

ОСОБЛИВОСТІ ТОЛЕРАНТНОСТІ ДО НЕВИЗНАЧЕНОСТІ ВЧИТЕЛІВ ІЗ РІЗНИМИ РІВНЯМИ ЖИТТЄСТІЙКОСТІ

Бисто Тетяна

студентка-магістрантка

Сумський державний університет

м. Суми, Україна

Життєстійкість – це вміння протистояти стресу та відновлювати себе, свій психічний, фізичний і емоційний стан після травмуючих подій. Ця якість включає в себе здатність адаптуватися до змін і труднощів, зберігати позитивний настрій і ефективно справлятися з життєвими викликами. Життєстійкі особистості мають розвинуті навички саморегуляції, можуть знаходити сенс у складних ситуаціях і використовувати свої ресурси для відновлення. Вони також здатні підтримувати соціальні зв'язки, що допомагає їм отримувати підтримку у важкі часи. Життєстійкість є важливим фактором психічного благополуччя і загальної якості життя [4].

Толерантність до невизначеності визначається як здатність особистості адаптуватися до ситуацій, що характеризуються невизначеністю, а також відчувати комфорт у відсутності чітких правил, структур чи інформації. Це психічна властивість, яка впливає на те, як людина сприймає та реагує на невизначеність у різних сферах життя [1]

Нами було проведено дослідження особливостей толерантності до невизначеності вчителів із різними рівнями життєстійкості. У опитуванні взяли участь 104 респонденти, кожен з яких має педагогічну освіту та досвід роботи у школах. Методики, які були використані в опитуванні «Життєстійкість» (С. Мадді), «Опитувальник толерантності до невизначеності» (Баднер), «Особистісна готовність до змін. PCRS» (Ролнік, Хезер, Голд).

За даними тесту життєстійкості С. Мадді, більшість учасників показують середні результати за всіма діагностичними показниками. Це вказує на загальну стабільність у їхньому сприйнятті власної діяльності, контролю, готовності до ризику та рівня життєстійкості.

За результатами опитувальника толерантності до невизначеності С. Баднера, більшість учасників показують середній рівень вираженості за показником «Новизна», що свідчить про помірну толерантність до нових ситуацій. За показником «Складність» більшість оцінює складні ситуації як можливості для розвитку, демонструючи високий рівень толерантності до складності. Щодо показника «Нерозв'язність»,

переважна частина учасників має помірний рівень реагування на нерозв'язані проблеми, що дозволяє їм ефективно відходити від розв'язання без сильних емоційних реакцій. Загалом, основна частина досліджуваних демонструє високий рівень толерантності до невизначеності, що вказує на їхню здатність адаптуватися до змін і ефективно управляти ситуаціями в умовах невизначеності.

За результатами опитувальника «Особистісна готовність до змін» (PCRS, Ролнік, Хезер, Голд) більшість учасників демонструють низькі показники за шкалами «Пристрасність», «Винахідливість», «Оптимізм», «Сміливість», «Адаптивність» і «Толерантність до двозначності». Це свідчить про обмежену енергійність, труднощі в адаптації до нових ситуацій та обмежене прагнення до нових можливостей. Середні показники за шкалами «Винахідливість» і «Оптимізм» свідчать про певну здатність до пошуку нестандартних рішень та позитивного ставлення, але ці якості виявляються нестабільними. Лише невелика частина досліджуваних показує високий рівень активності, сміливості та впевненості, що вказує на їхню здатність до натхненної та ризикованої діяльності.

Для виокремлення груп вчителів з різними рівнями толерантності до невизначеності був проведений кластерний аналіз методом к-середніх. За результатами кластеризації було виділено два кластери: перший включає 76 осіб, а другий – 28 осіб.

З метою виявлення особливостей життєстійкості вчителів з різними рівнями толерантності до невизначеності було проведено порівняльний аналіз за допомогою U-критерію Манна-Вітні. Результати аналізу показують, що учасники з високим рівнем толерантності до невизначеності демонструють значно вищі показники пристрасності, винахідливості та впевненості. Це може свідчити про те, що вони сприймають невизначеність як можливість для розвитку, не відчуваючи її як значний стрес. Натомість особи з нижчим рівнем толерантності до невизначеності, ймовірно, розвивають більшу адаптивність як спосіб компенсувати труднощі в сприйнятті невизначеності.

Для виявлення зв'язків між показниками життєстійкості та толерантності до невизначеності був проведений кореляційний аналіз за допомогою коефіцієнту r -Спірмена. Результати показали, що високий рівень новизни, який є компонентом толерантності до невизначеності, пов'язаний із нижчими показниками залученості, прийняття ризику, життєстійкості, оптимізму та сміливості.

У той же час, високий рівень складності, ще одного компонента толерантності до невизначеності, корелює з високими показниками пристрасності, винахідливості та впевненості, що свідчить про більшу енергійність і креативність у складних ситуаціях. Учасники з високим рівнем нерозв'язності демонструють більшу пристрасність і винахідливість.

Загальний рівень толерантності до невизначеності має прямий зв'язок з пристрасністю, винахідливістю та впевненістю. Проте також спостерігається, що високий рівень толерантності до невизначеності асоціюється з нижчими показниками оптимізму, сміливості, адаптивності та толерантності до двозначності, що може свідчити про меншу залежність від позитивних очікувань та потребу в ясності цілей або результату завдання.

Література:

1. Молчанова А. О. Толерантність як ціннісна основа професійної діяльності педагога : Київ: Інститут педагогічної освіти і освіти дорослих НАПН України, 2013. 188 с.
2. Павелків Р., Корчакова Н., Безлюдна В. Проблема просоціального розвитку особистості у структурі освітнього контенту. *Психологія: реальність і перспективи*. 2020. № 15. С. 126–134.
3. Ouellet, C., Langlois, F., Provencher, M., & Gosselin, P. Intolerance of uncertainty and difficulties in emotion regulation: Proposal for an integrative model of generalized anxiety disorder. *European Review of Applied Psychology*, 69(1). 2019. С. 9–18.
4. Yang, Q., van den Bos, K., & Li, Y. Intolerance of uncertainty, future time perspective, and self-control. *Personality and Individual Differences*, 110810. 2021. 177 с.
5. Yao, N., Qian, M., Jiang, Y., & Elhai, J. D. The Influence of Intolerance of Uncertainty on Anxiety and Depression Symptoms in Chinese-speaking Samples: Structure and Validity of The Chinese Translation of The Intolerance of Uncertainty Scale. *Journal of Personality Assessment*, 103(3), 2020. С. 406–415.