

© 2023. Злобина М. В., Краснорядцева О. М.

Толерантность к неопределенности



оригинальная статья

Толерантность к неопределенности как компонента стратегий жизнеосуществления

Злобина Марина Владимировна
Новосибирский национальный исследовательский
государственный университет, Россия, Новосибирск
<https://orcid.org/0009-0003-8793-9546>
marinazlobina1991@mail.ru

Краснорядцева Ольга Михайловна
Национальный исследовательский Томский
государственный университет, Россия, Томск
<https://orcid.org/0000-0003-1549-9994>
Scopus Author ID: 57193953601

Поступила в редакцию 26.06.2023. Принята после рецензирования 27.09.2023. Принята в печать 02.10.2023.

Аннотация: Настоящая статья посвящена анализу феномена толерантности к неопределенности в контексте пост-неклассической психологии. Представлен новый ракурс рассмотрения ставшего классическим в психологии понятия толерантности / интолерантности к неопределенности, а именно его осмысления как компонента в структуре стратегий жизнеосуществления. Несмотря на то что исследования толерантности к неопределенности продолжаются уже более семидесяти лет, среди исследователей до сих пор существуют разногласия, касающиеся природы данного феномена, а эмпирические данные характеризуются противоречивостью и неоднозначностью. Многогранность и сложность феномена толерантности к неопределенности также выражается в том факте, что разные полюса спектра *толерантность / интолерантность к неопределенности* оказываются связаны с различными психологическими модальностями. Это дает основание предполагать, что толерантность к неопределенности может являться не только личностным образованием, но и отражать определенную стратегию взаимодействия с миром. Исходя из этого, целью данной статьи стал анализ толерантности к неопределенности как компонента в структуре стратегий жизнеосуществления. В исследовании приняли участие 73 человека в возрасте от 18 до 25 лет (7 мужчин и 66 женщин), которые заполнили следующие методики: Новый опросник толерантности к неопределенности Т. В. Корниловой, шкала толерантности к неопределенности Р. Нортон (MAT-50), опросник «Темпоральные модальности жизнеосуществления» (Е. В. Бредун), методика исследования устойчивости жизненного мира И. О. Логиновой. Кластерный анализ результатов позволил выделить четыре типа стратегий жизнеосуществления: неконструктивная, компенсаторная, противоречивая (парадоксальная), конструктивная (устойчивая). Сделан вывод, что стратегии жизнеосуществления характеризуются различным сочетанием устойчивости жизненного мира, темпоральных модальностей жизнеосуществления и особенностей толерантности к неопределенности. Это дает основание предположить, что диапазон стратегий жизнеосуществления не ограничивается полученными нами четырьмя типами и может включать целый спектр стратегий. Данное предположение может служить направлением для будущих исследований.

Ключевые слова: толерантность к неопределенности, интолерантность к неопределенности, жизнеосуществление, стратегии жизнеосуществления, темпоральные модальности жизнеосуществления, устойчивость жизненного мира

Цитирование: Злобина М. В., Краснорядцева О. М. Толерантность к неопределенности как компонента стратегий жизнеосуществления. *СибСкрипт*. 2023. Т. 25. № 5. С. 655–664. <https://doi.org/10.21603/sibscript-2023-25-5-655-664>

full article

Ambiguity Tolerance as a Component of Life Self-Fulfillment

Marina V. Zlobina
Novosibirsk State University, Russia, Novosibirsk
<https://orcid.org/0009-0003-8793-9546>
marinazlobina1991@mail.ru

Olga M. Krasnoryadtseva
Tomsk State University, Russia, Tomsk
<https://orcid.org/0000-0003-1549-9994>
Scopus Author ID: 57193953601

Received 26 Jun 2023. Accepted after peer review 27 Sep 2023. Accepted for publication 2 Oct 2023.

Abstract: This article introduces a new view of ambiguity tolerance / intolerance in post-non-classical psychology as a component of life self-fulfillment strategies. After more than seventy years of scientific circulation, ambiguity

tolerance still remains a vague term supported by very few empirical data. Since tolerance and intolerance to ambiguity are associated with different psychological modalities, this phenomenon is multidimensional and complex. In this respect, tolerance to ambiguity is much more than a character trait: it is a life strategy. This study approached tolerance to ambiguity as a component of life self-fulfillment strategies. It involved 73 subjects (7 men; 66 women) aged 18–25. The list of psychometric instruments included T. V. Kornilova's New Ambiguity Tolerance / Intolerance Questionnaire, R. Norton's Measurement of Ambiguity Tolerance (MAT-50), E. V. Bredun's Temporal Modality of Life Fulfillment, and I. O. Loginova's method for lifeworld stability studies. The cluster analysis revealed four types of life self-fulfillment strategies: unconstructive, compensatory, contradictory (paradoxical), and constructive (stable). Life self-fulfillment strategies proved to depend on a combination of lifeworld stability, temporal modalities of life self-fulfillment, and tolerance to ambiguity. Since self-fulfillment strategies are unlikely to be limited to the four abovementioned strategies, their range can become a new research perspective.

Keywords: ambiguity tolerance, ambiguity intolerance, life self-fulfillment, life self-fulfillment strategies, temporal modalities of life self-fulfillment, stability of the life world

Citation: Zlobina M. V., Krasnoryadtseva O. M. Ambiguity Tolerance as a Component of Life Self-Fulfillment. *SibScript*, 2023, 25(5): 655–664. (In Russ.) <https://doi.org/10.21603/sibscript-2023-25-5-655-664>

Введение

Понятие толерантности / интолерантности к неопределенности уже не является новым для современной психологии. Впервые об этом феномене заговорила еще в 1949 г. Э. Френкель-Брунsvик в контексте исследований авторитарной личности, выполняемых Т. Адорно. Она определила интолерантность к неопределенности как тенденцию прибегать к черно-белым решениям, делать преждевременные выводы, часто пренебрегая реальностью, и стремление к безоговорочному и недвусмысленному всеобщему признанию и отвержению других людей [Frenkel-Brunswick 1949]. В дальнейшем понятие толерантности / интолерантности к неопределенности неоднократно пересматривалось и дополнялось. В современной отечественной психологии этот феномен впервые был рассмотрен в диссертационном исследовании Е. Г. Луковицкой в 1998 г. Но несмотря на то что понятие толерантности к неопределенности уже прочно вошло в психологический обиход, попытки содержательного определения данного феномена наталкиваются на ряд трудностей, а результаты эмпирических исследований зачастую характеризуются неоднозначностью и противоречивостью.

Одно из главных противоречий в понимании толерантности к неопределенности связано с рассмотрением ее как личностной черты или динамической характеристики. В литературе, посвященной исследованию феномена толерантности / интолерантности к неопределенности, выделяются два направления взглядов. Согласно первому направлению, к которому относится большинство традиционных подходов, толерантность / интолерантность к неопределенности представляет собой устойчивую личностную характеристику, черту, которая обуславливает восприятие, интерпретацию и эмоциональную оценку ситуаций

неопределенности [Budner 1962; Carleton 2016; Norton 1975]. Это стабильная тенденция реагировать на воспринимаемую двусмысленность с большей или меньшей интенсивностью [McLain et al. 2015]. Вместе с тем в психологии существуют взгляды, согласно которым толерантность / интолерантность к неопределенности представляет динамическую, ситуационно-специфическую переменную. Это направление связано, в первую очередь, с именами К. Durrheim и D. Foster, которые критикуют взгляды на толерантность к неопределенности как черту личности и указывают на недостаток доказательств в пользу этой точки зрения. Они понимают толерантность к неопределенности как ситуационную переменную, зависящую от конкретных условий (context-specific construct) [Durrheim, Foster 1997]. Толерантность к неопределенности как динамическая переменная рассматривается и в исследованиях К. Merenluoto и Е. Lehtinen, где данный феномен понимается как динамический метакогнитивный процесс и мотивационная переменная [Merenluoto, Lehtinen 2004]. Схожие взгляды представлены в работах [Enoki et al. 2018; Herman et al. 2010].

В отечественной психологии также обсуждается вопрос о характере феномена толерантности к неопределенности. Например, Т. В. Корнилова и М. А. Чумакова отмечают, что «именно понятие "черта" не вполне приемлемо для описания свойств, отражающих личностное отношение к неопределенности. <...> А позитивное или негативное отношение личности к неопределенности, проявляющееся в ее возможности (готовности) принимать решения и действовать в условиях неопределенности, в большей степени относится к динамическому аспекту личностной регуляции решений и действий» [Корнилова, Чумакова 2016].

Эмпирические исследования толерантности к неопределенности обнаруживают некоторые противоречия. О. А. Кондрашихина отмечает, что данные, полученные с помощью разных психометрических инструментов, направленных на оценку толерантности к неопределенности, слабо коррелируют друг с другом и даже отличаются некоторой «парадоксальностью» [Кондрашихина 2015].

О многомерности и сложности рассматриваемого конструкта говорит и тот факт, что полюса спектра *толерантность / интолерантность к неопределенности* оказываются по-разному связаны с различными психологическими модальностями. Так, в проведенных нами ранее исследованиях было показано, что толерантность к неопределенности положительно связана с открытостью опыту, поиском возбуждения, настойчивостью, интеллектуальной любознательностью, а интолерантность – с нейротизмом, депрессией и тревогой [Злобина 2019; Злобина, Первушина 2017; Пинаева, Злобина 2022].

Все отмеченное выше свидетельствует о многомерности толерантности к неопределенности и приводит к необходимости взглянуть на данный феномен под новым ракурсом. Неоднозначность и некоторая несогласованность результатов различных исследований, а также взаимосвязи полюсов спектра *толерантность / интолерантность к неопределенности* с различными психологическими модальностями позволяют сделать предположение о характере феномена толерантности / интолерантности к неопределенности. Такие данные свидетельствуют в пользу того, что толерантность / интолерантность к неопределенности может выступать не только в роли личностного образования, но и представлять собой определенную стратегию взаимодействия человека с миром. Неопределенность как противоречивость возникает в переломных точках жизни человека, когда он сталкивается с ситуациями противоречия между образом мира и образом жизни. Постоянное обнаружение и преодоление дефицитов между образом мира и образом жизни выводит каждый раз человека как сложную самоорганизующуюся систему на новый уровень системного развития, что составляет суть процесса жизнеосуществления [Клочко 2005]. В ряде исследований показано, что особую роль в процессах преодоления противоречий между образом мира и образом жизни играет мышление, обеспечивающее способность обнаружения познавательного противоречия [Клочко 2013]. В этой связи становится понятной взаимосвязь толерантности к неопределенности и интеллектуальной любознательности как способности и готовности к обнаружению дефицитов между образом мира и качеством жизни.

Если толерантность к неопределенности – это стремление к новизне и сложности, предпочтение неопределенности, то интолерантность к неопределенности и ее проявления в различных сферах, напротив, отражает тенденцию негативно реагировать на эмоциональном, когнитивном и поведенческом уровне на неопределенные ситуации и события. Как в зарубежных, так и в отечественных исследованиях было показано, что интолерантность к неопределенности связана с негативными эмоциональными состояниями, в частности с симптомами депрессии и тревоги (см. [Злобина, Первушина, 2017; Yook et al. 2010]). С. Баднер отмечал, что интолерантность к неопределенности – это реакция на новые, сложные или противоречивые ситуации [Budner 1962]. Интолерантный к неопределенности человек, в отличие от толерантного к неопределенности, ориентированного на неопределенное, неизведанное будущее, будет опираться на известное и определенное прошлое [Смирнов 2016]. Интолерантность к неопределенности в данном случае будет отражать неготовность человека принимать сложившиеся условия жизни и делать выбор. Отсутствие обращенности в будущее приводит и к невозможности разрешения противоречий между образом мира и образом жизни, блокирует процессы жизнеосуществления, следствием чего выступает отсутствие перехода системы на новый уровень развития и последующее ее умирание. Тревожные и депрессивные состояния, тесно связанные с интолерантностью к неопределенности, являются свидетельством такого умирания системы. Интолерантность к неопределенности может выступать косвенным свидетельством низкой степени устойчивости жизненного мира в форме его гиперустойчивости.

Все это дает основания предполагать, что толерантность / интолерантность к неопределенности является не только личностным образованием, но может выступать и в роли стратегии жизнеосуществления человека, характеризующейся сочетанием темпоральных модальностей жизнеосуществления и характера проявления устойчивости жизненного мира. Толерантность к неопределенности, находящаяся на одном полюсе континуума, способствует обнаружению и преодолению дефицитов между образом мира и образом жизни, а интолерантность, находящаяся на противоположном полюсе спектра, напротив, блокирует процессы жизнеосуществления и препятствует обнаружению и разрешению противоречий между образом мира и образом жизни. Способ разрешения противоречий между образом мира и образом жизни фиксируется понятием жизнеосуществления, представляющего одновременно и процесс, и результат разрешения противоречий между образом мира и образом жизни,

обеспечивающий переход человека как сложной самоорганизующейся системы на новые уровни системности [Логинова 2010b]. Дисбаланс между образом мира и качеством жизни как движущая сила человеческого развития с необходимостью будет сопровождаться неопределенностью [Клочко 2005]. Жизненное самосуществование как процесс разрешения противоречий между образом мира и образом жизни обеспечивает самодвижение человека в изменяющихся условиях его системного бытия [Логинова 2010a]. В этой связи необходимым условием успешного жизнеосуществления является способность и готовность субъекта преодолевать ситуации неопределенности.

Важным показателем открытости человека в мир и к самому себе выступают стратегии жизнеосуществления [Логинова 2010b]. Основываясь на данных литературы, можно полагать, что в основе стратегий жизнеосуществления лежит сочетание характера устойчивости жизненного мира и темпоральных модальностей жизнеосуществления. Так, отчетливо прослеживается связь толерантности к неопределенности и временного модуса жизнеосуществления. В контексте постнеклассической психологии, рассматривающей пространственно-временную природу организации человека, способную к самоорганизации и саморазвитию [Клочко, Галажинский 2000], особое внимание уделяется феномену темпоральности как последовательности времен в саморазвивающихся системах, где будущее представлено в настоящем, а прошлое включено в будущее [Бредун 2017]. Темпоральные модусы отражают хронопическую направленность жизни человека [Бредун и др. 2018]. Е. В. Бредун и Э. А. Щеглова отмечают, что время выступает важным фактором в преодолении трудных жизненных ситуаций и обеспечивает включение новых условий в свое темпоральное пространство, используя прошлый опыт и стремясь преобразовать будущее для успешной адаптации [Бредун, Щеглова 2022]. Другими словами, темпоральные характеристики жизнеосуществления играют существенную роль в преодолении неопределенных ситуаций. Для лиц, толерантных к неопределенности, неопределенное, неизвестное, новое и неясное будущее предстает как желаемое. Ориентированность субъекта на будущее обеспечивает его открытость новому и готовность выходить в мир и взаимодействовать с неопределенным будущим. При этом временной модус событий будет характеризоваться не доминированием одного времени, но образовывать единый континуум: будущее представлено в настоящем, а прошлое включено в будущее.

Все указанное выше дает основание предполагать, что толерантность к неопределенности является важным компонентом в структуре стратегий

жизнеосуществления, обеспечивающих обнаружение и преодоление противоречий между образом мира и образом жизни. Исходя из этого, целью настоящего исследования стал анализ толерантности к неопределенности как компонента в структуре стратегий жизнеосуществления.

Методы и материалы

В исследовании приняли участие 73 человека: 7 мужчин и 66 женщин, возраст – 18–25 лет ($M = 20,4$; $Sd = 1,7$). Большинство испытуемых – студенты, из них 37 человек – студенты направления *Психология* Новосибирского государственного университета.

Все испытуемые заполнили следующие методики:

1. Новый опросник толерантности к неопределенности Т. В. Корниловой [Корнилова, Чумакова 2016]. Методика содержит 33 пункта, с каждым из которых респонденту предлагается выразить свое согласие или несогласие по 7-балльной шкале Лайкерта, где 1 – абсолютно согласен, 7 – абсолютно не согласен. Пункты опросника группируются по трем шкалам: толерантность к неопределенности, интолерантность к неопределенности и межличностная интолерантность к неопределенности.

2. Шкала толерантности к неопределенности Р. Нортонa MAT-50. Опросник содержит 61 утверждение, каждое из которых оценивается респондентами по 7-балльной шкале в соответствии со степенью согласия с данным утверждением: 1 – абсолютно согласен, 7 – абсолютно не согласен. Утверждения сформулированы таким образом, что более высокие баллы по шкале будут свидетельствовать о более высоком уровне толерантности к неопределенности. Пункты опросника группируются в 8 шкал: философия, межличностная коммуникация, публичный образ, социальная сфера, рабочая сфера, решение проблем, привычки, искусство. Адаптация методики на русскоязычной выборке была выполнена нами [Злобина 2022].

3. Опросник «Темпоральные модальности жизнеосуществления» Е. В. Бредун [Бредун и др. 2021]. Методика предназначена для оценки особенностей темпоральной перцепции. Опросник состоит из 29 утверждений, которые позволяют оценить такие темпоральные модальности жизнеосуществления, как рационализация периодов жизнеосуществления, эмоциональная фиксация на событиях, сбалансированность модальных оценок. Данные характеристики соответствуют трем шкалам опросника.

4. Методика исследования устойчивости жизненного мира И. О. Логиновой [Логинова 2010a]. Методика направлена на изучение устойчивости жизненного мира человека. Респондентам предлагается написать эссе на тему «Три дня моей жизни, которые...».

Эссе анализируются в соответствии со специальной диагностической формой по следующим позициям: временной модус, соотношение глаголов, критерий выбора содержания, общий эмоциональный фон событий, значение описываемых событий в жизни, отношение к событиям, непрерывность личностной истории, рефлексивная позиция автора. Далее подсчитывается сумма баллов по всем восьми позициям. Методика позволяет определить характер проявления устойчивости жизненного мира: конструктивный, неконструктивный, стагнационный.

С целью анализа феномена толерантности к неопределенности как компонента в структуре стратегий жизнеосуществления и выяснения типов стратегий, характеризующихся различным сочетанием толерантности к неопределенности, устойчивости жизненного мира и темпоральных модальностей жизнеосуществления, нами был проведен кластерный анализ методом k-средних. Анализ данных проводился с помощью программы Jamovi 2.2.5.

Результаты

Проведенный кластерный анализ методом k-средних позволил выделить 4 кластера, демонстрирующих специфические стратегии. Полученные кластеры представлены на рисунке, каждый кластер отмечен соответствующим номером:

1. Первый кластер (16 человек). Данная стратегия характеризуется низким уровнем толерантности к неопределенности (во всех сферах), высокой интолерантностью к неопределенности, высокой межличностной интолерантностью к неопределенности, высокой эмоциональной фиксацией на событиях прошлого, средним уровнем рационализации периодов жизнеосуществления и сбалансированности модальных оценок, средней (по нашей выборке) устойчивостью жизненного мира.

2. Второй кластер (20 человек). Данная стратегия характеризуется низким уровнем толерантности к неопределенности, низкой степенью рационализации периодов жизнеосуществления и низким уровнем сбалансированности модальных оценок жизнеосуществления; одновременно с этим данная стратегия характеризуется невысокой интолерантностью к неопределенности, средним уровнем толерантности к неопределенности в разных сферах, но высокой толерантностью к неопределенности в сфере межличностных коммуникаций, высокой эмоциональной фиксацией на событиях прошлого и средней (ближе к низкой) устойчивостью жизненного мира.

3. Третий кластер (15 человек). Данная стратегия характеризуется высоким уровнем толерантности к неопределенности, высоким уровнем рационализации периодов

жизнеосуществления и сбалансированности модальных оценок, низкой эмоциональной фиксацией на событиях прошлого, но при этом относительно невысокой толерантностью к неопределенности в области межличностной коммуникации, рабочей сферы, социальной сферы, сферы привычек, низким уровнем устойчивости жизненного мира.

4. Четвертый кластер (22 человека). Данная стратегия характеризуется сочетанием высокой устойчивости жизненного мира, высокой толерантностью к неопределенности во всех сферах, низкой интолерантностью к неопределенности, низкой межличностной интолерантностью к неопределенности, довольно высокими показателями рационализации периодов жизнеосуществления, сниженными показателями эмоциональной фиксации на событиях прошлого и средним уровнем сбалансированности модальных оценок жизнеосуществления.

Неконструктивная стратегия

Сочетание стагнационного характера устойчивости жизненного мира и эмоциональной фиксацией на событиях прошлого обуславливает негативное отношение к неопределенности, в совокупности с которым образует стратегию жизнеосуществления, которую мы могли бы назвать **неконструктивной (неустойчивой)**. Эмоциональная фиксация на событиях отражает эмоциональное отношение ко времени и тенденцию субъекта фиксироваться на прошлых событиях. Будущее воспринимается как неопределенное, неясное, угрожающее. Закономерно, что при подобном отношении ко времени слабо выражена сбалансированность модальных оценок, отражающая целостность восприятия времени, а также способность управлять своими временными ресурсами, осмысленно переживать время (рационализация периодов жизнеосуществления). В совокупности с относительно невысокой степенью устойчивости жизненного мира, выраженной в стагнационном характере устойчивости, данная стратегия будет отражать негативное отношение к неопределенности. В пределе такая стратегия означает отказ от разрешения противоречий, возникающих между образом мира и образом жизни, что, как следствие, означает отказ от жизнеосуществления. Такая неспособность и неготовность человека разрешать возникающие противоречия между образом мира и образом жизни препятствует, таким образом, переходу психологической системы на новый уровень системного развития.

Свидетельством такой стагнации психологической системы являются тревожные и депрессивные состояния. В качестве примера можно привести следующие отрывки из эссе испытуемых:

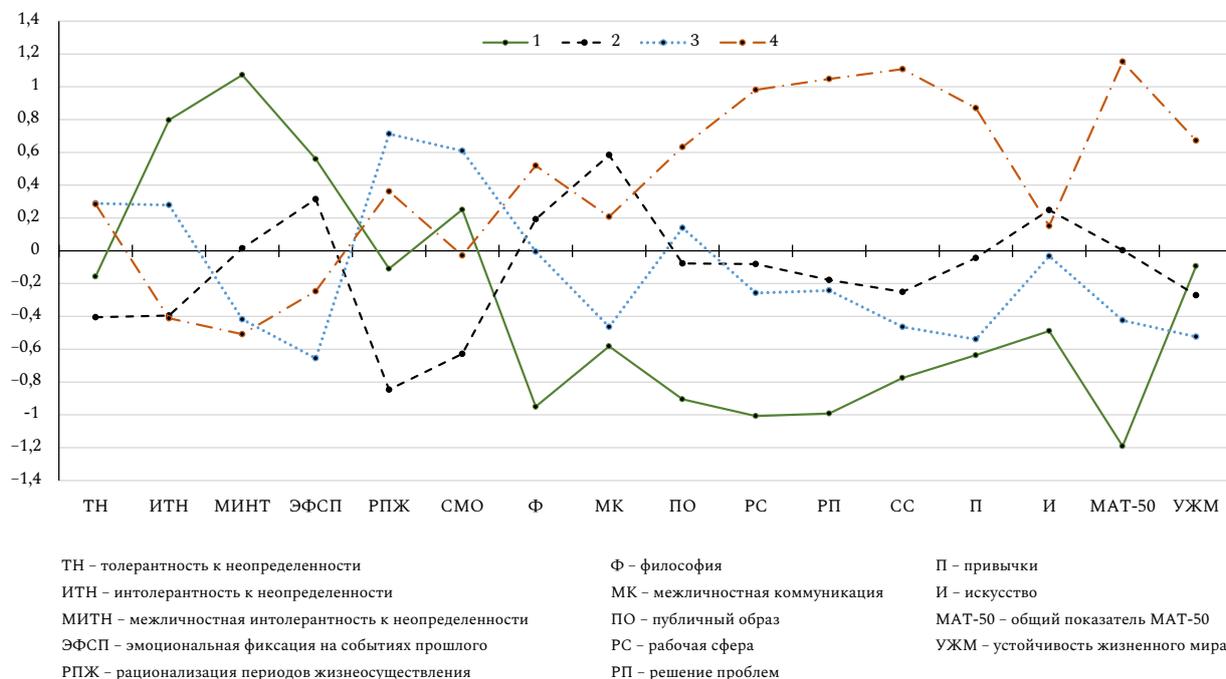


Рис. Кластерный анализ методом k-средних (стандартизованные значения)
Fig. K-means cluster analysis (standardized values)

– Этот день изменил мое отношение к праздникам. Я больше не предвкушаю никакие торжества и не наслаждаюсь ими. ...Примерно 2 недели до и после я начинаю вспоминать этот день, нервничать и чувствую иррациональную вину... пытаюсь начать праздновать в этот день, но пока мне так и не удалось;

– Поступать в медицинский было ошибкой, на которую я пошла из страха и неуверенности под влиянием значимых людей в моей жизни;

– этот день изменил мою жизнь к лучшему, избавив от необходимости заниматься тем, чем не хочу, но он же поселил во мне чувство вины и неполноценности;

– Почему-то хочется рассказать о прошлых событиях, так как я могу сказать, как они повлияли на меня в настоящем;

– Сам новый год я в первый раз решила справиться не с семьёй, а с друзьями. Мне было почему-то неловко, до конца не понимала, как нужно себя вести;

– Когда я познакомилась со своим молодым человеком, очень переживала за то, будем ли мы понимать друг друга, насколько легко мне будет в общении с ним. Из-за этого боялась начать отношения.

Компенсаторная стратегия

Другая стратегия жизнеосуществления, как и описанная выше, характеризуется высокой эмоциональной фиксацией на событиях прошлого, однако в еще

большей степени снижена осмысленность времени, представленная рационализацией периодов жизнеосуществления, способность распределять свои временные ресурсы, реалистичное восприятие времени, а также еще ниже целостность восприятия времени. Характер устойчивости жизненного мира схож с предыдущей стратегией. Как следствие, данная стратегия характеризуется низкой толерантностью к неопределенности в целом, однако вместе с этим наблюдается и низкая интолерантность к неопределенности, т. е. можно предположить, что человек, реализующий подобную стратегию, не будет выражать крайних позиций в отношении неопределенности. Интерес представляет тот факт, что данная стратегия характеризуется высокой толерантностью к неопределенности в области межличностных отношений. Вероятно, именно это придает ей **компенсаторный** характер и удерживает систему от дальнейшего распада. На поведенческом уровне эта стратегия может выражаться в готовности взаимодействовать с другими людьми в поиске поддержки со стороны окружающих в трудные периоды жизни, готовности и способности выстраивать межличностные отношения. Готовность принимать неопределенность в отношениях с людьми может выступать в роли опоры, ресурса, позволяющего человеку все же обнаруживать и разрешать дисбаланс между образом мира и образом жизни, находить смыслы в отношениях с Другим.

Примером могут служить следующие высказывания испытуемых:

- *Наверное, этот день дал мне почувствовать, что я не одна;*
- *Я почувствовала колоссальную поддержку, которая подарила мне веру в себя;*
- *...хотя на тот момент мы были уже знакомы и несколько дней вместе учились, мы не особо знали друг друга. Но во время похода мои одноклассницы открылись для меня, и я поняла, что они замечательные и интересные люди. Этот день подарил мне друзей...;*
- *...я не осознавала тот факт, что уезжаю в другой город совершенно одна, где не будет моей семьи и друзей, к которым я очень привязана... и в какой раз убедилась, насколько ценна для меня поддержка семьи и друзей;*
- *Этот день важен для меня, потому что я провела его с близким мне человеком и испытала разные эмоции: восторг, радость, свобода, страх;*
- *второй день связан с моей семьей.... Конечно, мы часто ссорились, кто-то уставал, но эта поездка важна, так как связана с семьей, это очень теплые воспоминания.*

Противоречивая (парадоксальная) стратегия

Третья стратегия, обнаруженная в нашем исследовании, характеризуется высокой рационализацией периодов жизнеосуществления и высокой сбалансированностью модальных оценок при низкой эмоциональной фиксации на событиях. Такое сочетание темпоральных характеристик жизнеосуществления характеризует целостное, осмысленное переживание времени, представленность будущего в настоящем и включенность в него прошлого. Подобная темпоральная организация обуславливает позитивное отношение к неопределенности, готовность и способность обнаруживать и разрешать возникающие в процессе жизни противоречия. Однако наряду с позитивным отношением к неопределенности и целостным, осмысленным переживанием времени обнаруживается низкая устойчивость жизненного мира (стагнационный характер устойчивости), что делает данную стратегию, на первый взгляд, **противоречивой, парадоксальной**. Вероятно, речь идет о таких способах и формах поведения, которые, с одной стороны, основаны на целостном отношении к событиям своей жизни, но с другой – не обнаруживают ее ценностного содержания.

Поскольку стагнационный характер устойчивости жизненного мира может служить косвенным свидетельством доминирования предметного содержательного аспекта жизненного мира, то стратегия жизни переживается как необходимость, но не возможность: позитивное отношение к неопределенности, готовность и способность преодолевать неопределенные ситуации

не будет сопровождаться рефлексией собственной жизни, но, скорее, будет выступать как некоторая необходимость, долженствование.

В эссе испытуемых эта стратегия проявлялась в следующих высказываниях:

- *Особенный момент в том, что это дало очень значимую возможность переехать из дома и жить самостоятельно, войти в новый, долгожданный этап, жизнь в общежитии;*
- *В качестве третьего дня возьму день, когда я узнала, что поступила на бюджет в НГУ на тот факультет, о котором мечтала. Безусловно, чувство достижения своей цели – очень приятное чувство. Так что в этот день я ощущала удовлетворение от проделанной работы, что все старания и переживания окупилась;*
- *...напомнило мне про ужасные времена ЕГЭ, ...сдача последнего экзамена. Неопределенность, которая следует за этим днём, интересно, я свободна от экзаменов, но как я это всё сдала? Это тот самый день моей жизни, ...пограничный период, неоднозначный, волнительный... День из будущего. Да здравствует ещё больше неопределенности. Не знаю, что там будет завтра. Верю в лучшее.*

Конструктивная (устойчивая) стратегия

Четвертая стратегия характеризуется высокой толерантностью к неопределенности, более высокой, по сравнению с другими, устойчивостью жизненного мира, высокой рационализацией периодов жизнеосуществления, средним уровнем сбалансированности модальных оценок и низким уровнем эмоциональной фиксации на событиях прошлого. Данная стратегия является наиболее **конструктивной (устойчивой)** из выявленных нами стратегий. Целостное, осознанное и ответственное отношение ко времени своей жизни, способность к обнаружению собственных дефицитов будет способствовать более позитивному отношению к неопределенности и формированию готовности к разрешению противоречий между образом мира и образом жизни.

Примером могут служить следующие высказывания испытуемых:

- *я стараюсь жить так, чтоб каждый день был для меня ценным;*
- *день, когда не стало моего папы... никогда не забуду то чувство, когда в один момент обрывается настоящее, рушится будущее и остаётся лишь прошлое. В тот год мне пришлось повзрослеть, но вместе с этим остается сохранить в себе всё то, что было в детстве;*
- *каждый день настоящего может стать каким-то «судьбоносным». Лишь в будущем я смогу узнать, являлся ли он таковым;*
- *день из прошлого, когда было очень тяжело... так как заболел близкий человек... этот опыт был лишь*

ступенькой к тому, чтобы я перестала бояться доверять людям, а особенно если это твои друзья и семья;

– ...это был не самый приятный опыт, но он показал мне, что жизнь идет своим темпом и все меняется. Я поняла, что когда из привычной жизни уходит что-то, что было важно, приходит не менее ценное. Всё это закаляет человека и открывает новые возможности и жизненные приоритеты.

Обсуждение

Отметим, что спектр стратегий жизнеосуществления не ограничивается описанными нами стратегиями. В нашей выборке не были представлены лица, демонстрирующие конструктивный характер устойчивости жизненного мира. Можно предполагать, что дальнейшее усложнение системной организации человека будет сопровождаться увеличением устойчивости жизненного мира, целостным и осмысленным отношением ко времени и, как следствие, повышением позитивного отношения к неопределенности, способностью и готовностью человека разрешать возникающие на жизненном пути противоречия.

Из отмеченного выше вытекает практическая значимость проведенного исследования. Было показано, что неспособность и неготовность человека разрешать противоречия между образом мира и образом жизни препятствует переходу психологической системы на новый уровень. В пределе такой отказ от перехода системы на новые уровни системности приводит к ее стагнации и последующему умиранию. Об этом свидетельствуют тревожные и депрессивные состояния, которые, как было показано, связаны с интолерантностью к неопределенности. Позитивное отношение к неопределенности в сочетании с высокой устойчивостью жизненного мира, рационализацией периодов жизнеосуществления и сбалансированностью модальных оценок, напротив, будет способствовать личностному росту, реализации творческого потенциала, гармоничному и продуктивному функционированию во всех сферах жизни. Работа специалистов-психологов, следовательно, должна быть направлена на помощь в формировании стратегии жизнеосуществления. Интолерантность к неопределенности может служить косвенным показателем доминирования предметного содержательного аспекта жизнеосуществления, тогда как толерантность к неопределенности – ценностного. Тогда специалистам, работающим с тревожными, депрессивными и субдепрессивными состояниями, важно работать с отношением к неопределенности через раскрытие смыслов и ценностей, формируя таким образом более устойчивый жизненный мир человека.

Заключение

Целью данного исследования стал анализ феномена толерантности к неопределенности как компонента в структуре стратегий жизнеосуществления. С помощью кластерного анализа было выделено четыре типа стратегий (названных нами неконструктивной, компенсаторной, противоречивой (парадоксальной) и конструктивной), характеризующихся различным сочетанием толерантности к неопределенности, темпоральных модальностей жизнеосуществления и устойчивости жизненного мира. Необходимо отметить, что спектр стратегий жизнеосуществления не ограничивается указанными стратегиями. Поскольку в нашей выборке отсутствовали испытуемые, демонстрирующие высокую степень устойчивости жизненного мира, то можно предположить, что спектр стратегий жизнеосуществления может быть значительно шире.

На одном полюсе данного спектра будет располагаться позитивное отношение к неопределенности, готовность разрешать возникающие противоречия, ориентированность на будущее, которое оказывается включено в настоящее, целостное и осмысленное переживание времени, устойчивый жизненный мир, на другом – негативное отношение к неопределенности как ориентированность, «заикленность» на определенном, уже известном прошлом, гиперустойчивость жизненного мира (стагнационный характер устойчивости), отсутствие дальнейшего становления системы. Позитивное отношение к неопределенности в традиционной психологии выражено термином *толерантность к неопределенности*, способствует разрешению противоречий между образом мира и образом жизни человека, обеспечивая таким образом становление человека как психологической системы и его переход на новые уровни системности. Толерантность к неопределенности связана с открытостью новому опыту, стремлением к новизне, сложности, неопределенности. Негативное отношение к неопределенности, напротив, выражает отказ от жизнеосуществления, отсутствие готовности разрешать противоречия между образом мира и образом жизни, делать выбор в сложившихся жизненных обстоятельствах. Это препятствует дальнейшему становлению психологической системы и ее переходу на новые уровни. В пределе такой отказ от жизнеосуществления приводит к умиранию системы. Тревожные и депрессивные состояния, тесно связанные с интолерантностью к неопределенности, могут выступать свидетельством такого умирания системы. Учет данных особенностей стратегий жизнеосуществления может стать важным фактором в процессе психологической работы с подобными негативными эмоциональными состояниями.

Конфликт интересов: Авторы заявили об отсутствии потенциальных конфликтов интересов в отношении исследования, авторства и / или публикации данной статьи.

Conflict of interests: The authors declared no potential conflict of interests regarding the research, authorship, and / or publication of this article.

Критерии авторства: М. В. Злобина – проведение эмпирического исследования, анализ и интерпретация данных, написание оригинального текста. О. М. Краснорядцева – концептуализация идеи, разработка методологии, курирование работы.

Contribution: M. V. Zlobina conducted the empirical research, interpreted the data, applied statistical processing methods, and wrote the draft. O. M. Krasnoryadtseva developed the research concept, designed the methodology, and supervised the research.

Финансирование: Результаты были получены в рамках выполнения государственного задания Минобрнауки России, проект № FSWM-2020-0040.

Funding: The research was part of the state task of the Ministry of Education and Science of Russia, project No. FSWM-2020-0040.

Литература / References

- Бредун Е. В. Исследование пространственно-временных характеристик темпомира человека. *Комплексные исследования человека: психология: VII Сибирский психол. форум.* (Томск, 28–29 ноября 2017 г.) Томск: ТГУ, 2017. Ч. 1. С. 33–38. [Bredun E. V. Research of spatial-time characteristics of the human tempoworld. *Comprehensive human studies: psychology: Proc. VII Siberian psychol. forum.* Tomsk, 28–29 Nov 2017. Tomsk: TSU, 2017, pt. 1, 33–38. (In Russ.)] <https://www.elibrary.ru/xmpgpxj>
- Бредун Е. В., Краснорядцева О. М., Щеглова Э. А. Типологические особенности субъективного восприятия времени в контексте хронотопической жизни человека. *Сибирский психологический журнал.* 2018. № 68. С. 32–45. [Bredun E. V., Krasnoryadtseva O. M., Shcheglova E. A. Typological features of subjective time perception in the context of chronotopical human life. *Sibirskiy Psikhologicheskii Zhurnal*, 2018, (68): 32–45. (In Russ.)] <https://doi.org/10.17223/17267080/68/2>
- Бредун Е. В., Щеглова Э. А. Психологические особенности темпомира человека как предикторы процесса решения когнитивной задачи. *Вестник Кемеровского государственного университета.* 2022. Т. 24. № 4. С. 430–439. [Bredun E. V., Shcheglova E. A. Psychological features of the human tempoworld as predictors of solving a cognitive task. *Vestnik Kemerovskogo gosudarstvennogo universiteta*, 2022, 24(4): 430–439. (In Russ.)] <https://doi.org/10.21603/2078-8975-2022-24-4-430-439>
- Бредун Е. В., Щеглова Э. А., Смешко Е. В., Шмер Т. А. Диагностические возможности опросника «Темпоральные модальности жизнеосуществления». *Сибирский психологический журнал.* 2021. № 82. С. 174–190. [Bredun E. V., Shcheglova E. A., Smeshko E. V., Shmer T. A. Diagnostic capabilities of "Temporal modality of life fulfillment" questionnaire. *Sibirskiy Psikhologicheskii Zhurnal*, 2021, (82): 174–190. (In Russ.)] <https://doi.org/10.17223/17267080/82/10>
- Злобина М. В. Адаптация методики отношения к неопределенности Р. Нортонa MAT-50: анализ внутренней структуры. *Психология. Журнал Высшей школы экономики.* 2022. Т. 19. № 3. С. 433–453. [Zlobina M. V. Adaptation of the measurement of ambiguity tolerance (MAT-50) by R. Norton: Analysis of internal structure. *Psychology, Journal of the Higher School of Economics*, 2022, 19(3): 433–453. (In Russ.)] <https://doi.org/10.17323/1813-8918-2022-3-433-453>
- Злобина М. В. Взаимосвязь толерантности и интолерантности к неопределенности и черт Большой пятёрки. *Reflexio.* 2019. Т. 12. № 1. С. 91–114. [Zlobina M. V. The relationship between tolerance and intolerance of ambiguity and Big five personality traits. *Reflexio*, 2019, 12(1): 91–114. (In Russ.)] <https://doi.org/10.25205/2658-4506-2019-12-1-91-114>
- Злобина М. В., Первушина О. Н. Интолерантность к неопределенности и депрессия. *Reflexio.* 2017. Т. 10. № 2. С. 126–141. [Zlobina M. V., Pervushina O. N. Intolerance for ambiguity and depression. *Reflexio*, 2017, 10(2): 126–141. (In Russ.)] <https://www.elibrary.ru/ytkqgw>
- Клочко В. Е. Онтология смысла и смыслообразование (размышления в связи с юбилеем О. К. Тихомирова). *Вестник Московского университета. Серия 14: Психология.* 2013. № 2. С. 106–120. [Klochko V. E. Ontology of sense and sense-formation (Reflections on the anniversary of O. K. Tikhomirov). *Lomonosov Psychology Journal*, 2013, (2): 106–120. (In Russ.)] <https://www.elibrary.ru/qctpxj>
- Клочко В. Е. Самоорганизация в психологических системах: проблемы становления ментального пространства личности (введение в транспективный анализ). Томск: ТГУ, 2005. 174 с. [Klochko V. E. *Self-organization in psychological systems: problems of emergence of the mental space of a person (introduction into the transpective analysis)*. Tomsk: TSU, 2005, 174. (In Russ.)] <https://www.elibrary.ru/qxpeuv>

- Клочко В. Е., Галажинский Э. В. Самореализация личности: системный взгляд. Томск: ТГУ, 2000. 154 с [Klochko V. E., Galazhinsky E. *Personality self-realization: a system look*. Tomsk: TSU, 2000, 154. (In Russ.)] <https://www.elibrary.ru/stpxsl>
- Кондрашихина О. А. Диагностика толерантности к неопределенности: корреляция результатов психодиагностических измерений. *Перспективы науки и образования*. 2015. № 5. С. 83–87. [Kondrashihina O. A. Diagnostics tolerance for uncertainty: correlation between results of psycho-diagnostic measurements. *Perspektivy Nauki i Obrazovania*, 2015, (5): 83–87. (In Russ.)] <https://www.elibrary.ru/uzkezp>
- Корнилова Т. В., Чумакова М. А. Апробация краткого опросника Большой пятерки (TIPI, КОБТ). *Психологические исследования*. 2016. Т. 9. № 46. [Kornilova T. V., Chumakova M. A. Development of the Russian version of the brief Big Five questionnaire (TIPI). *Psychological studies*, 2016, 9(46). (In Russ.)] <https://doi.org/10.54359/ps.v9i46.480>
- Логинава И. О. Жизненное самоосуществление человека как проявление самоорганизации психологической системы. *Вестник Томского государственного университета*. 2010а. № 336. С. 169–173. [Loginova I. O. Human vital self-fulfillment as psychological system self-organization display. *Tomsk State University Journal*, 2010а, (336): 169–173. (In Russ.)] <https://www.elibrary.ru/nbkzmx>
- Логинава И. О. Инновационное поведение как способ взаимодействия человека с миром в процессе жизненного самоосуществления. *Вестник Адыгейского государственного университета. Сер. 3, Педагогика и психология*. 2010b. № 1. С. 192–197. [Loginova I. O. Innovative behavior as the way of interaction of the person with the world in the course of vital self-realization. *Bulletin of the Adyghe State University. Ser. 3, Pedagogy and Psychology*, 2010b, (1): 192–197. (In Russ.)] <https://www.elibrary.ru/lkybhl>
- Пинаева Л. И., Злобина М. В. Взаимосвязь интолерантности к неопределенности, тревоги и расстройств пищевого поведения. *Reflexio*. 2022. Т. 15. № 1. С. 48–65. [Pinaeva L. I., Zlobina M. V. Relationship between intolerance of uncertainty, anxiety and eating disorders. *Reflexio*, 2022, 15(1): 48–65. (In Russ.)] <https://doi.org/10.25205/2658-4506-2022-15-1-48-65>
- Смирнов С. Д. Прогностическая направленность образа мира как основа динамического контроля неопределенности. *Психологический журнал*. 2016. Т. 37. № 5. С. 5–13. [Smirnov S. D. The prognostic orientation of world image as the basis for the dynamic control of uncertainty. *Psikhologicheskii Zhurnal*, 2016, 37(5): 5–13. (In Russ.)] <https://www.elibrary.ru/wmzjlp>
- Budner S. Intolerance of ambiguity as a personality variable. *Journal of Personality*, 1962, 30(1): 29–50. <https://doi.org/10.1111/j.1467-6494.1962.tb02303.x>
- Carleton R. N. Fear of the unknown: One fear to rule them all? *Journal of Anxiety Disorders*, 2016, 41: 5–21. <https://doi.org/10.1016/j.janxdis.2016.03.011>
- Durrheim K., Foster D. Tolerance of ambiguity as a content specific construct. *Personality and Individual Differences*, 1997, 22(5): 741–750. [https://doi.org/10.1016/S0191-8869\(96\)00207-3](https://doi.org/10.1016/S0191-8869(96)00207-3)
- Enoki H., Koda M., Saito S., Nishimura S., Kondo T. Attitudes towards ambiguity in Japanese healthy volunteers. *Current Psychology*, 2018, 37(4): 913–923. <https://doi.org/10.1007/s12144-017-9569-9>
- Frenkel-Brunswik E. Intolerance of ambiguity as an emotional and perceptual personality variable. *Journal of Personality*, 1949, 18(1): 108–143. <https://doi.org/10.1111/j.1467-6494.1949.tb01236.x>
- Herman J. L., Stevens M. J., Bird A., Mendenhall M., Oddou G. The tolerance for ambiguity scale: Towards a more refined measure for international management research. *International Journal of Intercultural Relations*, 2010, 34(1): 58–65. <https://doi.org/10.1016/j.ijintrel.2009.09.004>
- McLain D. L., Kefallonitis E., Armani K. Ambiguity tolerance in organizations: Definitional clarification and perspectives on future research. *Frontiers in Psychology*, 2015, 6. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2015.00344>
- Merenluoto K., Lehtinen E. Number concept and conceptual change: Towards a systemic model of the processes of change. *Learning and Instruction*, 2004, 14(5): 519–534. <https://doi.org/10.1016/j.learninstruc.2004.06.016>
- Norton R. W. Measurement of ambiguity tolerance. *Journal of Personality Assessment*, 1975, 39(6): 607–619. https://doi.org/10.1207/s15327752jpa3906_11
- Yook K., Kim K.-H., Suh S. Y., Lee K. S. Intolerance of uncertainty, worry, and rumination in major depressive disorder and generalized anxiety disorder. *Journal of Anxiety Disorders*, 2010, 24(6): 623–628. <https://doi.org/10.1016/j.janxdis.2010.04.003>