

РЕСУРСНІСТЬ ТОЛЕРАНТНОСТІ ДО НЕВИЗНАЧЕНОСТІ У ПІДТРИМАННІ СУБ'ЄКТИВНОГО БЛАГОПОЛУЧЧЯ: ТЕОРЕТИЧНІ РОЗВІДКИ

RESOURCES OF TOLERANCE TO UNCERTAINTY IN SUPPORT OF SUBJECTIVE WELL-BEING: THEORETICAL EXPLORATION

Здійснено аналіз проблеми толерантності до невизначеності та її ресурсності у підтриманні суб'єктивного благополуччя в умовах невизначеності. Невизначеність розглянуто як вагоме явище в різних сферах життєдіяльності та особливе плю суспільного життя, фокусування на якому проблематизує окремі аспекти досягнення суб'єктивного благополуччя. Проаналізовано розуміння проблеми невизначеності та питання щодо її тлумачення – як принципово позитивної, негативної, як тієї й іншої. Толерантність до невизначеності розглянуто як одну з ключових категорій в цьому контексті. Розглянуто низку підходів до розуміння толерантності до невизначеності – як багатогранного явища, що охоплює різноманітні не тільки невизначеності, але й відповіді на них; як здатності особистості; як її властивості. Зазначається, що переживання суб'єктивного благополуччя чи неблагополуччя значною мірою визначається суб'єктивною інтерпретацією (когнітивною та емоційно-оцінною) особистістю ситуацій невизначеності, з якими вона стикається. Від того, як особа буде інтерпретувати невизначеність – як загрозу чи як можливість власної здійсненості, як переживатиме її та реагуватиме на неї – буде залежати досягання нею суб'єктивного благополуччя. Показано, що в умовах невизначеності, нестабільності, непередбачуваності саме психологічні ресурси особистості постають своєрідними засобами трансформації сприйняття таких умов та відіграють ключову роль в їх опануванні й підтриманні суб'єктивного благополуччя. Одним із таких психологічних ресурсів, що відповідають поставленим умовам, є толерантність до невизначеності, сутність якого полягає у когнітивному осмисленні невизначеності та оцінці її як множинності можливостей і виборів, позитивному чи нейтральному ставленню до неї, що уможливує проактивне реагування особистості. Вивчення особливостей толерантності до невизначеності як психологічного ресурсу суб'єктивного благополуччя молоді та його підтримання постане перспективою наших подальших досліджень.

Ключові слова: невизначеність, толерантність до невизначеності, психологічні

ресурси, опанування невизначеності, підтримка суб'єктивного благополуччя.

The problem of tolerance to uncertainty and its resources in maintaining subjective well-being in conditions of uncertainty has been analysed. Uncertainty is considered as a significant phenomenon in various spheres of life and a special background of social life. Focusing on it highlights the problem of certain aspects in achieving subjective well-being. The understanding of the problem of uncertainty and the question of its interpretation as fundamentally positive, negative and both has been studied. Tolerance to uncertainty is dealt with as one of the key categories in this context. A number of approaches to the understanding of tolerance to uncertainty have been analysed as a multi-faceted phenomenon that includes a variety of not only uncertainties, but also responses to them and as a personality's abilities and as its traits. It is noted that the feeling of subjective well-being or unhappiness is largely determined by the individual's subjective interpretation (cognitive and emotional-evaluative) of the situations of uncertainty which he/she deals with. On the way a person interprets uncertainty - as a threat or an opportunity for his/her own realisation, and on the way he/she experiences it and reacts to it, his/her achievement of subjective well-being depends. It is shown that in conditions of uncertainty, instability, and unpredictability, the very psychological resources of the individual appear as a kind of transformation means of such conditions perception and play a key role in mastering them and maintaining subjective well-being. Tolerance to uncertainty is one of such psychological resources that meet the given conditions. Its essence lies in the cognitive process of comprehension of uncertainty and its evaluation as a multiplicity of possibilities and choices, a positive or neutral attitude towards it which enables a proactive response of the individual. The study of features of tolerance to uncertainty as a psychological resource of the subjective well-being of young people and its maintenance will become the perspective of our further research.

Key words: uncertainty, tolerance to uncertainty, psychological resources, mastering uncertainty, support of subjective well-being.

УДК 316.62:159.923

DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2022.41.43>

Коробка І.М.

аспірант

Інститут соціальної та політичної психології Національної академії педагогічних наук України

Вступ. Суб'єктивне психологічне благополуччя та якість життя людини багато в чому залежать від її можливостей справлятися з невизначеністю буття. У психологічній науці така можливість знайшла своє вираження в конструкті, що позначається як «толерантність до невизначеності». Незважаючи на підвищений інтерес сучасних досліджень до цього феномену, його дослідницький ресурс не вичерпано. Можемо говорити про значну перспективність його розгляду як у теоретичному, так і в прикладному аспектах для різних галузей психоло-

гічного знання – від соціальної психології здоров'я і благополуччя до психотерапії.

В контексті нашого дослідження толерантність до невизначеності може розкрити нові грані проблеми суб'єктивного благополуччя особи, й зокрема молодих людей, та розглядатися як психологічний ресурс його підтримання в умовах невизначеності.

Аналіз останніх досліджень та публікацій. Невизначеність є вагомим явищем в різних сферах життєдіяльності. Дослідниками вказуються на такі характеристики невизначених

ситуації як взаємосуперечливість та амбівалентність (С. Литвин) [1]; *багатомірність, полісистемність та наявність безлічі об'єктивних і суб'єктивних конфліктів* (В. Семиченко, К. Артюшина) [2]; неконтрольованість як суб'єктивна неможливість управляти розвитком подій, протистояти несподіванкам, передбачити їх (А. Гусев) [3] та ін.

Зазначається, що ситуації невизначеності виникають внаслідок як недостатності інформації, так і її надмірного різноманіття (Г. Павленко) [4]; перенасиченості новою взаємосуперечливою інформацією (С. Литвин) [1]; що невизначеність існує для суб'єкта як принципова невідомість майбутнього, як неможливість точно прогнозувати події та постає як особливе тло суспільного життя [2; 4], але значущим аспектом є саме суб'єктивна оцінка та сприйняття людиною ситуації як важкої або навпаки, як такої, що відкриває позитивні можливості» [4]. У цьому контексті роль толерантності до невизначеності – як психологічного запобіжника – у таких процесах усе частіше потрапляє у фокус дослідницької уваги.

Толерантність до невизначеності розглядають як інтегральну особистісну характеристику (Г. Павленко) [4]; як властивість особистості, котра дозволяє витримувати кризи прояви, пов'язані з невизначеністю основ власного буття і, які виникають під час переходу до нової ідентичності (А. Гусев) [3], яка проявляється у постійній готовності до того, що може відбуватися будь що (С. Литвин) [1]; як особистісну характеристику, що виявляється в здатності переносити ситуації невизначеності (П. Лушин; N. Koerner) [5; 6], а також сприймати ситуацію невизначеності як нейтральну або позитивну та зберігати здатність реагувати проактивно в умовах неповної, нової та/або суперечливій інформації (Г. Громова) [7]; як *сукупність негативних та позитивних психологічних реакцій, спровокованих свідомим усвідомленням незнання про окремі аспекти світу* (M. Hillen та ін.) [8] тощо.

Видається логічним якби в ситуаціях невизначеності, для їх успішного опанування та підтримання благополуччя, особою були б обрані сильні психологічні ресурси, використання яких дозволить їй залишатися максимально ефективною і продуктивною та підтримувати своє благополуччя.

В сучасних дослідженнях в якості ресурсів суб'єктивного благополуччя виділяються такі, як життєстійкість (Т. Ларіна) [9]; самоефективність (К. Мирончак) [10], почуття зв'язності (Л. Коробка) [11]; життєва енергія, оптимізм, соціальний інтелект, гнучкість мислення, здатність до самоконтролю, почуття гумору тощо (M. Seligman) [12]; здатність знов і знов знаходити себе у групі, спільноті, соціумі та продуктивно працювати, відчуваючи, що

життя має певний сенс (Т. Титаренко) [13] та багато інших.

Слід зазначити, що попри значну увагу науковців до проблеми, й досі бракує досліджень присвячених вивченню ресурсності толерантності до невизначеності у підтриманні суб'єктивного благополуччя особи, й зокрема молоді.

У нашій роботі ми ставимо за **мету** визначення теоретичних засад дослідження ресурсності толерантності до невизначеності у підтриманні суб'єктивного благополуччя в умовах соціальної невизначеності. Для цього було використано *загальнотеоретичні методи* аналізу, синтезу, порівняння й узагальнення психологічної літератури з означеної проблеми.

Виклад основного матеріалу дослідження. Невизначеність є невід'ємною характеристикою життя в різних його аспектах, і одними із важливих питань є питання тлумачення невизначеності – як принципово позитивної, негативної чи тієї й іншої та толерантності до невизначеності як однієї із ключових категорій в цьому контексті.

Реакції людини на невизначеність, як свідчать дослідження, можуть бути різноманітними залежно від контексту. З одного боку, можна сприймати невизначеність як принципово негативне явище, а толерантність як відповідь, спрямовану на уникнення чи пом'якшення її шкоди (R. Lauriola; J. Herman) [14; 15]. 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; M. Hillen та ін.), може призвести до зниження адаптивної здатності людини, підвищення у неї тривожності, нестійкості до стресу, критичної упередженості по відношенню до себе, порушення міжособистісних зв'язків з оточуючими, до внутрішньоособистісного конфлікту [2; 8]. Як доводить Н. *Перегончук*, невизначеність у значній частині досліджуваних студентів асоціюється із невпевненістю і досить часто викликає негативні переживання та реакції [16].

З другого боку, невизначеність розглядається (V. Greco, D. Roger) як сприятливий стан до якого прагнуть, якого потрібно шукати, а толерантність до невизначеності розуміється як відповідь, яка спрямована на отримання вигоди від невизначеності [17]. За таким концептуальним баченням спектр толерантності до невизначеності поширюється від негативного до позитивного.

Отже цей феномен, як зазначає П. Лушин, 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 [5]. Про це також свідчать результати досліджень, які доводять, що ситуації невизначеності можуть викликати такі позитивні переживання як інтерес, цікавість [2]; спонукають ставитися до них не лише як до загрози, а як до виклику [16].

В дослідженнях А. Furnham, J. Marks розкривається зв'язок високого рівня толерантності до невизначеності з допитливістю, усвідомленістю, задоволеністю життям, екстраверсією та іншими позитивними характеристиками особистості [18].

У сучасних українських дослідженнях здійснюються спроби операціоналізації толерантності до невизначеності як психологічного конструкту з метою розуміння цього поняття та його подальшого вивчення у психологічних дослідженнях [1; 7]. Серед компонентів, які можуть розглядатися в якості одиниць змістовного наповнення цього конструкту виділяються зокрема такі, як «...здатність до комфортного переживання нестачі експліцитної інформації; спокійне або зацікавлене ставлення до хаосу та неупорядкованості; здатність відчувати процесуальність і плинність сталих речей; спокійне ставлення до випадкових процесів; здатність спокійно переживати неясність та незавершеність у спілкуванні...» [1, с. 98].

Аналізуючи толерантність до невизначеності, одні автори (К. Buhr, М. Dugas та ін.) її розглядають як процес когнітивної оцінки [19]; інші (J. Comer, А. Roy та ін.) – через процеси емоційні, які представляють широкий спектр станів, як позитивних, нейтральних, так і негативних (дискомфорт, занепокоєння, гнів та ін.) та поведінкові, що включають пошук інформації, прийняття чи уникнення рішень [20].

Аналіз проблеми привернув увагу й до так званого інтегративного визначення толерантності до невизначеності «..як сукупності негативних та позитивних психологічних реакцій – когнітивних, емоційних та поведінкових – спровокованих свідомим усвідомленням незнання щодо окремих аспектів світу, яке покладено в основу моделі, що не прописує феноменологічних меж, а навпаки, забезпечує організаційну структуру, яка допомагає чітко визначити основні припущення, цілі та компроміси різних підходів», наведеного в дослідженні М. Hillen та ін. [8, с. 70]. Толерантність до невизначеності представляється тут як багатогранне явище, що охоплює різноманітні не тільки невизначеності, але й відповіді – когнітивні, емоційні та поведінкові на ці невизначеності.

Якщо говорити про когнітивні відповіді, то вони включають, як ми вже зазначали, різноманітні оцінки, які можуть варіювати від нега-

тивних до позитивних. Емоційні реакції також є різноманітними і можуть виявлятися у дискомфорті, занепокоєнні, гніві, хвилюванні чи збудженні.

Поведінкові реакції, як вказують дослідники, можуть бути класифіковані як такі, що орієнтовані на джерела чи наслідки. Так «...відповіді, орієнтовані на джерела, спрямовані на уникнення або змінення невизначеної ситуації. Реакції, орієнтовані на наслідки, спрямовані на пом'якшення наслідків невизначеної ситуації і будь-яка з цих різних реакцій може бути як усвідомленою та навмисною, так і несвідомою та рефлексивною» [8, с. 71].

Отже толерантність до невизначеності представляється як феномен, що пояснює широту реакцій особи на релевантні явища – як позитивні (адаптивні), так і негативні (неадаптивні) – та враховує потенційну роль контекстуальних (модеруючих) факторів в організації поведінки особистості.

Як свідчить здійснений аналіз, до цього явища можливо підходити як до властивості особистості, що дозволяє охарактеризувати й зрозуміти індивідуальні відмінності толерантності до невизначеності та дослідити спеціальні заходи відповідно до цих відмінностей; або як до стану, що залежить від контексту та ситуації, що дозволяє краще зрозуміти контекстуальні фактори, які впливають на толерантність до невизначеності та розробити заходи для впливу на ці фактори.

В контексті нашого дослідження 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 або змінювати її). Від того, як особа буде інтерпретувати невизначеність – як загрозу чи як можливість власної здійсненості, як переживатиме її та реагуватиме на неї – буде залежати ефективність самоздійснення та досягнення й підтримання нею суб'єктивного благополуччя.

Отже переживання суб'єктивного благополуччя чи неблагополуччя значною мірою визначається суб'єктивною інтерпретацією (когнітивною та емоційно-оцінною) особистістю ситуацій невизначеності, з якими вона стикається, що детермінує спрямованість активності особистості, її поведінку в таких ситуаціях. Таким чином коли йдеться про досягнення людиною благополуччя, то слід акцентувати увагу на активності особистості в досяганні власних цілей, доланні труднощів в умовах невизначеності та їх опанування.

Психологічні ресурси постають тут як пускові механізми активності суб'єкта.

Розуміння особливостей реакцій людини на невизначеність є важливим напрямком досліджень, особливо в контексті визначення психологічних ресурсів її благополуччя, одним із яких, на нашу думку, є толерантність до невизначеності.

Дослідниками (F. Luthans, C. Youssef-Morgan) зазначається, що ресурси сприяють підтримці психологічного благополуччя навіть при невідповідній об'єктивній ситуації, забезпечуючи регуляцію діяльності та її успішне здійснення у відносно несприятливих умовах [21].

Особливий інтерес в даному контексті представляють собою ті психологічні ресурси, використання яких дозволяє особі залишатися максимально ефективною і продуктивною, підтримувати якість життя та своє благополуччя в умовах невизначеності. Слід зазначити, що в літературі здебільшого використовується саме поняття психологічних ресурсів – теорія збереження ресурсів С. Хобфолла, психологічної ресурсності О. Штепи та ін. [22; 23]. Як психологічний ресурс позиціонуються властивості, які дають змогу особистості впоратися зі складними життєвими ситуаціями й знизити їхній негативний вплив.

Так С. Хобфолл вважає, що стресові події є ключовими для розвитку особистості і ресурси допомагають залишатися стійким та протистояти їх впливам, а також зберігати силу, рішучість, добиватися поставленої мети, підтримувати фізичне здоров'я і благополуччя [22].

На думку О. Штепи, у характеристиці психологічних ресурсів є важливими три аспекти, які водночас пов'язані не з типами складових психологічних ресурсів, а з їх часовою спрямованістю. Відповідно психологічні ресурси трактуються як важливий досвід минулого, стан впевненості у собі у теперішньому, стратегію саморозвитку, спрямовану у майбутнє. Психологічна ж ресурсність особистості виявляється як досвід усвідомлення власних можливостей, який стає потенціалом для надання підтримки іншим, саморозкриття і творчого саморозвитку у професії [23].

В працях сучасних українських дослідників (Л. Коробка, Т. Ларіна, К. Мирончак та ін.) акцентується увага на необхідності актуалізації психологічних ресурсів особистості в складних умовах сьогодення, які б допомагали їй бути ефективною і продуктивною у нових реаліях та підтримувати благополуччя [11; 9; 10].

Як один із головних адаптаційних психологічних ресурсів особистості розглядається відчуття самоефективності, яке підвищує толерантність особистості до стресу та відіграє важливу роль у вибудовуванні конструктивних копінгів [10, с. 100]. Встановлено, що переконання щодо власної та колективної

самоефективності, високі показники відчуття когерентності (sense of coherence) та його складових – самозарадності (manageability), як переконаності у власній здатності зараджувати собі, покладаючись на власні ресурси або сторонню допомогу, сенсовності, осмисленості (meaningfulness) – переконаність у тому, що життя має сенс, а його вимоги достойні того, щоб відповідати їм, є виявом того соціально-психологічного ресурсу особи і спільноти, який забезпечує успішність її адаптації, підтримання суб'єктивного благополуччя та зміцнення як індивідуального, так і громадського здоров'я [11, с. 54–55]. В структурі психологічного благополуччя людини серед психологічних ресурсів життєздатності особистості, що сприяють самозціленню та самовідновленню на тілесному, особистому, соціальному та духовному рівні, виокремлюється життєстійкість, яка характеризує здатність людини витримувати всі складності життя та успішно протистояти життєвим проблемам та труднощам; також наголошується про необхідність окремого виділення серед ресурсів життєздатності здатності приймати невизначеність майбутнього [9, с. 87].

Таким чином, можна сказати, що ресурси сприяють ініціації поведінки особистості, реалізують зв'язок суб'єкта з навколишнім середовищем, тим самим граючи ключову роль у підтримці психологічного благополуччя, а також у реалізації успішності діяльності в ситуаціях в невизначеності.

В перелік психологічних ресурсів особистості, які допомагають їй зробити вибір певних стратегій оволодіння складними життєвими ситуаціями, дослідники (А. Гусєв; Г. Павленко; О. Штепа та ін.) включають, зокрема, і толерантність до невизначеності [3; 4; 23]. Натомість вивчення цього ресурсу у підтриманні суб'єктивного благополуччя особи й, зокрема молодих людей, залишається актуальною і недостатньо розробленою проблемою.

Отже психологічні ресурси особистості в умовах нестабільності, непередбачуваності, невизначеності постають своєрідними засобами трансформації сприйняття таких умов та відіграють ключову роль в їх опануванні та підтримці суб'єктивного благополуччя. Одним із таких психологічних ресурсів, що відповідають поставленим умовам, на нашу думку, є толерантність до невизначеності.

Здійснений аналіз дозволяє припустити, що сутність толерантності до невизначеності як психологічного ресурсу суб'єктивного благополуччя особи полягатиме:

- у когнітивному осмисленні невизначеності (прийняття її існування, сприйняття та оцінку її як множинності можливостей, виборів);

- в усвідомлюваному переживанні невизначеності (адекватність емоційного реагування

і прояву почуттів, позитивне чи хоча б нейтральне ставлення до невизначеності, здатність до саморегуляції);

– та проактивному реагуванні в ситуаціях невизначеності (активний пошук варіантів та ефективних способів вирішення ситуацій, ефективні стратегії опанування, готовність активно впливати на умови середовища, брати відповідальність за себе й своє життя).

Висновки. Невизначеність є невід’ємною характеристикою життя в різних його аспектах і людина знаходиться під постійним впливом великої кількості ефектів невизначеності. Відповідно важливим питанням є питання тлумачення толерантності до невизначеності як однієї з ключових категорій в цьому контексті. Від того, як особа буде інтерпретувати невизначеність – як загрозу чи як можливість власної здійсненості, як переживатиме її та реагуватиме на неї – буде залежати ефективність самоздійснення та досягання нею суб’єктивного благополуччя.

Підтримці благополуччя в умовах невизначеності сприяють психологічні ресурси, які використовуються для трансформації сприйняття таких умов та їхнього опанування. У цьому сенсі толерантність до невизначеності може постати як психологічний ресурс суб’єктивного благополуччя особи, сутність якого полягає у когнітивному осмисленні невизначеності та оцінці її як множинності можливостей і виборів, позитивному чи нейтральному ставленню до неї, що уможливорює проактивне реагування в ситуаціях невизначеності.

Отже **перспективою наших подальших досліджень** постане вивчення особливостей толерантності до невизначеності як психологічного ресурсу суб’єктивного благополуччя молоді та його підтримання.

ЛИТЕРАТУРА:

1. Литвин С. В. Толерантність до невизначеності як психологічний конструкт. *Psychological journal*. К., 2019. № 1(21). С. 90–107.
2. Семиченко В., Артюшина К. Проблема невизначеності у теорії та практиці вищої школи. *Вісник Націон. авіаційного ун-ту. Серія: Педагогіка. Психологія*: зб. наук. праць. Київ : НАУ, 2019. Вип. 2 (15). С. 141–152.
3. Гусєв А.І. Толерантність до невизначеності як чинник розвитку ідентичності особистості: дис....канд. психол. наук...19.00.01. Ун-т менеджменту освіти АПН України. Київ, 2009. 233 с.
4. Павленко Г.В. Особистісні диспозиції як ресурс психологічного благополуччя в умовах невизначеності: дис... на здобуття ступеня доктора філософії за спеціальністю 053 – Психологія. Харківський національний університет імені В. Н. Каразіна, Харків, 2020. 289 с.
5. Лушин П. В. Неопределенность, которую не толерируют. *Теория и практика психотерапии*. Publishing House Studio Génie Montreal. Canada, 2016. № 5. Том 3. С. 2–6.
6. Koerner N., Dugas M.J. An investigation of appraisals in individuals vulnerable to excessive worry: the role of intolerance of uncertainty. *Cognitive Therapy and Research*, 2008. Vol. 32, Issue 5. P. 619–638.

erance of uncertainty. *Cognitive Therapy and Research*, 2008. Vol. 32, Issue 5. P. 619–638.

7. Громова Г. Роль толерантності до невизначеності у психологічній реабілітації учасника бойових дій. *Матеріали наук.-практ. конф. «Філософсько-соціологічні та психолого-педагогічні проблеми підготовки особистості до виконання завдань в особливих умовах (31 жовтня 2019 р.)*. Київ, 2019. С. 84–87.

8. Hillen M., Gutheil C., Strout T., Smets E., Han P. et al. Tolerance of uncertainty: Conceptual analysis, integrative model, and implications for healthcare. *Social Science & Medicine*, 2017. Vol. 180. P. 62–75.

9. Ларіна Т. О. Модель соціально-психологічних ресурсів життєздатності особистості в структурі психологічного благополуччя людини. *Ракурси психологічного благополуччя особистості: зб. тез доповідей всеукр. наук.-практ. семінару (9 червня 2017 р.)*. Ніжин : НДУ ім. М. Гоголя, 2017. С. 85–90.

10. Мирончак К.В. Відчуття самоефективності як психологічний ресурс особистості. *Ракурси психологічного благополуччя особистості: зб. тез доповідей всеукр. наук.-практ. семінару (9 червня 2017 р.)*, Ніжин : НДУ ім. М. Гоголя, 2017. С. 99–103.

11. Korobka L. Public Health Strengthening in the Context of Community Adaptation to the Consequences of a Military Conflict: Salutogenic Approach. *Mental Health: Global Challenges in XXI century: MHGC Proceedings. NDSAN (MFC – coordinator of the NDSAN)*, Rome, 2018. P. 54–55.

12. Seligman M. Flourish: A new understanding of happiness and well-being – and how to achieve them. London: Nicholas Brealey Publishing, 2011, 368 p.

13. Титаренко Т. М. Психологічне здоров'я особистості: засоби самопомоги в умовах тривалої травматизації : монографія. НАПН України, Ін-т соціальної та політичної психології. Кропивницький : Імекс-ЛТД, 2018. 160 с.

14. Lauriola R., Foschi O., Mosca J. Weller J. Attitude toward ambiguity: empirically robust factors in self-report personality scales. *Assessment*, 2016. Vol. 23, Iss. 3. P. 353–373.

15. Herman J.L., Stevens M.J., Bird A., Mendenhall M., Oddou G. et al. The Tolerance for Ambiguity Scale: towards a more refined measure for international management research. *International Journal of Intercultural Relations*, 2010. Vol. 34, Iss. 1. P. 58–65.

16. Перегончук Н.В. Ситуація невизначеності перехідного періоду розвитку суспільства як психологічна умова формування професійної компетентності майбутнього психолога. *Scientific Journal «ScienceRise»*, 2016. № 3(1). С. 41-45.

17. Greco V., Roger D. Coping with uncertainty: the construction and validation of a new measure. *Personality and Individual Differences*, 2001. Vol. 31, Iss. 4. P. 519–534.

18. Furnham A., Marks J. Tolerance of Ambiguity: A Review of the Recent Literature. *Psychology*, 2013. Vol. 4. No. 9, P. 717–728.

19. Buhr K., & Dugas M. J. Investigating the construct validity of intolerance of uncertainty and its unique relationship with worry. *Journal of Anxiety Disorders*, 2006. Vol. 20, P. 222–236.

20. Comer J.S., Roy A.K., Furr J.M., Gotimer K., Beidas R.S. et al. The intolerance of uncertainty scale for

children: a psychometric evaluation. *Psychol. Assess.*, 2009. Vol. 21, P. 402–411.

21. Luthans, F. & Youssef-Morgan, C. Psychological Capital: An Evidence-Based Positive Approach. *Annual Review of Organizational Psychology and Organizational Behavior*, 2017. Vol. 4. P. 339–366.

22. Hobfoll S. Conservation of resources theory: its implication for stress, health, and resilience. Folkman S.

(ed.). *The Oxford handbook of stress, health, and coping*. N.Y.: Oxford University Press, 2011. pp. 127–147.

23. Штепа О. С. Психологічні ресурси як унікальні якості майбутніх психологів. *Гуманітарний вісник. Додаток 1 до Вип. 27, Том V (38): Тематичний випуск «Вища освіта України у контексті інтеграції до європейського освітнього простору»*. К.: Гнозис, 2012. С. 536–542.