

Теория и методология: проблемы, тенденции



УДК 159.9.072.43

DOI 10.20310/1810-231X-2021-20-1(47)-7-13

Поступила в редакцию / Received 11.01.2021

Поступила после рецензирования и доработки / Revised 17.02.2021

Принята к публикации / Accepted 24.03.2021

оригинальная статья

Толерантность к неопределенности как предиктор стратегии адаптации в условиях пандемии COVID-19 студентов-психологов

Кондрашихина Оксана Александровна

ФГАОУ ВО «Севастопольский государственный университет»

299053, г. Севастополь, Российская Федерация, ул. Университетская, 33

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-6582-0582>, e-mail: okskon66@mail.ru

Аннотация. Цель исследования – выявить взаимосвязь между толерантностью/интолерантностью к неопределенности с копинг-стратегиями и механизмами психологической защиты личности в условиях адаптации к ситуациям с высокой долей неопределенности, связанной с пандемией коронавирусной инфекции. Установлена положительная корреляция между толерантностью к неопределенности и защитными механизмами «юмор» и «компенсация» и отрицательная корреляция с механизмом «всепоглощающий контроль». Повышение уровня интолерантности к неопределенности влечет за собой: 1) повышение уровней регрессии и ухода в неопределенных ситуациях; 2) снижение готовности к планомерному решению проблемы и возникновение неспособности отделять эмоции по поводу ситуации от когнитивного ее решения; 3) снижение способности войти в активное противодействие с неопределенностью, снижение способности к юмору и положительной переоценке неопределенной ситуации. Кроме того, повышение уровня межличностной интолерантности к неопределенности приводит к росту используемых защитных механизмов и стратегий совладающего поведения (пассивная агрессия, диссоциация, проекция, вытеснение, замещение, дистанцирование и др.), что косвенно свидетельствует о восприятии неопределенной ситуации такими студентами как крайне трудной, угрожающей, негативной. Таким образом, толерантность к неопределенности является значимым ресурсом адаптивного проживания личностью условий неопределенности пандемии COVID-19. Наиболее уязвимыми в ситуации неопределенности, ассоциированной с пандемией COVID-19, являются студенты с высокой межличностной интолерантностью к неопределенности. Практическая значимость исследования определяется необходимостью формирования способности к конструктивной активности в условиях неопределенности, что возможно реализовать в процессе тренинговых интервенций. Дальнейшее исследование может базироваться на рассмотрении взаимосвязи между толерантностью к неопределенности с другими факторами адаптации к условиям неопределенности, обусловленных пандемией COVID-19. Оригинальность исследования связана с дефицитностью работ по оценке адаптационных ресурсов личности в условиях неопределенности, связанных с пандемией COVID-19.

Ключевые слова: толерантность; интолерантность; адаптация; копинг; механизм защиты; корреляция; студент-психолог

Для цитирования: Кондрашихина О.А. Толерантность к неопределенности как предиктор стратегии адаптации в условиях пандемии COVID-19 студентов-психологов // Психолого-педагогический журнал «Гаудеамус». 2021. Т. 20. № 1 (47). С. 7-13. DOI 10.20310/1810-231X-2021-20-1(47)-7-13

Tolerance to uncertainty among psychology students as a predictor of adaptation strategy in the COVID-19 pandemic

Oksana A. Kondrashikhina

Sevastopol State University

33 Universitetskaya St., Sevastopol 299053, Russian Federation

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-6582-0582>, e-mail: okskon66@mail.ru

Abstract. The aim of the study is to identify the correlation between tolerance/intolerance to uncertainty with coping strategies and mechanisms of psychological protection of the individual in the conditions of adaptation to situations with a high degree of uncertainty associated with the coronavirus pandemic. A positive correlation was established between tolerance to uncertainty and the protective mechanisms of “humor” and “compensation”, and a negative correlation with the mechanism of “omnipotent control”. Increasing the level of tolerance to uncertainty entails: 1) increased levels of regression and withdrawal in uncertain situations; 2) reduced readiness for systematic problem solving and the emergence of an inability to separate emotions about the situation from its cognitive solution; 3) reduced ability to enter into active opposition with uncertainty, reduced ability to humor and positive reassessment of an uncertain situation. In addition, an increase in the level of interpersonal tolerance to uncertainty leads to an increase in the defense mechanisms and used coping strategies (passive aggression, dissociation, projection, displacement, substitution, distancing, etc.), which clearly indicates the perception of an uncertain situation by such students as extremely difficult, threatening, negative. Thus, tolerance to uncertainty is a significant resource for adaptive living by a person in the conditions of uncertainty of the COVID-19 pandemic. Students with a high interpersonal tolerance to uncertainty are the most vulnerable to the uncertainty associated with the COVID-19 pandemic. The practical significance of the study is determined by the need to form the ability to constructive activity in conditions of uncertainty, which can be implemented in the process of training interventions. Further research may be based on considering the relationship between tolerance to uncertainty and other factors of adaptation to the conditions of uncertainty caused by the COVID-19 pandemic. The originality of the study is associated with the scarcity of works on the assessment of adaptive resources of the individual in the conditions of uncertainty associated with the COVID-19 pandemic.

Keywords: tolerance; intolerance; adaptation; coping; defense mechanism; correlation; psychology student

For citation: Kondrashikhina O.A. Tolerantnost' k neopredelennosti kak prediktor strategii adaptatsii v usloviyakh pandemii COVID-19 studentov-psikhologov [Tolerance to uncertainty among psychology students as a predictor of adaptation strategy in the COVID-19 pandemic]. *Psikhologopedagogicheskiy zhurnal «Gaudeamus» – Psychological-Pedagogical Journal “Gaudeamus”*, 2021, vol. 20, no. 1 (47), pp. 7-13. DOI 10.20310/1810-231X-2021-20-1(47)-7-13 (In Russian, Abstr. in Engl.)

ВВЕДЕНИЕ

Неопределенность постоянно сопровождает человека в современном мире, причем складывается впечатление, что ее уровень постоянно возрастает. Пандемия COVID-19 и ассоциированные с ней риски инфицирования, неопределенность развития событий в связи с возникновением новых мутаций вируса, неокончательная ясность рисков тяжелого течения заболевания являются источниками стресса и приводят к росту эмоционального напряжения. Как известно, адапта-

ционными механизмами в стрессовых условиях выступают копинг-стратегии и защитные механизмы личности [1; 2]. Одни – как более осмысленные, рефлекслируемые, вторые – в основном, автоматические, бессознательные.

Толерантность к неопределенности позволяет человеку достаточно комфортно чувствовать себя в современном амбивалентном мире. Позволяет воспринимать ситуации неопределенности не как угрожающие и стрессовые, но как ситуации, содержащие некий ресурс возможностей, зону роста и др. Толеран-

рантность к неопределенности давно изучается в психологии и рассматривается в разных аспектах. В рамках данного исследования будем рассматривать толерантность к неопределенности не просто как терпимость к неопределенным ситуациям (от англ. tolerance – терпимость), но как устойчивость к ситуациям неопределенности, то есть как способность человека к конструктивной активности в ситуациях (условиях) неопределенности, генерализованное личностное свойство, заключающееся в стремлении к изменениям, новизне, оригинальности, в предпочтении более сложных задач, способности действовать самостоятельно и выходить за рамки ограничений [3]. На настоящий момент выполнен достаточно широкий ряд исследований взаимосвязи толерантности к неопределенности и адаптационного потенциала личности. В ряде работ показана связь между адаптационной готовностью, адаптивностью и толерантностью к неопределенности [4]. Раскрыты психологические механизмы, стратегии и ресурсы стресс-преодолевающего поведения (копинг-поведения), влияние толерантности к неопределенности на стратегии совладающего поведения [5–9].

Однако влияние толерантности к неопределенности на выбор совладающего поведения и активизацию защитных механизмов личности в условиях неопределенности, связанной с пандемией COVID-19, пока не нашло отражения в научных исследованиях.

Цель статьи – изучить, как взаимосвязаны копинг-стратегии и защитные механизмы с толерантностью-интолерантностью к неопределенности и межличностной интолерантностью личности в условиях неопределенности пандемии COVID-19.

Гипотезой исследования послужило предположение о наличии определенной связи между уровнем толерантности-интолерантности личности к неопределенности и выраженностью у нее определенных копинг-стратегий и механизмов защиты в ситуации неопределенности, ассоциированной с пандемией COVID-19.

МАТЕРИАЛЫ И МЕТОДЫ ИССЛЕДОВАНИЯ

В исследовании принимали участие 60 студентов-психологов 2 курса ФГАОУ ВО

«Севастопольский государственный университет». Время проведения психодиагностического исследования – декабрь 2020 г.

Методики исследования: 1) новый опросник толерантности-интолерантности к неопределенности (Т.В. Корнилова) [3]; 2) опросник «Способы совладающего поведения» (Р. Лазарус, С. Фолкман, адаптация: Т.Л. Крюкова, Е.В. Куфтяк, М.С. Замышляева), в инструкции было осуществлено уточнение: «трудной неопределенной ситуацией, связанной с пандемией COVID-19»; 3) методика измерения психологической защиты (Е.Р. Пилюгина, Р.Ф. Сулейманов) [10]. Для статистической верификации использовался критерий корреляции Пирсона.

РЕЗУЛЬТАТЫ И ОБСУЖДЕНИЕ

Диагностика толерантности-интолерантности к неопределенности по опроснику Т.В. Корниловой показала, что среднегрупповые значения по шкалам находятся в области средних показателей (табл. 1). Между тем анализ показателей по уровням свидетельствует о том, что преобладает толерантность к неопределенности (ее высокие показатели зафиксированы у 53 % испытуемых) над интолерантностью и межличностной интолерантностью к неопределенности. То есть в основном студенты воспринимают неопределенные ситуации как ситуации вызова, не испытывают выраженных негативных эмоций. Однако значительная часть студентов (30 %) все же реагируют тревогой, неконструктивным волнением, находясь в неопределенных ситуациях, а 37 % испытуемых не переносят недоговоренности, неоднозначности в межличностных отношениях.

На рис. 1 представлены результаты корреляционного анализа поиска взаимосвязи между уровнем толерантности к неопределенности и выраженностью защитных механизмов и копинг-стратегий. Приведены только связи, достигшие 5 % или 1 % уровня значимости. По рисунку 1 видно, что чем выше толерантность к неопределенности личности, то тем в большей степени ею будет использоваться юмор и компенсация, и тем в меньшей степени – всемогущий контроль в неопределенных ситуациях. Использование юмора говорит о том, что личность способна

Таблица 1

Результаты диагностики толерантности/интолерантности к неопределенности у студентов

Table 1

Results of diagnostics of tolerance/intolerance to uncertainty among students

| Показатель Indicator | Толерантность к неопределенности Tolerance towards uncertainty | Интолерантность к неопределенности Intolerance towards uncertainty | Межличностная интолерантность к неопределенности Interpersonal intolerance towards uncertainty |
|--|---|---|---|
| <i>M</i> (среднее) <i>M</i> (average) | 58,17241 | 61,27586 | 36,86207 |
| Σ (стандартное отклонение) Σ (standard deviation) | 10,45080 | 7,648046 | 6,947374 |
| Средний уровень* Average level | 36–60 | 39–65 | 24–40 |

Примечание. * – средний уровень по данным Т.В. Корниловой [3].
Note. * – average level according to data by T.V. Kornilova [3].

воспринимать ситуацию креативно, ситуация не вызывает подавляющих негативных эмоций, личность способна подняться над ситуацией и дать ей юмористическую оценку. Использование компенсации свидетельствует о том, что чем выше толерантность к неопределенности личности, тем более активно в неопределенных ситуациях она будет прибегать к повышению самооценки в других, не связанных с противоречивостью, амбивалентностью областях; ее активность в этих других, иных областях будет выступать ресурсом эмоционального самосохранения. Отрицательная корреляция с всемогущим контролем находит простое объяснение – чем выше толерантность к неопределенности, тем меньше потребность жестко контролировать ситуацию, менее выражена установка на поиск однозначности. Статистически значимые связи толерантности к неопределенности с копинг-стратегиями выявлены не были.

На рис. 2 представлены результаты корреляционного анализа взаимосвязи интолерантности к неопределенности с копинг-стратегиями и защитными механизмами личности. Можно сказать, что повышение уровня интолерантности к неопределенности влечет за собой:

1) повышение регрессии и уход в неопределенных ситуациях к более примитивным формам психического реагирования вплоть до психической деградации личности;

2) снижение готовности к планомерному решению проблемы (восприятие неопределенной ситуации как угрожающей лишает возможности анализировать ее, разбивать на отдельные части, формулировать задачи и достигать целей);

3) снижение уровня изоляции и возникновение неспособности отделять эмоции по поводу ситуации от когнитивного ее разрешения, что бывает особенно важным в силу экзистенциальной нагруженности неопределенных ситуаций;

4) снижение конфронтации – неспособность войти в активное противодействие с неопределенностью, принять усилия для ее преодоления;

5) снижение способности юмору и положительной переоценке неопределенной ситуации.

Таким образом, интолерантность к неопределенности запускает неблагоприятные защитные механизмы (регрессия) и блокирует работу конструктивных, адаптивных механизмов в неопределенной ситуации.

Однако наибольшее количество значимых корреляций было получено между межличностной интолерантностью к неопределенности и копинг/защитными механизмами (рис. 3). Среди копинг-стратегий выявлены положительные корреляционные связи между межличностной интолерантностью к неопределенности и самоконтролем в неопределенной ситуации. Самоконтроль – частично конструктивный копинг. В неопределенной

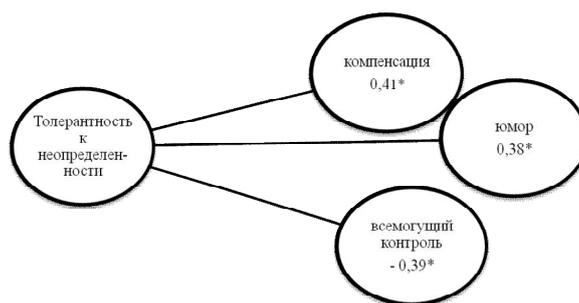


Рис. 1. Взаимосвязь толерантности к неопределенности с защитными механизмами личности
Fig. 1. Correlation of tolerance to uncertainty with the protective mechanisms of individual

Примечание. * – 5 % уровень значимости.
Note. * – 5 % significance level.

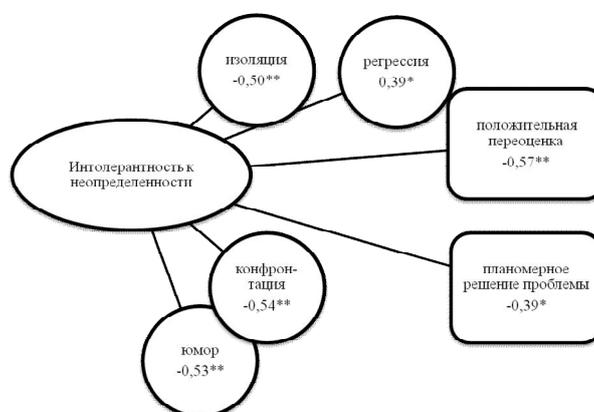


Рис. 2. Взаимосвязь интолерантности к неопределенности с защитными механизмами и копинг-стратегиями личности
Fig. 2. Correlation of intolerance to uncertainty with protective mechanisms and coping-strategies of individual

Примечание: * – 5 % уровень значимости, ** – 1 % уровень значимости.
Note. * – 5 % significance level, ** – 1 % significance level.

ситуации нетерпимость к неясности, сложности, амбивалентности в межличностных отношениях приводит к продуцированию необходимости контролировать себя и свои эмоции, что может мешать установлению межличностных контактов для социальной поддержки. Еще один копинг, с которым выявлена положительная корреляционная связь у межличностной интолерантности к неопределенности – дистанцирование. Вероятно, выраженная субъективная неуверенность в отношениях с ближайшим окружением приводит к обесцениванию собственных переживаний, недооценки значимости и возможностей действенного преодоления проблемных неопределенных ситуаций.

Кроме того, выявлен широкий спектр защитных механизмов, активация которых взаимосвязана с выраженностью межлично-

стной интолерантности к неопределенности – диссоциация, пассивная агрессия, проекция, вытеснение, замещение, предвосхищение. Что касается защитной стратегии альтруизма, то, скорее всего, рост межличностной интолерантности к неопределенности продуцирует повышение вероятности псевдоальтруизма, своего рода маски добра и гуманизма, при помощи которой интолерантная к неопределенности личность пытается преодолеть неопределенную ситуацию. Можно предположить, что именно личности, характеризующейся высокой межличностной интолерантностью к неопределенности, сложнее всего адаптироваться к неопределенным ситуациям, скорее всего, за счет затруднения использования социальных ресурсов, ресурсов опоры на ближайшее окружение и поиска информационной и

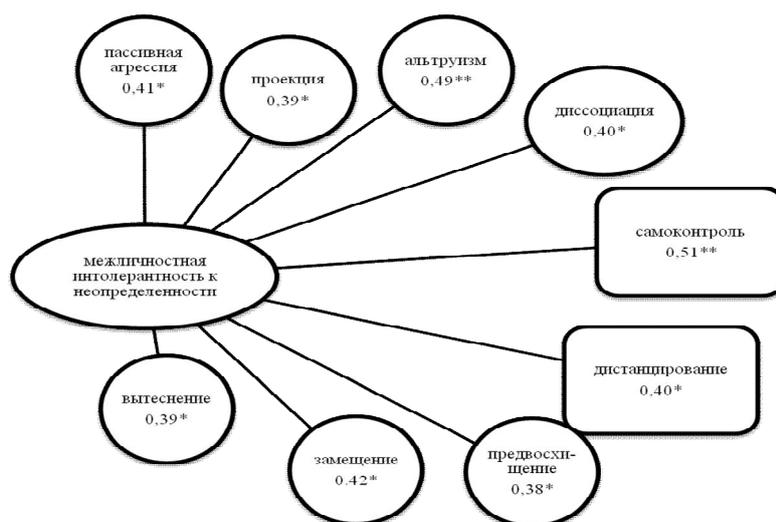


Рис. 3. Взаимосвязь межличностной интолерантностью к неопределенности с защитными механизмами и копинг-стратегиями личности

Fig. 3. Correlation of interpersonal intolerance to uncertainty with protective mechanisms and coping-strategies of individual

Примечание: * – 5 % уровень значимости, ** – 1 % уровень значимости.
Note. * – 5 % significance level, ** – 1 % significance level.

эмоциональной поддержки для конструктивного проживания и/или выхода из неопределенной ситуации.

ВЫВОДЫ

Толерантность к неопределенности является значимым ресурсом адаптивного проживания личностью условий неопределенности пандемии COVID-19. Повышение уровня интолерантности к неопределенности (особенно – межличностной) приводит к существенному росту используемых защитных механизмов, что косвенно свидетельствует о

восприятию неопределенной ситуации как крайне трудной, угрожающей, негативной.

Практическая значимость изучения взаимосвязей толерантности/интолерантности к неопределенности и копинг-стратегий и защитных механизмов личности в условиях неопределенности, ассоциированных с пандемией COVID-19, определяется необходимостью формирования способности к конструктивной активности в условиях неопределенности, что возможно реализовать в процессе тренинговых интервенций.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. *Битюцкая Е.В.* Современные подходы к изучению совладания с трудными жизненными ситуациями // Вестник Московского университета. Серия 14. Психология. 2011. № 1. С. 100-111.
2. *Лебедев И.Б.* Психология копинг-поведения. М.: Московский Университет МВД России, 2002. 300 с.
3. *Корнилова Т.В.* Новый опросник толерантности-интолерантности к неопределенности // Психологический журнал. 2010. Т. 31. № 1. С. 74-86.
4. *Шамионов Р.М.* Соотношение толерантности к неопределенности и адаптационной готовности личности к изменениям // Вестник Российского университета дружбы народов. Серия: Психология и педагогика. 2016. № 3. С. 28-39.
5. *Кондрашихина О.А., Тихомирова И.А.* Взаимосвязь творческих способностей и толерантности к неопределенности студентов-психологов // Страховские чтения. 2019. № 27. С. 184-189.
6. *Краснов Е.В., Корнилова Т.В.* Эмоциональный интеллект и толерантность к неопределенности как предикторы результативности деятельности военных руководителей // Вестник Санкт-Петербургского государственного университета. Серия 16. Психология. Педагогика. 2016. № 3. С. 28-43.
7. *Леонов И.Н.* Влияние толерантности к неопределенности на стратегии совладающего поведения у менеджеров // Известия Саратовского университета. Новая серия. Серия: Акмеология образования. Психология развития. 2015. Т. 4. № 3. С. 259-261.

8. Львова Е.Н., Митина О.В., Шлягина Е.И. Личностные предикторы совладающего поведения в ситуации неопределенности // Психологические исследования. 2015. Т. 8. № 40. С. 4.
9. Рогачев В.А., Коноплева И.Н. Толерантность к неопределенности и выбор копингстратегий у сотрудников правоохранительных органов // Психология и право. 2017. Т. 7. № 4. С. 106-126.
10. Пилюгина Е.Р., Сулейманов Р.Ф. Методика измерения психологической защиты // Экспериментальная психология. 2020. № 2. С. 194-209.

REFERENCES

1. Bityutskaya E.V. Sovremennye podkhody k izucheniyu sovladaniya s trudnymi zhiznennymi situatsiyami [Modern approaches to the research of coping with the difficult life situations]. *Vestnik Moskovskogo universiteta. Seriya 14. Psikhologiya – Moscow University Psychology Bulletin*, 2011, no. 1, pp. 100-111. (In Russian).
2. Lebedev I.B. *Psikhologiya koping-povedeniya* [Psychology of coping behavior]. Moscow, Moscow University of the MIA of Russia Publ., 2002, 300 p.
3. Kornilova T.V. Novyy oprosnik tolerantnosti-intolerantnosti k neopredelennosti [Tolerance-intolerance of ambiguity new questionnaire]. *Psikhologicheskii zhurnal*, 2010, vol. 31, no. 1, pp. 74-86. (In Russian).
4. Shamionov R.M. Sootnoshenie tolerantnosti k neopredelennosti i adaptatsionnoy gotovnosti lichnosti k izmeneniyam [Correlation between tolerance towards uncertainty and the person's adaptive readiness for change]. *Vestnik Rossiyskogo universiteta druzhby narodov. Seriya: Psikhologiya i pedagogika – RUDN Journal of Psychology and Pedagogics*, 2016, no. 3, pp. 28-39. (In Russian).
5. Kondrashikhina O.A., Tikhomirova I.A. Vzaimosvyaz' tvorcheskikh sposobnostey i tolerantnosti k neopredelennosti studentov-psikhologov [Relationship of creative abilities and tolerance to uncertainty of psychological students]. *Strakhovskie chteniya – Strakhov Readings*, 2019, no. 27, pp. 184-189. (In Russian).
6. Krasnov E.V., Kornilova T.V. Emotsional'nyy intellekt i tolerantnost' k neopredelennosti kak prediktory rezul'tativnosti deyatel'nosti voennykh rukovoditeley [Emotional intelligence and tolerance for uncertainty as result predictors of military leaders professional activity]. *Vestnik Sankt-Peterburgskogo gosudarstvennogo universiteta. Seriya 16. Psikhologiya. Pedagogika – Vestnik of Saint Petersburg University. Psychology*, 2016, no. 3, pp. 28-43. (In Russian).
7. Leonov I.N. Vliyanie tolerantnosti k neopredelennosti na strategii sovladayushchego povedeniya u menedzherov [Influence of tolerance towards uncertainty on the strategy of coping behavior in managers]. *Izvestiya Saratovskogo universiteta. Novaya seriya. Seriya: Akmeologiya obrazovaniya. Psikhologiya razvitiya – Izvestiya of Saratov University. New Series. Series: Educational Acmeology. Developmental Psychology*, 2015, vol. 4, no. 3, pp. 259-261. (In Russian).
8. Lvova E.N., Mitina O.V., Shlyagina E.I. Lichnostnye prediktory sovladayushchego povedeniya v situatsii neopredelennosti [Personal predictors of coping behavior in situation of ambiguity]. *Psikhologicheskie Issledovaniya*, 2015, vol. 8, no. 40, pp. 4. (In Russian).
9. Rogachev V.A., Konopleva I.N. Tolerantnost' k neopredelennosti i vybor kopingstrategiy u sotrudnikov pravookhranitel'nykh organov [Tolerance to uncertainty and the choice of coping strategies in law enforcement]. *Psikhologiya i pravo – Psychology and Law*, 2017, vol. 7, no. 4, pp. 106-126. (In Russian).
10. Pilyugina E.R., Suleymanov R.F. Metodika izmereniya psikhologicheskoy zashchity [Method of Measuring Psychological Defense]. *Ekspiremental'naya psikhologiya – Experimental Psychology*, 2020, no. 2, pp. 194-209. (In Russian).

ИНФОРМАЦИЯ ОБ АВТОРЕ / INFORMATION ABOUT THE AUTHOR

Кондрашихина Оксана Александровна – кандидат психологических наук, доцент кафедры психологии. Севастопольский государственный университет, г. Севастополь, Российская Федерация.

E-mail: okskon66@mail.ru

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-6582-0582>

Вклад в статью: идея исследования, исследование литературных источников, обзор литературы, обсуждение полученных результатов, написание текста статьи.

Oksana A. Kondrashikhina – Candidate of Psychology, Associate Professor of Psychology Department. Sevastopol State University, Sevastopol, Russian Federation.

E-mail: okskon66@mail.ru

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-6582-0582>

Contribution: idea of research, study of literature sources, review of literature, discussion of obtained results, writing the article.