R. E., Mayes, B. T. (1996). Reliability and Factor Structure of Budner's Tolerance for Ambiguity Scale. *Journ. of Social Behavior and Personality*. V. 11 (3), 625–632. URL: [https://www.researchgate.net/publication/263619398\\_Reliability\\_and\\_factor\\_structure\\_of\\_Budner's\\_tolerance\\_for\\_a\\_mbiguity\\_scale](https://www.researchgate.net/publication/263619398_Reliability_and_factor_structure_of_Budner's_tolerance_for_a_mbiguity_scale)

Biswas-Diener, R., Kashdan, T. B., King, L. A. (2009). Two traditions of happiness research, not two distinct types of happiness. *The Journal of Positive Psychology*. 4 (3), 208-211. DOI: [10.1080/17439760902844400](https://doi.org/10.1080/17439760902844400)

Bochner, S. (1965). Defining Intolerance of Ambiguity. *Psychol Rec*. 15, 393–400  
<https://doi.org/10.1007/BF03393605>

Boniwell, I. & Henry, J. (2007). Developing conceptions of well-being: Advancing subjective, hedonic and eudaimonic theories. *Social Psychology Review*, 9(1), 3-18. DOI: [10.53841/bpsspr.2007.9.1.3](https://doi.org/10.53841/bpsspr.2007.9.1.3)

Bonnano, G.A. (2005). Clarifying and extending the construct of adult resilience. *American Psychologist*. 60 (3), 265-267. DOI: [10.1037/0003-066X.60.3.265b](https://doi.org/10.1037/0003-066X.60.3.265b)

Bradburn, N. (1969). *The structure of psychological well-being*. Chicago: Aldine.  
URL: [https://www.norc.org/content/dam/norc-org/pdfs/BradburnN\\_Struct\\_Psych\\_Well\\_Being.pdf](https://www.norc.umd.edu/content/dam/norc-org/pdfs/BradburnN_Struct_Psych_Well_Being.pdf)

Budner, S. (1962). Intolerance of ambiguity as a personality variable. *Journal of Personality*. 30 (1), 29-50. DOI: [10.1111/j.1467-6494.1962.tb02303.x](https://doi.org/10.1111/j.1467-6494.1962.tb02303.x)

Buhr, K., & Dugas, M. J. (2006). Investigating the construct validity of intolerance of uncertainty and its unique relationship with worry. *Journal of Anxiety Disorders*, 20, 222-236. DOI: [10.1016/j.janxdis.2004.12.004](https://doi.org/10.1016/j.janxdis.2004.12.004)

Carleton, R. N., Mulvogue, M. K., Thibodeau, M. A., McCabe, R. E., Antony, M. M., Asmundson, G. J. G. (2012). Increasingly certain about uncertainty: Intolerance of uncertainty across anxiety and depression. *Journal of Anxiety Disorder*. 26 (3), 468–479. DOI: [10.1016/j.janxdis.2012.01.011](https://doi.org/10.1016/j.janxdis.2012.01.011)

Carver, C. S., & Scheier, M. F. (2002). Optimism. In C. R. Snyder & S. J. Lopez (Eds.), *Handbook of positive psychology* (pp. 231–243). Oxford University Press.  
URL: [https://www.academia.edu/43538939/Handbook\\_of\\_Positive\\_Psychology](https://www.academia.edu/43538939/Handbook_of_Positive_Psychology)

Chan, D. W., Chan, L., Sun, X. (2017). Developing a Brief Version of Ryff's Scale to Assess the Psychological Well-Being of Adolescents in Hong Kong. *European Journal of Psychological Assessment*. 35, 414–422. DOI: <https://doi.org/10.1027/1015-5759/a000403>.

Comer J.S., Roy A.K., Furr J.M., Gotimer K., Beidas R.S., Dugas M.J., et al. (2009). The intolerance of uncertainty scale for children: a psychometric evaluation. *Psychol. Assess*, 21, 402-411. DOI: [10.1037/a0016719](https://doi.org/10.1037/a0016719)

Csikszentmihalyi, M. & Hunter, J. (2003). Happiness in everyday life: The uses of experience sampling. *Journal of Happiness Studies*. 4 (2), 185–199. DOI: [10.1023/A:1024409732742](https://doi.org/10.1023/A:1024409732742)

Currie, C, Zanotti, C, Morgan, A, Currie, D, de Looze, M, Roberts, C, Barnekow, V (2012). *Social determinants of health and well-being among young people. Health Behaviour in School-aged Children (HBSC) study: international report from the 2009/2010 survey* Health Policy for Children and Adolescents, No. 6. Copenhagen: WHO Regional Office for Europe. 272 p. URL: [https://www.researchgate.net/publication/313606065\\_Social\\_determinants\\_of\\_health\\_and\\_well-being\\_among\\_young\\_people\\_Health\\_Behaviour\\_in\\_School-aged\\_Children\\_HBSCstudyinternational\\_report\\_from\\_the\\_20092010\\_survey/citations](https://www.researchgate.net/publication/313606065_Social_determinants_of_health_and_well-being_among_young_people_Health_Behaviour_in_School-aged_Children_HBSCstudyinternational_report_from_the_20092010_survey/citations)

DeRoma, V. M., Martin, K. M., Kessler, M. L. (2003). The relationship between tolerance for ambiguity and need for course structure. *Journal of Instructional Psychology*. 30 (2), 104–109. URL: [https://www.researchgate.net/publication/286193862The\\_relationship\\_between\\_tolerance\\_for\\_ambiguity\\_and\\_need\\_for\\_course\\_structure](https://www.researchgate.net/publication/286193862The_relationship_between_tolerance_for_ambiguity_and_need_for_course_structure)

Diener, E. (1984). Subjective well-being. *Psychological Bulletin*. 95, 542–575. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.95.3.542>

Diener, E., E. M., Lucas, R. E., & Smith, H. L. (1999). Subjective well-being: Three decades of progress. *Psychological Bulletin*, 125 (2), 276–302. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.125.2.276>

Diener, E., Heintzelman, S. J., Kushlev, K., Tay, L., Wirtz, D., Lutes, L. D., Oishi, S. (2017). Findings all psychologists should know from the new science on subjective well-being. *Canadian Psychology*, 58 (2), 87-104. DOI: [10.1037/cap0000063](https://doi.org/10.1037/cap0000063)

Diener, E., Oishi, S., & Lucas, R. E. (2009). Subjective Well-Being: The Science of Happiness and Life Satisfaction. In S. J. Lopez & C. R. Snyder (Eds.), *The Oxford*

*Handbook of Positive Psychology* (pp. 186–194). Oxford University Press.  
<https://doi.org/10.1093/oxfordhb/9780195187243.013.0017>

Dodge, R., Daly, A., Huyton, J., & Sanders, L. (2012). The challenge of defining wellbeing. *International Journal of Wellbeing*. 2 (3), 222-235. DOI: [10.5502/ijw.v2i3.4](https://doi.org/10.5502/ijw.v2i3.4)

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. DOI: [10.1023/A:1005553414688](https://doi.org/10.1023/A:1005553414688)

Durrheim, K., Foster, D. (1997). Tolerance of ambiguity as a content specific construct. *Personality and Individual Differences*. 22 (5), 741-750. DOI: [10.1016/S0191-8869\(96\)00207-3](https://doi.org/10.1016/S0191-8869(96)00207-3)

Fernandes, H. M., Vasconcelos-Raposo, J., Teixeira, C. M. (2010). Preliminary Analysis of the Psychometric Properties of Ryff's Scales of Psychological Well-Being in Portuguese Adolescents. *The Spanish Journal of Psychology*. 13 (2), 1032–1043. DOI: [10.1017/S1138741600002675](https://doi.org/10.1017/S1138741600002675)

Freeman, J. G., Samdal, O., Klinger, D. A., Dur, W., Griebler, R., Currie, D., & Rasmussen, M. (2009) The relationship of schools to emotional health and bullying. *International Journal of Public Health*, 54 (SUPPL. 2), 251–259. <https://doi.org/10.1007/s00038-009-5421-9>

Furnham, A. & Marks, J. Tolerance of Ambiguity: A Review of the Recent Literature. *Psychology*, 2013. 4, 717-728. DOI: [10.4236/psych.2013.49102](https://doi.org/10.4236/psych.2013.49102).

Furnham, A. A. (1994). A content, correlational and factor-analytic study of 4 tolerance of ambiguity questionnaires. *Personality and Individual Differences*. 16 (3), 403–410. DOI: [10.1016/0191-8869\(94\)90066-3](https://doi.org/10.1016/0191-8869(94)90066-3)

Geller, G., Faden, R.R., Levine, D.M. (1990). Tolerance for ambiguity among medical students: implications for their selection, training and practice. *Soc. Sci. Med.* 31 (5), 619–624. DOI: [10.1016/0277-9536\(90\)90098-D](https://doi.org/10.1016/0277-9536(90)90098-D)

Gentes, E. L., & Ruscio, A. M. (2011). A meta-analysis of the relation of intolerance of uncertainty to symptoms of generalized anxiety disorder, major depressive disorder, and obsessive-compulsive disorder. *Clinical Psychology Review*. 31 (6), 923–933. DOI: [10.1016/j.cpr.2011.05.001](https://doi.org/10.1016/j.cpr.2011.05.001)



Greco, V., Roger, D. (2001). Coping with uncertainty: the construction and validation of a new measure. *Personality and Individual Differences*. 31 (4), 519-534. DOI: [10.1016/S0191-8869\(00\)00156-2](https://doi.org/10.1016/S0191-8869(00)00156-2)

Hamilton, J. G., Hutson, S. P., Moser, R. P., Kobrin, S. C. et al. (2013) Sources of uncertainty and their association with medical decision making: exploring mechanisms in Fanconi anemia. *Annals of Behavioral Medicine*. 46 (2), 204-216. DOI: [10.1007/s12160-013-9507-5](https://doi.org/10.1007/s12160-013-9507-5)

Han, P. K., Klein, W. M., Arora, N. K. (2011). Varieties of uncertainty in health care: a conceptual taxonomy. *Medical Decision Making*. 31(6), 828-838. DOI: [10.1177/0272989X10393976](https://doi.org/10.1177/0272989X10393976)

Herman, J. L., Stevens, M. J., Bird, A., Mendenhall, M., Oddou, G. (2010). The Tolerance for Ambiguity Scale: towards a more refined measure for international management research. *International Journal of Intercultural Relations*. 34 (1), 58-65. DOI: [10.1016/j.ijintrel.2009.09.004](https://doi.org/10.1016/j.ijintrel.2009.09.004)

Hillen, M., Gutheil, C., Strout, T., Smets, E., & Han, P. (2017). Tolerance of uncertainty: Conceptual analysis, integrative model, and implications for healthcare. *Social Science & Medicine*. 180 (3), 62-75. DOI: [10.1016/j.socscimed.2017.03.024](https://doi.org/10.1016/j.socscimed.2017.03.024)

Hills, P., Argyle M. (2002). The Oxford Happiness Questionnaire: a compact scale for the measurement of psychological well-being. *Personality and Individual Differences*. 33 (7), 1073-1082. DOI: [10.1016/S0191-8869\(01\)00213-6](https://doi.org/10.1016/S0191-8869(01)00213-6)

Hobfoll, S. E. (1989). Conservation of resources: a new attempt at conceptualizing stress. *Am. Psychol.* 44(3), 513– 524. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.44.3.513>

Hobfoll, S. E. (2002). Social and psychological resources and adaptation. *Review of General Psychology*, 6 (4), 307-324. <http://dx.doi.org/10.1037/1089-2680.6.4.307>

Huppert, F. A. (2005). Positive mental health in individuals and populations. In F. A. Huppert, N. Baylis, & B. Keverne, *The science of well-being* (pp. 307–340). Oxford University Press. <https://doi.org/10.1093/acprof:oso/9780198567523.003.0012>

Jewell, S, Kambhampati, U. S. (2015). Are happy youth also satisfied adults? An analysis of the impact of childhood factors on adult life satisfaction. *Social Indicators Research*. 121 (2), 543–567. DOI: [10.1007/s11205-014-0642-6](https://doi.org/10.1007/s11205-014-0642-6)

Kabat-Zinn, Jon (2020). What is Mindfulness Training. URL: <https://mbsrtraining.com/what-is-mindfulness-training/>

Kahneman, D. (1999). Objective happiness. In D. Kahneman, E. Diener, & N. Schwarz (Eds.), *Well-being: The foundations of hedonic psychology* (pp. 3–25). Russell Sage Foundation.

Keng, S-L., Smoski, M.J., Robins, C.J. (2011.) Effects of mindfulness on psychological health: A review of empirical studies. *Clinical Psychology Review*. 31 (6). 1041-1056. DOI: [10.1016/j.cpr.2011.04.006](https://doi.org/10.1016/j.cpr.2011.04.006)

Keyes, C. L. M., Shmotkin, D., & Ryff, C. D. (2002). Optimizing well-being: The empirical encounter of two traditions. *Journal of Personality and Social Psychology*. 82, 1007–1022. <http://dx.doi.org/10.1037/0022-3514.82.6.1007>

Kim, J. (2019). Taking moral indeterminacy seriously: in defence of compatibility between moral realism and indeterminacy. *Thesis Submitted for the Degree of MPhil at the University of St Andrews* DOI: <https://doi.org/10.17630/10023-18849>. URL: <https://research-repository.st-andrews.ac.uk/bitstream/handle/10023/18849/JiwonKimPhDThesis.pdf?sequence=3&isAllowed=y>

Koerner, N., Dugas, M.J. (2008). An investigation of appraisals in individuals vulnerable to excessive worry: the role of intolerance of uncertainty. *Cognitive Therapy and Research*. 32 (5), 619-638. DOI: [10.1007/s10608-007-9125-2](https://doi.org/10.1007/s10608-007-9125-2)

Kruglanski, A. W., Dechesne, M., Orehek, E., Pierro, A. (2009). Three decades of lay epistemics: the why, how, and who of knowledge formation. *European Review of Social Psychology*. 20, 146-191. DOI: [10.1080/10463280902860037](https://doi.org/10.1080/10463280902860037)

Ladouceur, R., Blais, F, Freeston, M. H., Dugas, M.J. (1998). Problem solving and problem orientation in generalized anxiety disorder. *Journal of Anxiety Disorders*. 12 (2), 139-152. DOI: [10.1016/S0887-6185\(98\)00002-4](https://doi.org/10.1016/S0887-6185(98)00002-4)



Lane, M. S., & Klenke, K. (2004). The ambiguity tolerance interface: A modified social cognitive model for leading under uncertainty. *Journal of Leadership & Organizational Studies*, 10(3), 69–81. <https://doi.org/10.1177/107179190401000306>

Lauriola, R., Foschi, O., Mosca, J. (2015). Weller Attitude toward ambiguity: empirically robust factors in self-report personality scales. *Assessment*, 23 (3), 353-373. DOI: [10.1177/1073191115577188](https://doi.org/10.1177/1073191115577188)

Lazarus, R. S, Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal, and coping*. NY: Springer publishing company. 456 p.

Lyubomirsky, S., Sheldon, K. M., Schkade, D. (2005). Pursuing happiness: the architecture of sustainable change. *Rev. Gen. Psychol.* 2005. 9 (2), 111–131. DOI: [10.1037/1089-2680.9.2.111](https://doi.org/10.1037/1089-2680.9.2.111)

Lyubomirsky, S., & Lepper, H. S. (1999). A measure of subjective happiness: Preliminary reliability and construct validation. *Social Indicators Research*, 1999. 46(2), 137–155. <http://dx.doi.org/10.1023/A:1006824100041>

Maddi, S. (2002). The Story of Hardiness: 20 Years of Theorizing, Research and Practice. *Consulting Psychology Journal*. 54(3), 173-185. <https://doi.org/10.1037/1061-4087.54.3.173>

Maddi, S. R. (2004). Hardiness: An Operationalization of Existential Courage. *Journal of Humanistic Psychology*. 44(3), 279–298. DOI: [10.1177/0022167804266101](https://doi.org/10.1177/0022167804266101)

Mahoney, A. E., McEvoy, P. M. (2012). A transdiagnostic examination of intolerance of uncertainty across anxiety and depressive disorders. *Cognitive Behaviour Therapy*. 41 (3), 212–222. <https://doi.org/10.1080/16506073.2011.622130>

Mastenbroek, N., Jaarsma, A., Scherpbier, A., Beukelen, P., & Demerouti, E. (2014). The role of personal resources in explaining well-being and performance: a study among young veterinary professionals. *European Journal of Work and Organizational Psychology*, 23(2), 190-202. <https://doi.org/10.1080/1359432X.2012.728040>

McDonald, A. P. (1970). Revised scale for ambiguity tolerance: reliability and validity. *Psychological Reports*. 26 (3), 791–798. DOI: [10.2466/pr0.1970.26.3.791](https://doi.org/10.2466/pr0.1970.26.3.791)

McLain, D. L. (1993). The MSTAT-I: A new measure of an individual's tolerance for ambiguity. *Educational and Psychological Measurement*. 53(1), 183-189. DOI: [10.1177/0013164493053001020](https://doi.org/10.1177/0013164493053001020)

Miranda, R., Fontes, M., & Marroquin, B. (2008). Cognitive content-specificity in future expectancies: role of hopelessness and intolerance of uncertainty in depression and GAD symptoms. *Behaviour Research and Therapy*. 46, 1151–1159. <https://doi.org/10.1016/j.brat.2008.05.009>

Norton, R. W. (1975). Measurement of Ambiguity Tolerance. *Journal of Personality Assessment*. 39 (6), 607–619. [http://dx.doi.org/10.1207/s15327752jpa3906\\_11](http://dx.doi.org/10.1207/s15327752jpa3906_11)

Owen, W., Sweeney, R. (2002). Ambiguity Tolerance, Performance, Learning, and Satisfaction: A Research Direction. *ISECON Meeting, San Antonio, YX*, 242-248. URL: <https://iscap.us/proceedings/isecon/2002/242c/ISECON.2002.Owen.pdf>

Park, N. & Peterson, C. (2009). Character Strengths: Research and Practice. *Journal of College & Character*. 10 (4). <https://doi.org/10.2202/1940-1639.1042>. URL: <https://www.studocu.com/en-us/document/university-of-southern-california/organizational-behavior-and-leadership/park-n-peterson-c-2009-character-strengths-research-and-practice/20310668>

Patton, G. C, Tollit, M. M, Romaniuk, H, Spence, S. H. et al. (2011). A prospective study of the effects of optimism on adolescent health risks. *Pediatrics*. 127 (2), 308–316. DOI: [10.1542/peds.2010-0748](https://doi.org/10.1542/peds.2010-0748)

Peterson, C., & Seligman, M. (2004). *Character Strengths and Virtues. A Handbook and Classification*. Washington, DC: American Psychological Association; New York: Oxford University. URL: <https://perpus.univpancasila.ac.id/repository/EBUPT190076.pdf>

Ironson, G. H., Wynings, C., Schneiderman, N., Baum, A., Rodriguez, M. et al. (1997). Posttraumatic stress symptoms, intrusive thoughts, loss, and immune function after Hurricane Andrew. *Psychosom. Med*. 59 (2), 128-141. DOI: [10.1097/00006842-199703000-00003](https://doi.org/10.1097/00006842-199703000-00003)

Proctor, C, Linley, P. A, Maltby, J. (2009). Youth life satisfaction: a review of the literature. *Journal of Happiness Studies*. 10 (5), 583–630. DOI: [10.1007/s10902-008-9110-9](https://doi.org/10.1007/s10902-008-9110-9)

Rotter, J.B. (1975). Some problems and misconceptions related to the construct of internal versus external control of reinforcement. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*. 43 (1), 56-67. <https://doi.org/10.1037/h0076301>

Rutter, M. (1987). Psychosocial resilience and protective mechanisms. *American Journal of Orthopsychiatry*. 57(3), 316–331. <https://doi.org/10.1111/j.1939-0025.1987.tb03541.x>

Ryan, R. M., Deci, E. L. (2001). On happiness and human potentials: A Review of Research on Hedonic and Eudaimonic Well-Being. *Annual Reviews Psychol.* 52(1), 141-166. <http://dx.doi.org/10.1146/annurev.psych.52.1.141>

Ryff, C. D., Singer, B. (1996). Psychological well-being: Meaning, measurement, and implications for psychotherapy research. *Psychotherapy and Psychosomatics*. 65(1), 14-23. <https://doi.org/10.1159/000289026>

Ryff, C. D., Keyes, C. L. M. (1995). The Structure of Psychological Well-Being Revisited. *Journal of Personality and Social Psychology*. 69(4), 719-727. DOI: [10.1037/0022-3514.69.4.719](https://doi.org/10.1037/0022-3514.69.4.719). URL: [https://www.researchgate.net/publication/15726128\\_The\\_Structure\\_of\\_Psychological\\_Well-Being\\_Revisited](https://www.researchgate.net/publication/15726128_The_Structure_of_Psychological_Well-Being_Revisited)

Ryff, C. D., & Singer, B. H. (2008). Know thyself and become what you are: A eudaimonic approach to psychological well-being. *Journal of Happiness Studies: An Interdisciplinary Forum on Subjective Well-Being*, 9(1), 13–39. <https://doi.org/10.1007/s10902-006-9019-0>

Ryff, C. D. (1989). Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57(6), 1069–1081. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.57.6.1069>. URL: [https://www.researchgate.net/publication/232545487\\_Happiness\\_is\\_everything\\_or\\_is\\_it\\_Journal\\_of\\_Personality\\_and\\_Social\\_Psychology\\_576\\_1069-1081](https://www.researchgate.net/publication/232545487_Happiness_is_everything_or_is_it_Journal_of_Personality_and_Social_Psychology_576_1069-1081)

Samman, Emma (2007). Psychological and Subjective Well-being: A Proposal for Internationally Comparable Indicators," *Oxford Development Studies, Taylor & Francis Journals*, 35(4), 459-486. DOI: [10.1080/13600810701701939](https://doi.org/10.1080/13600810701701939)

Seligman, M. E. P. (1991). *Learned optimism*. New York: Knopf. 319 p.

Seligman, M.E. P. (2011). *Flourish: A new understanding of happiness and well-being – and how to achieve them*. London: Nicholas Brealey Publishing. 349 p.

Smithson, M. (1999). Conflict aversion: preference for ambiguity vs conflict in sources and evidence. *Organizational Behavior and Human Decision Processes*, 79(3), 179-198. <https://doi.org/10.1006/obhd.1999.2844>

Snyder, C. R., & Lopez, S. J. (Eds.). (2002). *Handbook of positive psychology*. Oxford University Press. 848. URL: [http://www.ldysinger.com/@books1/Snyder\\_Hndbk\\_Positive\\_Psych/Snyder\\_Lopez\\_Handbook\\_of\\_Positive\\_Psychology.pdf](http://www.ldysinger.com/@books1/Snyder_Hndbk_Positive_Psych/Snyder_Lopez_Handbook_of_Positive_Psychology.pdf)

Sorrentino, R. M., Holmes, J. G., Hanna, S. E., & Sharp, A. (1995). Uncertainty orientation and trust in close relationships: Individual differences in cognitive styles. *Journal of Personality and Social Psychology*, 68(2), 314–327. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.68.2.314>

Stratham, J. & Chase, E. (2010). *Childhood wellbeing: A brief overview*. London Childhood Wellbeing Research Centre. URL: [https://www.researchgate.net/publication/242676811\\_Childhood\\_Wellbeing\\_A\\_Brief\\_Overview](https://www.researchgate.net/publication/242676811_Childhood_Wellbeing_A_Brief_Overview)

Veenhoven, R. & Kalmijn, W. (2005). Inequality-adjusted happiness in nations: Egalitarianism and utilitarianism married together in a new index of societal performance. *Journal of Happiness Studies*. 6(4), 421-455. DOI: [10.1007/s10902-005-8857-5](https://doi.org/10.1007/s10902-005-8857-5); URL: [https://www.researchgate.net/publication/23545554\\_Inequality-Adjusted\\_Happiness\\_in\\_Nations\\_Egalitarianism\\_and\\_Utilitarianism\\_Married\\_in\\_a\\_New\\_Index\\_of\\_Societal\\_Performance](https://www.researchgate.net/publication/23545554_Inequality-Adjusted_Happiness_in_Nations_Egalitarianism_and_Utilitarianism_Married_in_a_New_Index_of_Societal_Performance)

Waterman, A. S. (1993). Two conceptions of happiness: Contrasts of personal expressiveness (eudaimonia) and hedonic enjoyment. *Journal of Personality and Social Psychology*, 64(4), 678–691. <http://dx.doi.org/10.1037/0022-3514.64.4.678>

Weissenstein, A., Ligges, S., Brouwer, B., Marschall, B., Friederichs, H. (2014). Measuring the ambiguity tolerance of medical students: a cross-sectional study from the first to sixth academic years. *H.BMC Family Practice*. 15(1), 6. DOI: [10.1186/1471-2296-15-6](https://doi.org/10.1186/1471-2296-15-6); URL: [https://www.researchgate.net/publication/259649770\\_Measuring\\_the\\_ambiguity\\_tolerance\\_of\\_medical\\_students\\_A\\_cross-sectional\\_study\\_from\\_the\\_first\\_to\\_sixth\\_academic\\_years](https://www.researchgate.net/publication/259649770_Measuring_the_ambiguity_tolerance_of_medical_students_A_cross-sectional_study_from_the_first_to_sixth_academic_years)

Wilson, T. D., Centerbar, D. B., Kermer, D. A., & Gilbert, D. T. (2005). The Pleasures of Uncertainty: Prolonging Positive Moods in Ways People Do Not Anticipate. *Journal of Personality and Social Psychology*, 88(1), 5-21. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.88.1.5>

Wilson T. D., Gilbert D. T., Centerbar D. B. Making sense: the causes of emotional evanescence *Psychol. Econ. Decis.* 2003. 1, 209-233. URL: [https://www.researchgate.net/publication/242089115\\_Making\\_Sense\\_The\\_Causes\\_of\\_Emotional\\_Evanescence](https://www.researchgate.net/publication/242089115_Making_Sense_The_Causes_of_Emotional_Evanescence)

## ДОДАТКИ

## Додаток А

**Перевірка нормальності емпіричного розподілу показників  
толерантності до невизначеності випробуваних**

## Frequencies

## Statistics

		ставлення до нового	ставлення до складних завдань	ставлення до невизначених ситуацій	надання переваги невизначеності	толерантність до невизначеності	загальний рівень толерантності до невизначеності
N		576	576	576	576	576	576
Most Extreme Differences	Absolute	,056	,050	,045	,031	,038	,045
	Positive	,056	,034	,036	,026	,034	,029
	Negative	-,056	-,050	-,045	-,031	-,038	-,045
Kolmogorov-Smirnov Z		1,354	1,210	1,073	,754	,902	1,081
Asymp. Sig. (2-tailed)		,051	,107	,199	,620	,389	,193

## Statistics

		новизна ситуації	складність ситуації	нерозв'язність ситуації	загальний рівень інтолерантності до невизначеності	прогностична тривога	гнітюча тривога	загальна інтолерантність до невизначеності
N		576	576	576	576	576	576	576
Most Extreme Differences	Absolute	,071	,055	,088	,065	,050	,050	,056
	Positive	,071	,051	,077	,055	,050	,050	,056
	Negative	-,067	-,055	-,088	-,065	-,045	-,049	-,035
Kolmogorov-Smirnov Z		1,710	1,317	2,108	1,550	1,195	1,194	1,333

Asymp. Sig. (2-tailed)	,006	,062	,000	,016	,115	,116	,057
------------------------	------	------	------	------	------	------	------

**Перевірка нормальності емпіричного розподілу показників  
суб'єктивного благополуччя випробуваних**

**Frequencies**

**Statistics**

		емоційне благополуччя	екзистенційно- діяльнісне благополуччя	его-благополуччя	гедоністичне благополуччя	соціально- нормативне благополуччя	загальний рівень суб'єктивного благополуччя
N		576	576	576	576	576	576
Most Extreme Differences	Absolute	,055	,045	,069	,087	,109	,044
	Positive	,028	,031	,047	,050	,068	,021
	Negative	-,055	-,045	-,069	-,087	-,109	-,044
Kolmogorov-Smirnov Z		1,323	1,086	1,652	2,083	2,622	1,052
Asymp. Sig. (2-tailed)		,060	,189	,009	,000	,000	,218

**Statistics**

		позитивні стосунки з іншими	автономія	управління середовищем	особистісне зростання	цілі в житті	самоприйняття
N		576	576	576	576	576	576
Most Extreme Differences	Absolute	,074	,099	,053	,114	,071	,066
	Positive	,049	,076	,053	,065	,051	,053
	Negative	-,074	-,099	-,053	-,114	-,071	-,066
Kolmogorov-Smirnov Z		1,767	2,364	1,275	2,738	1,697	1,594

Asymp. Sig. (2-tailed)	,004	,000	,077	,000	,006	,012
------------------------	------	------	------	------	------	------

### Statistics

		інтегративний рівень психологічного благополуччя	стани	ресурси	відчуття безпеки	загальний рівень емоційного благополуччя
N		576	576	576	576	576
Most Extreme Differences	Absolute	,038	,092	,061	,062	,044
	Positive	,038	,092	,061	,062	,044
	Negative	-,038	-,035	-,040	-,049	-,020
Kolmogorov-Smirnov Z		,910	2,218	1,460	1,482	1,064
Asymp. Sig. (2-tailed)		,379	,000	,028	,025	,208



## Додаток Б

**Дескриптивні статистики психологічних показників толерантності до  
невизначеності випробуваних**

**Frequencies****Statistics**

		ставлення до новизни	ставлення до складних завдань	ставлення до невизначених ситуацій	надання переваги невизначеності	толерантність до невизначеності	загальний рівень толерантності до невизначеності
N	Valid	576	576	576	576	576	576
	Missing	0	0	0	0	0	0
Mean		11,930	28,758	36,758	42,026	37,099	79,125
Std. Deviation		3,551	5,804	6,900	8,709	8,177	14,534

**Statistics**

		новизна	складність	Нерозв'язність	загальний рівень інтолерантності до невизначеності	прогностична тривога	гнітюча тривога	загальна інтолерантність до невизначеності
N	Valid	576	576	576	576	576	576	576
	Missing	0	0	0	0	0	0	0
Mean		16,899	32,569	13,349	62,817	21,861	14,258	36,119
Std. Deviation		3,326	4,596	2,466	6,358	4,773	4,056	7,636

## Ступінь вираженості психологічних показників толерантності до невизначеності випробуваних

### Frequencies

### Frequency Table

#### ставлення до новизни

		Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	низький ступінь	23,4	23,4	23,4
	середній ступінь	53,1	53,1	76,5
	високий ступінь	23,5	23,5	100,0
	Total	100,0	100,0	

#### ставлення до складних завдань

		Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	низький ступінь	22,9	22,9	22,9
	середній ступінь	57,5	57,5	80,4
	високий ступінь	19,6	19,6	100,0
	Total	100,0	100,0	

#### ставлення до невизначених ситуацій

		Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	низький ступінь	10,8	10,8	10,8
	середній ступінь	60,8	60,8	71,6
	високий ступінь	28,4	28,4	100,0
	Total	100,0	100,0	

#### надання переваги невизначеності

		Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	низький ступінь	16,8	16,8	16,8
	середній ступінь	64,7	64,7	81,5
	високий ступінь	18,5	18,5	100,0
	Total	100,0	100,0	

**толерантність до невизначеності**

		Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	низький ступінь	14,5	14,5	14,5
	середній ступінь	59,3	59,3	73,8
	високий ступінь	26,2	26,2	100,0
	Total	100,0	100,0	

**загальний рівень толерантності до невизначеності**

		Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	низький ступінь	19,5	19,5	19,5
	середній ступінь	63,6	63,6	83,1
	високий ступінь	16,9	16,9	100,0
	Total	100,0	100,0	

**новизна ситуації**

		Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	низький ступінь	23,8	23,8	23,8
	середній ступінь	45,3	45,3	69,1
	високий ступінь	30,9	30,9	100,0
	Total	100,0	100,0	

**складність ситуації**

		Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	низький ступінь	13,9	13,9	13,9
	середній ступінь	64,1	64,1	78,0
	високий ступінь	22,0	22,0	100,0
	Total	100,0	100,0	

**нерозв'язність ситуації**

		Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	низький ступінь	24,4	24,4	24,4
	середній ступінь	42,5	42,5	66,9
	високий ступінь	33,1	33,1	100,0
	Total	100,0	100,0	

### загальний рівень інтолерантності до невизначеності

	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid низький ступінь	27,9	27,9	27,9
середній ступінь	47,8	47,8	75,7
високий ступінь	24,3	24,3	100,0
Total	100,0	100,0	

### прогностична тривога

	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid низький ступінь	22,0	22,0	22,0
середній ступінь	54,2	54,2	76,2
високий ступінь	23,8	23,8	100,0
Total	100,0	100,0	

### гнітюча тривога

	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid низький ступінь	20,8	20,8	20,8
середній ступінь	54,9	54,9	75,7
високий ступінь	24,3	24,3	100,0
Total	100,0	100,0	

### загальна інтолерантність до невизначеності

	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid низький ступінь	22,1	22,1	22,1
середній ступінь	53,7	53,7	75,8
високий ступінь	24,2	24,2	100,0
Total	100,0	100,0	

## Додаток В

**Дескриптивні статистики психологічних показників суб'єктивного  
благополуччя випробуваних**

**Frequencies****Statistics**

		емоційне благополуччя	екзистенційно-діяльнісне благополуччя	его-благополуччя	гедоністичне благополуччя	соціально-нормативне благополуччя	загальний рівень суб'єктивного благополуччя
N	Valid	576	576	576	576	576	576
	Missing	0	0	0	0	0	0
Mean		35,602	36,338	17,230	13,447	19,791	123,164
Std. Deviation		6,827	7,2956	3,843	3,003	3,004	20,723

**Statistics**

		позитивні стосунки з іншими	автономія	управління середовищем	особистісне зростання	цілі в житті	самоприйняття
N	Valid	576	576	576	576	576	576
	Missing	0	0	0	0	0	0
Mean		17,737	16,527	15,298	20,158	17,974	16,980
Std. Deviation		3,614	2,690	4,127	3,203	3,452	3,494

## Statistics

		інтегративний рівень психологічного благополуччя	стани	ресурси	відчуття безпеки	загальний рівень емоційного благополуччя
N	Valid	576	576	576	576	576
	Missing	0	0	0	0	0
Mean		107,144	19,284	18,791	14,441	52,517
Std. Deviation		15,505	6,207	5,172	4,116	14,199

**Ступінь вираженості психологічних показників суб'єктивного благополуччя  
випробуваних**

## Frequencies

## Frequency Table

## емоційне благополуччя

		Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	низький ступінь	20,4	20,4	20,4
	середній ступінь	55,6	55,6	76,0
	високий ступінь	24,0	24,0	100,0
	Total	100,0	100,0	

## екзистенційно-діяльнісне благополуччя

		Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	низький ступінь	14,0	14,0	14,0
	середній ступінь	60,4	60,4	74,4
	високий ступінь	25,6	25,6	100,0
	Total	100,0	100,0	

**его-благополуччя**

		Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	низький ступінь	21,6	21,6	21,6
	середній ступінь	56,3	56,3	77,9
	високий ступінь	22,1	22,1	100,0
	Total	100,0	100,0	

**гедоністичне благополуччя**

		Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	низький ступінь	21,5	21,5	21,5
	середній ступінь	53,8	53,8	75,3
	високий ступінь	24,7	24,7	100,0
	Total	100,0	100,0	

**соціально-нормативне благополуччя**

		Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	низький ступінь	20,4	20,4	20,4
	середній ступінь	54,6	54,6	75,0
	високий ступінь	25,0	25,0	100,0
	Total	100,0	100,0	

**загальний рівень суб'єктивного благополуччя**

		Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	низький ступінь	18,0	18,0	18,0
	середній ступінь	62,1	62,1	80,1
	високий ступінь	19,9	19,9	100,0
	Total	100,0	100,0	

**позитивні стосунки з іншими**

		Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	низький ступінь	19,1	19,1	19,1
	середній ступінь	58,0	58,0	77,1
	високий ступінь	22,9	22,9	100,0
	Total	100,0	100,0	

**автономія**

		Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	низький ступінь	26,2	26,2	26,2
	середній ступінь	43,5	43,5	69,7
	високий ступінь	30,3	30,3	100,0
	Total	100,0	100,0	

**управління середовищем**

		Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	низький ступінь	19,5	19,5	19,5
	середній ступінь	56,7	56,7	76,2
	високий ступінь	23,8	23,8	100,0
	Total	100,0	100,0	

**особистісне зростання**

		Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	низький ступінь	31,7	31,7	31,7
	середній ступінь	43,6	43,6	75,3
	високий ступінь	24,7	24,7	100,0
	Total	100,0	100,0	

**цілі в житті**

		Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	низький ступінь	19,9	19,9	19,9
	середній ступінь	56,6	56,6	76,5
	високий ступінь	23,5	23,5	100,0
	Total	100,0	100,0	

**самоприйняття**

		Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	низький ступінь	21,6	21,6	21,6
	середній ступінь	55,6	55,6	77,2
	високий ступінь	22,8	22,8	100,0
	Total	100,0	100,0	



**інтегративний рівень психологічного благополуччя**

		Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	низький ступінь	15,8	15,8	15,8
	середній ступінь	65,8	65,8	81,6
	високий ступінь	18,4	18,4	100,0
	Total	100,0	100,0	

**стани**

		Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	низький ступінь	31,9	31,9	31,9
	середній ступінь	44,1	44,1	76,0
	високий ступінь	24,0	24,0	100,0
	Total	100,0	100,0	

**ресурси**

		Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	низький ступінь	20,2	20,2	20,2
	середній ступінь	56,2	56,2	76,4
	високий ступінь	23,6	23,6	100,0
	Total	100,0	100,0	

**відчуття безпеки**

		Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	низький ступінь	25,5	25,5	25,5
	середній ступінь	55,4	55,4	80,9
	високий ступінь	19,1	19,1	100,0
	Total	100,0	100,0	

**загальний рівень емоційного благополуччя**

		Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	низький ступінь	13,5	13,5	13,5
	середній ступінь	61,8	61,8	75,3
	високий ступінь	24,7	24,7	100,0
	Total	100,0	100,0	

## Додаток Г

**Дескриптивні статистики психологічних показників суб'єктивної оцінки  
визначеності/невизначеності сфер життя**

**Frequencies****Statistics**

		Політична ситуація в країні	Економічна ситуація в країні	Екологічна ситуація в країні	Система освіти в країні	Система охорони здоров'я в країні
N	Valid	576	576	576	576	576
	Missing	0	0	0	0	0
Mean		2,95	2,69	2,88	3,16	3,16
Std. Deviation		1,413	1,175	1,186	1,119	1,066

**Statistics**

		Робочі відносини (робота/навчання)	Міжособистісні відносини	Власне благополуччя	Власне майбутнє
N	Valid	576	576	576	576
	Missing	0	0	0	0
Mean		3,46	4,10	3,77	3,37
Std. Deviation		1,112	1,006	1,085	1,230

**Ступінь вираженості психологічних показників суб'єктивної оцінки  
визначеності/невизначеності сфер життя**

**Frequencies**

**Frequency Table**

**Політична ситуація в країні**

		Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	низький ступінь	41,7	41,7	41,7
	середній ступінь	18,2	18,2	59,9
	високий ступінь	40,1	40,1	100,0
	Total	100,0	100,0	

**Економічна ситуація в країні**

		Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	низький ступінь	46,4	46,4	46,4
	середній ступінь	27,6	27,6	67,9
	високий ступінь	26,0	26,0	100,0
	Total	100,0	100,0	

**Екологічна ситуація в країні**

		Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	низький ступінь	39,9	39,9	39,9
	середній ступінь	28,0	28,0	67,9
	високий ступінь	32,1	32,1	100,0
	Total	100,0	100,0	

**Система освіти в країні**

		Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	низький ступінь	28,6	28,6	28,6
	середній ступінь	30,4	30,4	59,0
	високий ступінь	41,0	41,0	100,0
	Total	100,0	100,0	

### Система охорони здоров'я в країні

		Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	низький ступінь	26,9	26,9	26,9
	середній ступінь	34,0	34,0	60,9
	високий ступінь	39,1	39,1	100,0
	Total	100,0	100,0	

### Робочі відносини (робота/навчання)

		Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	низький ступінь	20,5	20,5	20,5
	середній ступінь	24,3	24,3	44,8
	високий ступінь	55,2	55,2	100,0
	Total	100,0	100,0	

### Міжособистісні відносини

		Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	низький ступінь	8,7	8,7	8,7
	середній ступінь	14,2	14,2	22,9
	високий ступінь	77,1	77,1	100,0
	Total	100,0	100,0	

### Власне благополуччя

		Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	низький ступінь	12,8	12,8	12,8
	середній ступінь	21,0	21,0	33,9
	високий ступінь	66,2	66,2	100,0
	Total	100,0	100,0	

### Власне майбутнє

		Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	низький ступінь	23,6	23,6	23,6
	середній ступінь	26,4	26,4	50,0
	високий ступінь	50,0	50,0	100,0
	Total	100,0	100,0	

**Додаток Д**  
**Таблиця Д. 1**

**Взаємозв'язки між показниками толерантності/інтолерантності до  
невизначеності та сторонами суб'єктивного благополуччя**

<b>Змінні</b>		<b>Екзистенц. благопол.</b>	<b>Емоційне</b>	<b>Его-благоп.</b>	<b>Гедоністичне</b>	<b>Соціально- нормативне</b>	<b>Заг. показник суб'єктивно го благополуччя</b>
Новизна	Корреляція Пирсона	,048	-,037	-,012	<b>,146**</b>	<b>,125**</b>	,041
	Знач. (двухстороння)	,248	,381	,777	,000	,003	,323
	N	576	576	576	576	576	576
Складність	Корреляція Пирсона	<b>-,096*</b>	<b>-,127**</b>	-,076	,050	-,061	<b>-,094*</b>
	Знач. (двухстороння)	,021	,002	,069	,234	,144	,024
	N	576	576	576	576	576	576
Нерозв'язність	Корреляція Пирсона	<b>,272**</b>	<b>,248**</b>	<b>,220**</b>	<b>,216**</b>	<b>,237**</b>	<b>,289**</b>
	Знач. (двухстороння)	,000	,000	,000	,000	,000	,000
	N	576	576	576	576	576	576
Заг. показник інтолер. до невизнач. (С.Баднера)	Корреляція Пирсона	,068	-,008	,029	<b>,198**</b>	<b>,119**</b>	,073
	Знач. (двухстороння)	,102	,852	,484	,000	,004	,081
	N	576	576	576	576	576	576
Ставлення до новизни	Корреляція Пирсона	<b>,288**</b>	<b>,273**</b>	<b>,299**</b>	<b>,062</b>	<b>,201**</b>	<b>,290**</b>
	Знач. (двухстороння)	,000	,000	,000	,140	,000	,000
	N	576	576	576	576	576	576
Ставлення до складних завдань	Корреляція Пирсона	<b>,348**</b>	<b>,355**</b>	<b>,298**</b>	<b>,071</b>	<b>,163**</b>	<b>,336**</b>
	Знач. (двухстороння)	,000	,000	,000	,090	,000	,000
	N	576	576	576	576	576	576
Ставлення до невизначених ситуацій	Корреляція Пирсона	<b>,327**</b>	<b>,382**</b>	<b>,440**</b>	<b>,153**</b>	<b>,125**</b>	<b>,370**</b>
	Знач. (двухстороння)	,000	,000	,000	,000	,003	,000
	N	576	576	576	576	576	576
Перевага невизначеності	Корреляція Пирсона	<b>,334**</b>	<b>,354**</b>	<b>,384**</b>	<b>,140**</b>	<b>,239**</b>	<b>,367**</b>
	Знач. (двухстороння)	,000	,000	,000	,001	,000	,000
	N	576	576	576	576	576	576

Толерантність до невизначеності	Корреляція Пірсона	<b>,291**</b>	<b>,322**</b>	<b>,352**</b>	<b>,068</b>	<b>,083*</b>	<b>,302**</b>
	Знач. (двухстороння)	,000	,000	,000	,102	,047	,000
	N	576	576	576	576	576	576
Загальний показник толерантності до невизначеності Маклейна	Корреляція Пірсона	<b>,364**</b>	<b>,394**</b>	<b>,429**</b>	<b>,121**</b>	<b>,187**</b>	<b>,390**</b>
	Знач. (двухстороння)	,000	,000	,000	,004	,000	,000
	N	576	576	576	576	576	576
Прогностична тривога	Корреляція Пірсона	<b>-,165**</b>	<b>-,234**</b>	<b>-,286**</b>	<b>-,106**</b>	-,002	<b>-,208**</b>
	Знач. (двухстороння)	,000	,000	,000	,009	,928	,000
	N	576	576	576	576	576	576
Гнитюча тривога	Корреляція Пірсона	<b>-,343**</b>	<b>-,383**</b>	<b>-,449**</b>	<b>-,159**</b>	<b>-,195**</b>	<b>-,388**</b>
	Знач. (двухстороння)	,000	,000	,000	,000	,000	,000
	N	576	576	576	576	576	576
Заг. інтолерантність до невизначеності (Карлетона)	Корреляція Пірсона	<b>-,267**</b>	<b>-,329**</b>	<b>-,392**</b>	<b>-,141**</b>	<b>-,097**</b>	<b>-,316**</b>
	Знач. (двухстороння)	,000	,000	,000	,000	,000	,000
	N	576	576	576	576	576	576

Таблиця Д. 2

**Взаємозв'язки між показниками толерантності/інтолерантності до невизначеності та компонентами психологічного благополуччя**

Змінні		Позитивні стосунки	Автономія	Управління середовищем	Особистісне зростання	Цілі в житті	Самоприйняття	Інтегративний показник психологічного благополуччя
Новизна	Корреляція Пірсона	,027	-,076	-,001	-,018	,028	-,009	-,007
	Знач. (двухстороння)	,512	,070	,978	,658	,499	,839	,873
	N	576	576	576	576	576	576	576
Складність	Корреляція Пірсона	-,018	-,061	-,066	-,199**	-,091*	-,087*	-,115**
	Знач. (двухстороння)	,660	,145	,115	,000	,030	,036	,006
	N	576	576	576	576	576	576	576
Нерозв'язність	Корреляція Пірсона	<b>,162**</b>	<b>,159**</b>	<b>,257**</b>	<b>,166**</b>	<b>,259**</b>	<b>,257**</b>	<b>,285**</b>
	Знач. (двухстороння)							
	N							

	Знач. (двухстороння) N	,000 576	,000 576	,000 576	,000 576	,000 576	,000 576	,000 576
Заг. показник інтолерантності до невизначеності (С.Баднера)	Корреляція Пірсона Знач. (двухстороння) N	,066 ,112 576	-,019 ,647 576	,056 ,176 576	-,080 ,056 576	,056 ,180 576	,037 ,369 576	,031 ,458 576
Ставлення до новизни	Корреляція Пірсона Знач. (двухстороння) N	,171** ,000 576	,290** ,000 576	,282** ,000 576	,296** ,000 576	,287** ,000 576	,241** ,000 576	,345** ,000 576
Ставлення до складних завдань	Корреляція Пірсона Знач. (двухстороння) N	,111** ,008 576	,195** ,000 576	,234** ,000 576	,287** ,000 576	,278** ,000 576	,292** ,000 576	,313** ,000 576
Ставлення до невизначених ситуацій	Корреляція Пірсона Знач. (двухстороння) N	,138** ,001 576	,192** ,000 576	,294** ,000 576	,177** ,000 576	,223** ,000 576	,295** ,000 576	,297** ,000 576
Перевага невизначеності	Корреляція Пірсона Знач. (двухстороння) N	,109** ,009 576	,152** ,000 576	,274** ,000 576	,313** ,000 576	,246** ,000 576	,267** ,000 576	,305** ,000 576
Толерантність до невизначеності	Корреляція Пірсона Знач. (двухстороння) N	,182** ,000 576	,282** ,000 576	,288** ,000 576	,180** ,000 576	,255** ,000 576	,279** ,000 576	,326** ,000 576
Загальний показник толерантн. до невизначен. Маклейна	Корреляція Пірсона Знач. (двухстороння) N	,171** ,000 576	,254** ,000 576	,328** ,000 576	,286** ,000 576	,292** ,000 576	,319** ,000 576	,368** ,000 576
Прогностична тривога	Корреляція Пірсона Знач. (двухстороння) N	-,177** ,000 576	-,248** ,000 576	-,218** ,000 576	-,039 ,352 576	-,104* ,013 576	-,241** ,000 576	-,229** ,000 576

Гнитюча тривога							
Корреляція Пирсона	<b>-,261**</b>	<b>-,372**</b>	<b>-,438**</b>	<b>-,213**</b>	<b>-,354**</b>	<b>-,440**</b>	<b>-,466**</b>
Знач. (двухстороння)	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000
N	576	576	576	576	576	576	576
Заг. інтолерантність до невизначеності (Карлетона)							
Корреляція Пирсона	<b>-,235**</b>	<b>-,332**</b>	<b>-,346**</b>	<b>-,281**</b>	<b>-,237**</b>	<b>-,361**</b>	<b>-,366**</b>
Знач. (двухстороння)	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000
N	576	576	576	576	576	576	576

Таблиця Д. 3

**Взаємозв'язки між показниками толерантності/інтолерантності до  
невизначеності та аспектами емоційного благополуччя**

Змінні		Стани	Ресурси	Безпека	Загальний показник емоційного благополуччя (переживання щастя)
Новизна	Корреляція Пирсона	,008	,054	,124**	,044
	Знач. (двухстороння)	,842	,194	,003	,294
	N	576	576	576	576
Складність	Корреляція Пирсона	,039	,069	,073	,059
	Знач. (двухстороння)	,348	,098	,078	,160
	N	576	576	576	576
Нерозв'язність	Корреляція Пирсона	<b>-,249**</b>	<b>-,283**</b>	<b>-,268**</b>	<b>-,284**</b>
	Знач. (двухстороння)	,000	,000	,000	,000
	N	576	576	576	576
Загальний показник інтолерантності до невизначеності (С.Баднера)	Корреляція Пирсона	-,068	-,036	,010	-,049
	Знач. (двухстороння)	,105	,385	,809	,237
	N	576	576	576	576
Ставлення до складних завдань	Корреляція Пирсона	<b>-,234**</b>	<b>-,321**</b>	<b>-,341**</b>	<b>-,289**</b>
	Знач. (двухстороння)	,000	,000	,000	,000
	N	576	576	576	576
Ставлення до новизни	Корреляція Пирсона	<b>-,242**</b>	<b>-,280**</b>	<b>-,345**</b>	<b>-,288**</b>
	Знач. (двухстороння)	,000	,000	,000	,000
	N	576	576	576	576



Ставлення до невизначених ситуацій	Корреляція Пирсона Знач. (двухстороння) N	-,283** ,000 576	-,311** ,000 576	-,367** ,000 576	-,313** ,000 576
Перевага невизначеності	Корреляція Пирсона Знач. (двухстороння) N	-,211** ,000 576	-,254** ,000 576	-,288** ,000 576	-,245** ,000 576
Толерантність до невизначеності	Корреляція Пирсона Знач. (двухстороння) N	-,299** ,000 576	-,367** ,000 576	-,423** ,000 576	-,354** ,000 576
Загальний показник толерантності до невизначеності Маклейна	Корреляція Пирсона Знач. (двухстороння) N	-,299** ,000 576	-,363** ,000 576	-,416** ,000 576	-,350** ,000 576
Прогностична тривога	Корреляція Пирсона Знач. (двухстороння) N	,285** ,000 576	,316** ,000 576	,328** ,000 576	,313** ,000 576
Гнітюча тривога	Корреляція Пирсона Знач. (двухстороння) N	,434** ,000 576	,517** ,000 576	,508** ,000 576	,490** ,000 576
Загальна інтолерантність до невизначеності (Карлетона)	Корреляція Пирсона Знач. (двухстороння) N	,384** ,000 576	,444** ,000 576	,446** ,000 576	,428** ,000 576

## Додаток Е

# Факторна структура психологічних показників суб'єктивного благополуччя випробуваних

## Factor Analysis

### Total Variance Explained

Component	Extraction Sums of Squared Loadings			Rotation Sums of Squared Loadings		
	Total	% of Variance	Cumulative %	Total	% of Variance	Cumulative %
1	9,965	58,616	58,616	4,353	25,606	25,606
2	1,224	7,198	65,814	4,252	25,010	50,616
3	1,021	6,007	71,821	3,605	21,205	71,821

Extraction Method: Principal Component Analysis.

### Rotated Component Matrix<sup>a</sup>

	Component		
	1	2	3
загальний рівень суб'єктивного благополуччя	,825		
екзистенційно-діяльнісне благополуччя	,750		
гедоністичне благополуччя	,742		
емоційне благополуччя	,696		
его-благополуччя	,644		
соціально-нормативне благополуччя	,641		
загальний рівень емоційного благополуччя		-,864	
ресурси		-,824	
відчуття безпеки		-,822	
стани		-,745	
інтегративний рівень психологічного благополуччя			,769
особистісне зростання			,749
автономія			,671
цілі в житті			,592
позитивні стосунки з іншими			,543

Extraction Method: Principal Component Analysis.

Rotation Method: Varimax with Kaiser Normalization.

a Rotation converged in 6 iterations.

### Component Transformation Matrix

Component	1	2	3
1	,601	,601	,527
2	,707	-,092	-,701
3	,373	-,794	,480

Extraction Method: Principal Component Analysis.

Rotation Method: Varimax with Kaiser Normalization.

### Component Score Coefficient Matrix

	Component		
	1	2	3
емоційне благополуччя	,195	,022	-,081
екзистенційно-діяльнісне благополуччя	,249	-,076	-,033
его-благополуччя	,181	,015	-,070
гедоністичне благополуччя	,399	-,104	-,242
соціально-нормативне благополуччя	,253	-,272	,151
загальний рівень суб'єктивного благополуччя	,283	-,071	-,066
позитивні стосунки з іншими	-,161	,041	,241
автономія	-,198	-,062	,385
управління середовищем	,033	,040	,066
особистісне зростання	-,028	-,211	,396
цілі в житті	,053	-,101	,204
самоприйняття	,001	-,004	,122
інтегративний рівень психологічного благополуччя	-,048	-,054	,293
стани	,011	-,282	,147
ресурси	,150	-,363	,083
відчуття безпеки	,191	-,390	,078
загальний рівень емоційного благополуччя	,115	-,369	,117

Extraction Method: Principal Component Analysis.

Rotation Method: Varimax with Kaiser Normalization.

Component Scores.

**Component Score Covariance Matrix**

Component	1	2	3
1	1,000	,000	,000
2	,000	1,000	,000
3	,000	,000	1,000

Extraction Method: Principal Component Analysis.

Rotation Method: Varimax with Kaiser Normalization.

Component Scores.

**Відмінності середніх значень вираженості диспозицій суб'єктивного  
благополуччя випробуваних різної статі**

**T-Test**

**Group Statistics**

		N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
екзистенційно- діяльнісного благополуччя	жінки	478	,066	,962	,044
	чоловіки	98	-,190	,999	,100
емоційного благополуччя	жінки	478	-,024	1,007	,046
	чоловіки	98	,118	,957	,096
позитивного функціонування і розвитку	жінки	478	-,033	,996	,045
	чоловіки	98	,285	1,033	,104

**Independent Samples Test**

		t-test for Equality of Means				
		t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference
екзистенційно- діяльнісного благополуччя	Equal variances assumed	2,394	574	,017	,257	,107
	Equal variances not assumed	2,336	136,5	,021	,257	,110
емоційного благополуччя	Equal variances assumed	-1,285	574	,199	-,142	,110
	Equal variances not assumed	-1,329	144,6	,186	-,142	,107
позитивного функціонування і розвитку	Equal variances assumed	-2,868	574	,004	-,319	,111
	Equal variances not assumed	-2,800	136,5	,006	-,319	,113

## Додаток И

**Відмінності середніх значень вираженості диспозицій  
суб'єктивного благополуччя випробуваних різного курсу  
навчально-професійної підготовки**

**Oneway****Descriptives**

		N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
екзистенційно- діяльнісного благополуччя	бакалавр 1-2 рік	159	-,076	,884	,070
	бакалавр 3-4 рік	340	,089	,960	,052
	магістр 1-2 рік	77	-,006	,955	,112
емоційного благополуччя	бакалавр 1-2 рік	159	-,154	1,008	,079
	бакалавр 3-4 рік	340	,091	1,025	,055
	магістр 1-2 рік	77	-,007	,761	,089
позитивного функціонування і розвитку	бакалавр 1-2 рік	159	-,063	,911	,072
	бакалавр 3-4 рік	340	,033	1,075	,058
	магістр 1-2 рік	77	,159	,902	,106

**ANOVA**

		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
екзистенційно- діяльнісного благополуччя	Between Groups	3,086	2	1,543	1,748	,175
	Within Groups	501,213	574	,882		
емоційного благополуччя	Between Groups	6,606	2	3,303	3,359	,035
	Within Groups	558,495	574	,983		
позитивного функціонування і розвитку	Between Groups	2,581	2	1,290	1,260	,284
	Within Groups	581,597	574	1,024		

## Додаток К

**Відмінності середніх значень вираженості диспозицій суб'єктивного  
благополуччя випробуваних різного напрямку фахової підготовки**

**Oneway****Descriptives**

		N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
екзистенційно- діяльнісного благополуччя	педагогіка	167	-,149	,988	,078
	психологія	186	,159	1,035	,056
	менеджмент	223	-,033	,782	,092
емоційного благополуччя	педагогіка	167	-,046	,953	,075
	психологія	186	,030	1,016	,055
	менеджмент	223	-,036	,964	,113
позитивного функціонування і розвитку	педагогіка	167	-,072	,927	,073
	психологія	186	-,005	1,050	,056
	менеджмент	223	,147	,911	,107

**ANOVA**

		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
екзистенційно- діяльнісного благополуччя	Between Groups	10,905	2	5,453	5,515	,004
	Within Groups	561,599	574	,989		
емоційного благополуччя	Between Groups	,771	2	,385	,391	,677
	Within Groups	560,039	574	,986		
позитивного функціонування і розвитку	Between Groups	2,407	2	1,204	1,202	,302
	Within Groups	568,999	574	1,002		

**Відмінності середніх значень вираженості диспозицій суб'єктивного  
благополуччя випробуваних різного регіону навчання**

**Oneway**

**Descriptives**

		N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
екзистенційно- діяльнісного благополуччя	північний захід	210	,230	,992	,068
	захід	70	,042	,790	,094
	схід	94	-,079	,997	,102
	столиця	65	-,080	,872	,108
	північний схід	137	-,157	,907	,077
емоційного благополуччя	північний захід	210	,183	1,039	,071
	захід	70	-,032	,736	,087
	схід	94	-,140	1,099	,113
	столиця	65	,093	,843	,104
	північний схід	137	-,162	,990	,084
позитивного функціонування і розвитку	північний захід	210	,109	1,066	,073
	захід	70	,367	,946	,113
	схід	94	-,027	1,041	,107
	столиця	65	-,265	,923	,114
	північний схід	137	,002	,922	,078



## ANOVA

		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
екзистенційно-діяльнісного благополуччя	Between Groups	15,146	4	3,787	4,306	,002
	Within Groups	502,103	572	,879		
емоційного благополуччя	Between Groups	13,090	4	3,272	3,370	,010
	Within Groups	554,476	572	,971		
позитивного функціонування і розвитку	Between Groups	15,120	4	3,780	3,783	,005
	Within Groups	570,573	572	,999		

**Прогностичні детермінанти «екзистенційно-діяльнісного благополуччя»  
як інтегральної диспозиції суб'єктивного благополуччя випробуваних**

**Regression**

**Model Summary**

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	,827 <sup>a</sup>	,684	,678	3,482

a. Predictors: (Constant), загальна інтолерантність до невизначеності, складність ситуації, нерозв'язність ситуації, ставлення до нового, новизна ситуації, надання переваги невизначеності, толерантність до невизначеності, гнітюча тривога, ставлення до складних завдань, ставлення до невизначених ситуацій

**ANOVA<sup>b</sup>**

Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	157,305	10	15,498	20,914	,000 <sup>a</sup>
	Residual	418,695	566	,741		
	Total	576,000	576			

a. Predictors: (Constant), загальна інтолерантність до невизначеності, складність ситуації, нерозв'язність ситуації, ставлення до нового, новизна ситуації, надання переваги невизначеності, толерантність до невизначеності, гнітюча тривога, ставлення до складних завдань, ставлення до невизначених ситуацій

b. Dependent Variable: «екзистенційно-діяльнісне благополуччя»

**Coefficients<sup>a</sup>**

Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
		B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	9,617	,248		16,392	,000
	ставлення до новизни	,072	,041	,072	1,780	,076
	ставлення до складних завдань	,296	,096	,296	3,087	,002
	ставлення до невизначених ситуацій	,470	,099	,470	4,753	,000
	надання переваги невизначеності	,493	,098	,493	5,045	,000
	толерантність до невизначеності	,112	,104	,112	2,038	,042
	новизна ситуації	,002	,039	,002	,052	,958
	складність ситуації	-,001	,038	-,001	-,015	,988
	нерозв'язність ситуації	,069	,037	,069	1,851	,065
	гнітюча тривога	-,171	,070	-,171	-2,429	,015
	загальна інтолерантність до невизначеності	-,163	,070	-,164	-2,334	,020

a. Dependent Variable: «екзистенційно-діяльнісне благополуччя»

**Прогностичні детермінанти «емоційного благополуччя»  
як інтегральної диспозиції суб'єктивного благополуччя випробуваних**

**Regression**

**Model Summary**

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	,795 <sup>a</sup>	,632	,628	3,796

a. Predictors: (Constant), загальна інтолерантність до невизначеності, складність ситуації, нерозв'язність ситуації, ставлення до нового, новизна ситуації, надання переваги невизначеності, толерантність до невизначеності, гнітюча тривога, ставлення до складних завдань, ставлення до невизначених ситуацій

**ANOVA<sup>b</sup>**

Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	164,959	10	16,396	22,537	,000 <sup>a</sup>
	Residual	411,041	566	,728		
	Total	576,000	576			

a. Predictors: (Constant), загальна інтолерантність до невизначеності, складність ситуації, нерозв'язність ситуації, ставлення до нового, новизна ситуації, надання переваги невизначеності, толерантність до невизначеності, гнітюча тривога, ставлення до складних завдань, ставлення до невизначених ситуацій

b. Dependent Variable: «емоційне благополуччя»

**Coefficients<sup>a</sup>**

Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
		B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	8,574	,306		14,080	,000
	ставлення до новизни	,135	,040	,135	3,363	,001
	ставлення до складних завдань	,726	,095	,726	7,642	,000
	ставлення до невизначених ситуацій	,972	,098	,972	9,928	,000
	надання переваги невизначеності	-,592	,097	-,592	-6,118	,000
	толерантність до невизначеності	,986	,103	,986	9,957	,000
	новизна ситуації	,139	,039	,139	3,787	,000
	складність ситуації	,006	,038	,006	,165	,869
	нерозв'язність ситуації	,138	,037	,138	3,747	,000
	гнітюча тривога	,021	,070	,021	,304	,761
	загальна інтолерантність до невизначеності	-,043	,069	-,043	-,615	,539

a. Dependent Variable: «емоційне благополуччя»

**Прогностичні детермінанти «позитивного функціонування і розвитку»  
як інтегральної диспозиції суб'єктивного благополуччя випробуваних**

**Regression**

**Model Summary**

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	,768 <sup>a</sup>	,590	,584	4,062

a. Predictors: (Constant), загальна інтолерантність до невизначеності, складність ситуації, нерозв'язність ситуації, ставлення до нового, новизна ситуації, надання переваги невизначеності, толерантність до невизначеності, гнітюча тривога, ставлення до складних завдань, ставлення до невизначених ситуацій

**ANOVA<sup>b</sup>**

Model	Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1					
Regression	74,874	10	17,453	24,748	,000 <sup>a</sup>
Residual	501,126	566	,716		
Total	576,000	576			

a. Predictors: (Constant), загальна інтолерантність до невизначеності, складність ситуації, нерозв'язність ситуації, ставлення до нового, новизна ситуації, надання переваги невизначеності, толерантність до невизначеності, гнітюча тривога, ставлення до складних завдань, ставлення до невизначених ситуацій

b. Dependent Variable: «позитивне функціонування і розвиток»

**Coefficients<sup>a</sup>**

Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
		B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	7,365	,389		12,904	,000
	ставлення до новизни	,027	,044	,027	,614	,540
	ставлення до складних завдань	,320	,105	,320	3,053	,002
	ставлення до невизначених ситуацій	,388	,108	,388	3,589	,000
	надання переваги невизначеності	-,279	,107	-,279	-2,814	,009
	толерантність до невизначеності	,384	,113	,384	3,383	,000
	новизна ситуації	,027	,043	,027	,630	,529
	складність ситуації	,376	,042	,376	3,240	,000
	нерозв'язність ситуації	,189	,041	,189	2,199	,028
	гнітюча тривога	-,353	,077	-,353	-3,218	,001
	загальна інтолерантність до невизначеності	-,156	,077	-,156	-2,038	,042

a. Dependent Variable: «позитивне функціонування і розвиток»