

**МІНІСТЕРСТВО ЮСТИЦІЇ УКРАЇНИ  
ПЕНІТЕНЦІАРНА АКАДЕМІЯ УКРАЇНИ**

**Кафедра психології**

**КВАЛІФІКАЦІЙНА РОБОТА МАГІСТРА**

**ОСОБЛИВОСТІ ПСИХОЛОГІЧНОГО ЗДОРОВ'Я ОСІБ З РІЗНИМ  
РІВНЕМ ТОЛЕРАНТНОСТІ ДО НЕВИЗНАЧЕНОСТІ**

Виконав:

Здобувач другого (магістерського)  
рівня вищої освіти за спеціальністю  
053 Психологія

\_\_\_\_\_ Триньова Я.О.  
(підпис)

Науковий керівник:

кандидат психологічних наук, доцент,  
доцент кфедри психології

\_\_\_\_\_ Волеваха І. Б  
(підпис)

Нормоконтролер:

кандидат психологічних наук, доцент,  
доцент кфедри психології

\_\_\_\_\_ Волеваха І. Б  
(підпис)

Оцінка:

Національна шкала \_\_\_\_\_  
Кількість балів: \_\_\_\_ Оцінка ECTS \_\_\_\_

Робота допущена до захисту в ЕК  
« \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20\_\_ року, протокол № \_\_\_\_\_  
засідання кафедри психології

**Чернігів – 2025**

## З М І С Т

|  |           |
|--|-----------|
| <b>ВСТУП.....</b>  | <b>3</b>  |
| <b>РОЗДІЛ 1. ПРОБЛЕМА ВИЗНАЧЕННЯ ПОНЯТТЯ «ПСИХОЛОГІЧНЕ ЗДОРОВ'Я».....</b>  | <b>9</b>  |
| <b>1.1. Поняття психічного здоров'я людини.....</b>  | <b>9</b>  |
| <b>1.1.2. Поняття ментального здоров'я людини.....</b>   | <b>17</b> |
| <b>1.2. Поняття психологічного здоров'я людини.....</b>  | <b>19</b> |
| <b>1.3. Критерії психологічного здоров'я людини та їх співвідношення із толерантністю до невизначеності.....</b> | <b>25</b> |
| <b>РОЗДІЛ 2. ТОЛЕРАНТНІСТЬ ДО НЕВИЗНАЧЕНОСТІ ЯК ПСИХОЛОГІЧНИЙ ФЕНОМЕН.....</b>                                   | <b>31</b> |
| <b>2.1. Генеза поняття «толерантність до невизначеності».....</b>  | <b>31</b> |
| <b>2.2. Толерантність до невизначеності як особистісна риса.....</b>   | <b>35</b> |
| <b>2.3. Толерантність до невизначеності як динамічна характеристика.....</b>                                     | <b>39</b> |
| <b>2.4. Толерантність до невизначеності як обов'язкова ознака сучасної людини.....</b>                           | <b>44</b> |
| <b>РОЗДІЛ 3. ОБГРУНТУВАННЯ ТА ОПИС МЕТОДІВ І РЕЗУЛЬТАІВ ДОСЛІДЖЕННЯ.....</b>                                     | <b>49</b> |
| <b>3.1. Характеристики вибірки, процедура та методики емпіричного дослідження .....</b>                          | <b>49</b> |
| <b>3.2. Результати та їх інтерпретація.....</b>  | <b>53</b> |
| <b>ВИСНОВКИ.....</b>   | <b>79</b> |
| <b>СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ.....</b>   | <b>82</b> |
| <b>ДОДАТКИ.....</b>  | <b>96</b> |

## ВСТУП

### *Обґрунтування вибору теми дослідження.*

В теорії психології феномен толерантності до невизначеності став предметом дослідження відносно нещодавно – в зарубіжній літературі з 50-х років ХХ століття і пережив чотири хвили. На пострадянському просторі подібні дослідження набули поширення з 90-х років ХХ століття.

Враховуючи плюралізм наукової думки щодо визначення сутності цього терміну, й досі в доктрині психології відсутнє уніфіковане поняття. Такий стан речей робить проблемним дослідження цього феномену (його змісту, сутності), зокрема щодо методології вимірювання цього психічного стану особи.

Разом із тим в теорії психології розроблено достатньо методик щодо визначення стану толерантності до невизначеності. За їх допомогою на практиці проводились дослідження цього стану в певних соціальних групах (школярі, студенти за певними напрямками навчання тощо).

Визначення рівня толерантності до невизначеності у людини надає дослідникові уявлення щодо певних рис характеру, притаманного людині, можливості прогнозувати поведінку такої людини, способи навчання толерантності, її підтримки протягом життя та її повернення в разі необхідності.

Толерантність до невизначеності можна віднести до способів адаптації особи до зовнішнього середовища з метою ефективного виживання та еволюціонування.

Феномен толерантності до невизначеності вивчали: В. Ананьев, Н. Бачерніков, Ю. Бохонкова, О. Василевська, О. Васильєва, І. Галицька, Н. Гаранян, С. Гроф, А. Гусєв, Л. Даукша, І. Дубровіна, І. Євтушенко, Л. Карамушка, Є. Калітієвська, А. Кушнерьова, Т. Корнілова, І. Леонов, П. Лушин, С. Максименко, В. Невмержицький, М. Опаріна, Н. Павлик, В. Петленко, Б. Петраков, А. Петракова, Т. Петровська, В. Первомайський, В. Пліско, В. Рибянський, А. Ребер, Я. Руденко, В. Семке, Л. Терещенко, І. Томаржевська, Ф.

Філатов, І.Шаронова, О.Шувалов, Є. Щербина, А. Холмогорова, М. Ярошевський та інші.

Серед зарубіжних дослідників цього феномену можна виділити роботи:

М.Андрос, Р. Ассаджолі, С.Баднер, П. Бейкер, С. Болл-Рокіч, М. Вакслер, О.Вільям, М.Вісер, А.Елліс, А.Маслоу, В.О'Малей, Г.Олпорт, Дж.Крандал, С. Крейтлер, Т. Магуін, Парсонс, Р. Павліскі, Ф.Перлз, С. Піттавіно, К. Роджерс, К. Стоїчева, В. Франкл, С. Фрайберг, І. Френкель-Брансвік, Дж. Хамптон, Н. Хабер, К. Ясперс.

Переважає більшість дослідників розуміє толерантність до невизначеності як особистісну рису (стабільну). Деякі науковці - як установку (але теж стабільну рису). Інші - як когнітивну характеристику, що вже відноситься до динаміки, тобто змінної перемінної протягом життя людини.

Крім того більшість вчених надає феномену невизначеності/хаосу негативного забарвлення, хоча з точки зору матеріалістичної діалектики у всьому поганому є добре і навпаки. Тож інша група дослідників, до якої належить і автор цієї роботи схильна відноситись до невизначеності як до нейтральної або, навіть, позитивної обставини, яка може стати початком нового етапу розвитку індивіда.

Як правило, вивчення толерантності до невизначеності проводиться в певному контексті, що значно звужує прикладний аспект здобутих даних. Тож з метою розширення практики застосування теоретичного знання, предметом цього дослідження став контекст, який за контент-аналізом наукової літератури, проведеним автором роботи, ще не був досліджений. Йдеться про три групи досліджуваних, які обирались за фактом їх відношення до працевлаштування в умовах проживання на території країни, в якій ведуться бойові дії (російсько-українська війна 2014-... (відкрита дата) роки).

**Гіпотеза дослідження.** Очікується, що чим вищий рівень ТН (або нижчий рівень ІТН), тим краща реалізація сфер психологічного здоров'я і вищий рівень особистого благополуччя. Перемінними факторами були: наявність власного

джерела доходу (статус), факт перебування у шлюбі та стать. Їх вплив перевірявся додатково.

**Мета і завдання дослідження відповідно до предмету та об'єкту дослідження.**

**Метою** кваліфікаційної роботи є визначення особливостей психологічного здоров'я осіб (студенти, працюючі особи, безробітні) з різним рівнем толерантності до невизначеності в умовах їх проживання на території воюючої країни (російсько-українська війна 2014-.... роки) для обрання відповідних програм їх реабілітації (за необхідності) в подальших дослідженнях.

Для досягнення зазначеної мети, були поставлені наступні **завдання**:

- 1) дослідити та проаналізувати поняття «психічне здоров'я», «психологічне здоров'я» та «ментальне здоров'я»;
- 2) визначити критерії психологічного здоров'я та співвіднести їх із толерантністю до невизначеності;
- 3) розкрити поняття «толерантність до невизначеності» як психологічного феномену та з'ясувати її рівні;
- 4) провести емпіричне дослідження відповідно до предмету кваліфікаційної роботи;
- 5) обґрунтувати характеристики вибірки, процедури та методик емпіричного дослідження та описати результати дослідження.

**Об'єктом** дослідження виступає психологічне здоров'я як психологічний феномен.

**Предметом** дослідження є особливості психологічного здоров'я осіб з різним рівнем толерантності до невизначеності.

В кваліфікаційній роботі були використані наступні **методи дослідження**.

**Теоретичний аналіз** стану досліджуваної проблеми у науковій літературі, **контент-аналіз** та **історичний** метод (п.п.1.1-1.2, 2.1) дозволили з'ясувати генезу та еволюцію ключових понять роботи («психічне», «психологічне», «ментальне» здоров'я, «толерантність до невизначеності»).

*Нормативно-правовий* метод був використаний для формулювання пропозицій щодо внесення змін до чинного законодавства (п.1.1-1.2). *Метод систематизації* застосовувався в підрозділах 1.1, 1.2 під час класифікації таких понять як «психічне» та «психологічне» здоров'я. За допомогою *узагальнення* було визначено загальні критерії психологічного здоров'я, за якими відбувається його діагностика (п.1.3). За допомогою *синтезу* було виділено погляди на поняття «толерантність до невизначеності» як на особистісну рису (п.2.2) та як динамічну характеристику (п. 2.3). Метод *формальної діалектики* був використаний для визначення модальності феномену «толерантність для невизначеності» (2.4), адже в «чистому» виді відсутні категорії добра і зла. У всьому поганому наявне добре і навпаки. Стан невизначеності не завжди означає суто негатив, з нього цілком можливо отримати користь. І навпаки: стан визначеності є не завжди «добром», перебуваючи в цьому стані занадто довго, особистість може деградувати. Метод *математичної статистики* був використаний в п. 3.1, 3.2 при аналізі та інтерпретації матеріалів емпіричного дослідження.

***Емпірична база дослідження.*** Робота проводилась протягом червня-листопада 2024 року. Було досліджено 90 осіб, віком 21 – 63 років (студенти і особи допенсійного віку); працездатні; гендерна рівність переважно була дотримана. Перемінними факторами були: наявність власного джерела доходу, факт перебування у шлюбі та стать. Використано методики: тест «Індивідуальна модель психологічного здоров'я» по А.Козлову [30]; опитувальник «Виявлення толерантності до невизначеності» за С. Баднером [51]; опитувальник «Спектр психологічного здоров'я» [56]; шкала задоволеності життям Е. Дінера (ШЗЖ) [98, 56] та шкала суб'єктивного щастя С. Любомирськи (ШСЦ) [110, 56].

***Наукова новизна полягає у наступному:***

- визначено взаємовідношення понять «здоров'я», «психічне» та «психологічне» здоров'я. Вони співвідносяться між собою як родове, видове та безпосереднє – відповідно;

- класифіковані визначення поняття «психічне здоров'я» за критерієм відношення ознак/складових психічного здоров'я до його носія (персони) на: персоноцентричні, екоцентричні (екологічні) та соціоцентричні;

- пояснено, що поняття «ментальне здоров'я» дорівнює поняттю «психічне» здоров'я;

- надані пропозиції щодо внесення змін до чинного Закону України «Основи законодавства про охорону здоров'я» щодо введення на офіційному рівні термінів «психічне здоров'я» та «психологічне здоров'я»;

- класифіковано визначення психологічного здоров'я за критерієм відношення його компонентів до індивіда на: персоноцентричні та екоцентричні;

- з'ясовано зв'язок критеріїв психологічного здоров'я із толерантністю до невизначеності: останнє належить до критеріїв психологічного здоров'я;

- узагальнено критерії психологічного здоров'я;

- досліджено особливості психологічного здоров'я осіб з різним рівнем толерантності до невизначеності в умовах проживання на території воюючої держави.

***Практична значущість*** роботи полягає у можливості використання її матеріалів на практиці.

Отримані результати роботи можуть бути використані також в таких навчальних дисциплінах як: «Психологія суб'єктивного благополуччя», «Психологія стресу та копінг-поведінки», «Психологія кризових станів», «Психологія реабілітації».

Пропозиції щодо законодавчих змін можуть бути використані в нормотворчій діяльності з метою гармонізації чинного законодавства.

***Зв'язок роботи з науковими програмами, планами, темами, грантами (кафедральними темами НДР).*** Магістерська робота пов'язана із науково-технічною роботою «Особливості психологічного здоров'я особистості в умовах невизначеності», державний реєстраційний номер 0122U002486, зареєстрована 09.05.2022. Індекс УДК: 159.938.363.6:159.923, тематичних рубрик НТІ:10.

***Апробація матеріалів кваліфікаційної роботи магістра.*** Результати наукових досліджень, викладені в кваліфікаційній роботі представлено на II Міжнародній науково-практичній конференції «*Актуальні питання теорії та практики в галузі права, освіти, соціально-гуманітарних та поведінкових наук в умовах воєнного стану*» (Пенітенціарна академія України. м. Чернігів, 25 квітня 2024 р.).

***Структура та обсяг кваліфікаційної роботи магістра.*** Кваліфікаційна робота складається з анотації, вступу, 3 розділів, 9 підрозділів, загальних висновків, списку використаних джерел (135 найменувань, з них 46 – іноземною мовою), 9 додатків на 42 сторінках. Загальний обсяг кваліфікаційної роботи складає 132 сторінки, із них основного тексту - 81 сторінок.

## РОЗДІЛ 1. ПРОБЛЕМА ВИЗНАЧЕННЯ ПОНЯТТЯ «ПСИХОЛОГІЧНЕ ЗДОРОВ'Я»

### 1.1. Поняття психічного здоров'я людини

Всесвітня організація охорони здоров'я (далі - ВООЗ) визначає психічне здоров'я як рівень *психологічного* благополуччя, який визначається не тільки відсутністю *психічних* захворювань, а й низкою соціально-економічних, біологічних і тих, що відносяться до навколишнього середовища факторів. Психічне здоров'я включає «суб'єктивне благополуччя», стан благополуччя, в якому людина реалізує свої здібності, самореалізацію, автономію, компетенцію, взаємовідносини між поколіннями та самореалізацію інтелектуального та емоційного потенціалу тощо. Крім того, ВООЗ стверджує, що благополуччя особистості охоплюється реалізацією її здібностей, подоланням нормальних життєвих напружень, можливостями протистояти звичайним життєвим стресам, продуктивно працювати і робити внесок в свою громаду [61].

Термін «психічне здоров'я» став актуальним у зв'язку з доповіддю Всесвітньої організації охорони здоров'я (ВООЗ) в 1979 році на тему «Психічне здоров'я та психосоціальний розвиток дітей». Експерти ВООЗ намагалися привернути увагу світової громадськості до охорони дитинства та необхідності забезпечення умов, що запобігають відхилення від норми; особливо підкреслювалась єдність психічного, соматичного, фізичного і соціального здоров'я та їх взаємовплив. У матеріалах ВООЗ велика увага приділялася сімейному і шкільному вихованню, які здатні істотно вплинути на психосоціальний розвиток дітей [2, 54].

Цей документ можна віднести до виду актів *soft law* (дослівно «м'яке» право), тобто таких, що не мають обов'язкової сили щодо їх застосування Україною, а є суто рекомендаційними. Україна може враховувати позицію ВООЗ, а може – не враховувати. Однак, зважаючи на підписані між Україною та

ВООЗ двосторонні угоди про співпрацю, остання – на 2024-2025 роки від 16.12.24 [79], рекомендації ВООЗ матимуть обов'язковий характер для їх виконання в Україні.

В чинному законодавстві України *психічне здоров'я* як окремий термін не виділений, однак психічне здоров'я, як окремий компонент входить до загального, міждисциплінарного поняття «здоров'я».

Так відповідно до ст. 3 Закону України «Основи законодавства України про охорону здоров'я» здоров'я - стан повного фізичного, *психічного* і соціального благополуччя, а не тільки відсутність хвороб і фізичних вад. Крім того цей же нормативний акт надає визначення ще одного поняття - «стан здоров'я» - загальний показник для хвороб (гострих і хронічних), розладів, пошкоджень або травм. Стан здоров'я також може охоплювати інші обставини, такі як вагітність, *старіння, стрес*, вроджена аномалія або генетична схильність. Стани здоров'я кодуються за Міжнародною статистичною класифікацією хвороб та споріднених проблем охорони здоров'я [26].

Згідно ст. 3 Закону України «Про психіатричну допомогу», в Україні діє презумпція психічного здоров'я. Це означає, що кожна особа вважається такою, яка не має психічного розладу, доки наявність такого розладу не буде встановлено на підставах та в порядку, передбачених цим Законом та іншими законами України [27].

В умовах ведення російсько-української війни, яка триває вже десять років (2014-2024), і яку можна віднести до затяжних військових конфліктів, увага до психічного/психологічного здоров'я як окремої особистості, так і цілого народу України (колективного психічно-психологічного здоров'я) є вкрай актуальною. Збереження та відновлення психічно-психологічного здоров'я, є одним з пріоритетних напрямів внутрішньої політики держави.

Щодо дослідження поняття «психічне здоров'я» на доктринальному рівні, існує доволі багато його визначень.

Визначенням компонентів, критеріїв, факторів, ознак психічного здоров'я, його дефініції займались: В. Ананьєв, М.Андрос, Н. Бачерніков, О. Василевська, О. Васильєва, І. Галицька, Є. Калітієвська, Т. Парсонс, В.Петленко, Б.Петраков, А. Петракова, Т. Петровська, Первомайский, В.Рибянський, А.Ребер, В. Семке, Л.Терещенко, Филатов Ф., І.Шаронова, О.Шувалов, Є. Щербина, К. Ясперс та інші.

Проаналізувавши роботи зазначених авторів та їх дефініцій психічного здоров'я, автором роботи запропоновано класифікацію цих дефініцій. Критерієм класифікації обрано відношення ознак/складових психічного здоров'я до його носія (персони). На підставі цього критерію запропоновано такі класи дефініцій психічного здоров'я:

- *персоноцентричні*: у фокусі уваги є складові психічного здоров'я, які мають відношення суто до особистості - персони (І. Галицька, Є. Калітієвська, А.Ребер, І.Шаронова, О.Шувалов);

- *екоцентричні (екологічні)*: складові психічного здоров'я зорієнтовані не тільки на особистість, але і відносяться (спрямовані) до соціуму (екосистеми). Відповідно до світоглядної теорії екоцентризму, людина розглядається як рівноцінний з іншими об'єктами елемент живої природи в екосистемі. При антропоцентричних поглядах людина – є центром всесвіту, найвищою цінністю. Проте ця концепція останні століття підтвердила свою неспроможність. Внаслідок варварського, зверхнього ставлення людства до екосистеми (в тому числі екосистеми Землі), остання опинилась під загрозою знищення. Прогресивним кроком людства має стати зміна світоглядної позиції антропоцентризму на екоцентризм [78]. Цю теорію можна застосувати і до класифікації визначень психічного здоров'я. Адже визначення, яке включає компоненти додаткові до персоноцентрованих, такі як зовнішні умови, задоволення колективних вимог, соціальних потреб, максимально враховує потреби не тільки індивідуума, але і суспільства, забезпечуючи екологічний баланс (В. Ананьєв, М.Андрос, Н.Бачерніков, В. Петленко, Б. Петраков,

А.Петракова, В. Первомайский, В.Рибянський, В. Семке, І.Шаронова, Є. Щербина).

- *соціоцентричні* – компоненти визначення психічного здоров'я зорієнтовані на зовні, на соціум, хоча і транслюються особою – носієм здоров'я (Т. Парсонс).

Розкриємо визначення психічного здоров'я наведених дослідників.

Так до *персоноцентричного визначення* психічного здоров'я можна віднести визначення, наведене І. Галецькою, яка відразу порівнює поняття психічного та психологічного здоров'я. Дослідниця виділяє двофакторну структуру психічного здоров'я: структурно-процесуальне психічне здоров'я та психологічне здоров'я. Структурно-процесуальне психічне здоров'я стосується психічної діяльності, характеристик процесів та властивостей когнітивної та емоційно-вольової сфери. Психологічне здоров'я – втілення соціального, емоційного та духовного благополуччя (як ресурсу та стану), оскільки воно є потенційною передумовою забезпечення життєвих потреб для активного способу життя, досягнення власних цілей, адекватної та оптимальної взаємодії з людьми, соціальним та іншим оточенням. Психологічне здоров'я стосується семантичних аспектів психічного здоров'я, властивостей Я та ноогенної сфери людини. Якщо структурно-процесуальне психічне здоров'я стосується механізмів, то психологічне охоплює сутнісні властивості ціннісно-мотиваційної та ноогенної сфери людини, її переконання, властивості Я та ідентичність, а також духовну сферу [14, 15]. Як бачимо, визначення психічного здоров'я І. Галецької стосується суто індивіда, і не включає зовнішні компоненти.

За Є. Калітєвською, компоненти психічного здоров'я безпосередньо відносяться до індивіду: це є *власна життєва здібність індивіда*, забезпечена повноцінним розвитком і функціонуванням *психічного апарату* [63].

За А. Ребером термін «психічне здоров'я» часто використовується саме для характеристики тієї людини, яка функціонує на високому рівні поведінкового й емоційного регулювання, а не просто тієї, яка не є психічно хворою» [63]. – Як

видно з цього визначення, в ньому відсутні компоненти, безпосередньо спрямовані на взаємодію із соціумом. Хоча можна стверджувати, що *косвено* поведінка та емоційний стан особи відображається на соціумі.

І. Шаронова вважає, що психічні процеси здорової людини характеризуються максимальним наближенням суб'єктивних образів до відображення об'єктів дійсності, адекватним самосприйманням, розвиненими здібностями концентрувати увагу, утримувати в пам'яті інформацію, здатністю до логічної обробки інформації, критичністю мислення, креативністю [82]. Тобто в її визначенні також всі компоненти зорієнтовані на індивіда.

За О. Шуваловим, психічне здоров'я стосується, передусім, окремих психічних процесів та механізмів і є життєздатністю індивіда, яку забезпечує повноцінний розвиток і функціонування психічного апарату [74, 75].

До *екоцентричної* дефініції відноситься визначення психічного здоров'я за М. Андросом, який під поняттям «психічне здоров'я особистості» розуміє таке функціонування психіки індивіда, яке забезпечує йому *гармонійну взаємодію з навколишнім світом* [63]. Одна з компонентів психічного здоров'я в цьому визначенні безпосередньо спрямована на зовні – навколишній світ.

За Н. Бачерніковим, В. Петленко і Є. Щербиною психічне здоров'я: відносно стійкий стан організму особистості, який дає можливість людині усвідомлено, враховуючи свої фізичні й психічні можливості, а *також навколишні природні й соціальні умови*, здійснювати та забезпечувати свої індивідуальні й *суспільні (колективні), біологічні та соціальні потреби* на основі нормального функціонування психофізичних систем, здорових психосоматичних і соматопсихічних відносин в організмі [63]. Автори цього визначення ввели зовнішні компоненти, які впливають на індивідуально зорієнтовані складові.

Дослідники Б. Петраков і А. Петракова визначають психічне здоров'я як «динамічний процес психічної діяльності, якому властива детермінованість психічних явищ», «гармонійний взаємозв'язок між відображенням обставин дійсності і ставленням індивіда до неї, адекватність реакцій *на навколишні*

*соціальні, біологічні, психічні і фізичні умови, завдяки здатності людини контролювати свою поведінку, планувати і здійснювати свій шлях у мікро- і макросередовищі» [63]. Дослідники вводять до свого визначення соціальну/зовнішню компоненту.*

В. Первомайский психічне здоров'я визначає як стан благополуччя, при якому людина може реалізувати свій власний потенціал, справлятися із звичайними життєвими стресами, продуктивно і плідно працювати, а також робити посильний внесок до життя свого співтовариства [60]. В цьому визначенні його автор намагався врахувати більшість критеріїв психічного здоров'я за ВООЗ.

В. Рибянський також до складу психічного здоров'я вводить більше компонентів спрямованих до соціуму ніж зорієнтованих до особи: «психічне здоров'я» - функціонування психіки, яке забезпечує гармонійну взаємодію з *навколишнім світом, суспільством, його класами, соціальними групами, адекватність поведінки, ефективність навчальної, професійної, побутової діяльності* та здійснення особистісного розвитку [63].

«Прив'язка» індивіда до соціуму характерна і екоцентричному визначенню В. Семке, який розглядає психічне здоров'я як «стан динамічної рівноваги особи з *навколишнім середовищем*, коли всі, закладені в його біологічні сутності, здібності проявляються найбільш повно і всі життєво важливі підсистеми функціонують з оптимальною інтенсивністю» [ 63].

Якщо звернути увагу на погляди західних психологів, то вони пропонують також екоцентричну характеристику психічно здорової людини: відсутність психічних розладів, нормальність, різні стани психологічного благополуччя, індивідуальна автономія, вміння успішно впливати на соціальне та природне середовище, «правильне» сприйняття реальності, зростання, розвиток, самоактуалізація, цінність особистості [54, 62].

Прикладом *соціоцентричного* визначення психічного здоров'я є його визначення за Т. Парсонсом: стан оптимальної працездатності особи у процесі

ефективного виконання ролей і завдань, які відповідають його соціальному статусу [63]. Всі компоненти цього визначення зорієнтовані на зовні.

З наведеного можна дійти висновку, що прихильників екоцентричного (екологічного) класу визначень психічного здоров'я значно більше. Крім того на формування визначення поняття «психічне здоров'я» впливає і приналежність дослідника до певної теоретичної концепції особистості (психодинамічна, гуманістична, індивідуальна, аналітична, соціальна, соціальна-когнітивна, когнітивна теорії тощо).

Автору цієї роботи ближче клас екоцентричних дефініцій. Адже враховуючи відсутність поняття психічного здоров'я в чинному законодавстві і положення soft law (ВООЗ), за основу його визначення слід брати 7 компонентів психічного здоров'я [12], неведені ВООЗ:

- усвідомлення постійності та ідентичності свого фізичного і психічного Я;
- постійність і однаковість переживань в однотипних ситуаціях;
- критичне ставлення до себе і своєї діяльності;
- адекватність психічних реакцій впливу середовища;
- здатність керувати своєю поведінкою відповідно до встановлених норм;
- планування власної життєдіяльності і реалізація її;
- здатність змінювати свою поведінку залежно від зміни життєвих обставин.

В екоцентричних дефініціях ці компоненти зустрічаються.

Можна погодитись із І. Шароною, що до сфери психічного здоров'я загалом відносять індивідуальні особливості психічних процесів і властивостей людини, наприклад, збудженість, емоційність, чутливість; властивості, пов'язані з особливостями мислення, характеру, здібностей. Психічне життя особи складається з потреб, інтересів, мотивів, стимулів, установок, цілей, образів уяви, почуттів тощо. Усі складові й компоненти психічного здоров'я зумовлюють особливості індивідуальних реакцій на однакові життєві ситуації, імовірність стресів, афектів [82].

Наведені компоненти психічного здоров'я (*видове поняття*) знаходяться у прямому та зворотному зв'язку із складовими *родового поняття* «здоров'я» та *безпосереднього поняття* «психологічне здоров'я». Якщо візуалізувати вертикаль понять, то вершиною буде родове поняття, середнім – видове і в основі – безпосереднє. Така візуалізація сприяє покращеному сприйняттю взаємозв'язків цих трьох понять.

Такий висновок запропоновано як наслідок аналізу чинного законодавства та норм *soft law* (положення офіційних документів ВООЗ). Як зазначалось вище, ст. 3 Закону України «Основи законодавства України про охорону здоров'я» визначає *родове поняття здоров'я* як стан повного фізичного, *психічного* і соціального благополуччя, а не тільки відсутність хвороб і фізичних вад [26].

В цьому ж визначенні включено *видове поняття* – *психічне здоров'я*, визначення якого можна взяти із нормативних актів ВООЗ: рівень *психологічного благополуччя*, який визначається не тільки відсутністю психічних захворювань, а й низкою соціально-економічних, біологічних і тих, що відносяться до навколишнього середовища факторів [61].

Нарешті *безпосереднє поняття* – психологічне благополуччя, дозволяє вийти на категорію психологічне здоров'я.

Довгий час безпосереднє поняття психологічного здоров'я не виокремлювалось і вивчалось в межах родового поняття – психічне здоров'я.

Психічне здоров'я людини характеризується відсутністю виражених нервово-психічних розладів, певним резервом сил, що уможлиблює подолання несподіваних стресів або важкої ситуації, а також стійкою рівновагою між організмом та навколишнім середовищем [63].

Всі ці складові в умовах сьогодення є порушеними не тільки на індивідуальному рівні, але і рівні всієї країни, суспільства. Це означає, що питання про наявність порушень психічного здоров'я актуально наразі для всього українського суспільства.

Саме тому запроваджена Національна програма психічного здоров'я та психосоціальної підтримки – ініціатива першої леді Олени Зеленської, яка має на меті допомогти громадянам подолати пов'язаний з війною стрес і наслідки пережитих травматичних подій, запобігти розвитку психічних розладів. Розробку та впровадження програми координує Міністерство охорони здоров'я України у тісній взаємодії з українськими та іноземними фахівцями. Ініціатива реалізується за підтримки Всесвітньої організації охорони здоров'я [87].

Відповідно до наведеного психічне та психологічне здоров'я є різними поняттями. Психічне здоров'я представляє характеристику, що безпосередньо пов'язана з внутрішнім світом індивіда, але спрямована і на комунікацію із соціумом. Психологічне здоров'я акцентує увагу не стільки на внутрішньому світові індивіда, скільки на його комунікації із соціумом, інтеграції в нього.

Дослідження функціонування компонентів психічного і психологічного здоров'я є запорукою профілактики та запобігання нервово-психічним розладам, надає можливість виявити нові/дістатись до наявних ресурсних джерел людей для відновлення резервів організму, сприятиме навчанню долати стресові ситуації, та налаштуванню балансу між внутрішнім світом людини і соціумом.

### **1.1.2. Ментальне здоров'я та його співвідношення із суміжними поняттями**

Останнім часом в медіа просторі можна зустріти термін «*ментальне здоров'я*». Пересічний громадянин не завжди може зрозуміти про що йдеться: психічне чи психологічне здоров'я.

Аналіз офіційних джерел, в яких застосовується поняття «*ментальне здоров'я*» дозволяє зробити висновок, що йдеться саме про психічне здоров'я. Так, прикладом, англійською визначення психічного здоров'я, надане, ВООЗ транслюється як «*Mental Health*» [96].

Визначення ВООЗ психічного здоров'я [61] збігається із поняттям «ментального здоров'я», наданого в межах Всеукраїнської програми ментального здоров'я за ініціативою О. Зеленської «Ти як?» [76]. *Ментальне здоров'я* - це стан психічного добробуту, який дозволяє людині справлятися зі стресом, реалізовувати здібності, навчатися та працювати, робити внесок у життя своєї громади [76]. Ця програма не відноситься до законодавства, відтак спиратися на визначення ментального здоров'я як офіційного поняття не можна.

Центр громадського здоров'я МОЗ України також ототожнює поняття психічне та ментальне здоров'я. «Психічне (ментальне) здоров'я – це стан психічного благополуччя, яке дозволяє людям справлятися з життєвими стресами, реалізовувати свої здібності, навчатися й працювати, а також робити внесок у життя суспільства» [23].

Концепція розвитку охорони психічного здоров'я в Україні на період до 2030 року оперує поняттям «психічне здоров'я» і не містить терміну «ментальне здоров'я» [32].

В чинному законодавстві України термін «ментальне здоров'я» не зустрічається.

Разом із тим в проекті Кримінального кодексу України в редакції від 02.07.2024 термін «ментальне здоров'я» вже наявний (Розділ 4.3. Кримінальні правопорушення проти ментальної та фізичної безпеки людини). До правопорушень проти ментальної безпеки людини віднесено:

- стаття 4.3.3. Погроза спричиненням смерті чи тяжкої шкоди
- стаття 4.3.4. Створення небезпеки для життя чи здоров'я іншої людини
- стаття 4.3.5. Залишення в небезпеці [73].

В цих правопорушеннях йдеться про психічне здоров'я як основний об'єкт цього правопорушення. Однак серед кримінальних правопорушень можуть бути такі, які мають декілька (основний та додатковий) об'єктів посягання і в яких психічне здоров'я може виступати додатковим об'єктом (замах на доведення до самогубства, замах на вбивство, зґвалтування, розбій тощо).

Якщо ця термінологія залишиться в новому Кримінальному кодексі, з метою узгодження наскрізної міжгалузевої термінології, слід впроваджувати в національне законодавство поняття «ментальне здоров'я». За відсутності цього можуть виникнути на практиці труднощі із правозастосуванням, що в свою чергу може сприяти порушенню прав та інтересів осіб.

Однак взагалі ставиться під сумнів необхідність включення в національне законодавство англійських термінів за наявності аналогічних українських.

Враховуючи викладене, доцільно доповнити Закон України «Основи законодавства про охорону здоров'я» положенням щодо визначення психічного (ментального – за необхідності такого пояснення) здоров'я, надавши цьому визначенню офіційності.

## **1.2. Поняття психологічного здоров'я людини**

Термін «психологічне здоров'я» ввела в науковий лексикон доктор психологічних наук, Ірина Дубровіна в 1991 році. На думку науковця, психологічне здоров'я є прижиттєвим утворенням, основу якого складає повноцінний психічний розвиток на всіх етапах онтогенезу, а також динамічну сукупність психічних властивостей, що забезпечують гармонію між різними сторонами особистості людини, а також між людиною та суспільством, можливість повноцінного функціонування людини в процесі життєдіяльності [75, 66, 88 с.106].

Поняття психологічного здоров'я є відносно новим. Психологічне здоров'я не пов'язано із органічними порушеннями мозку, а з'являються як наслідок порушення переконань індивіда. Ці переконання можуть як усвідомлюватися, так і не усвідомлюватися людиною, але мають безпосередній вплив на її життя, наслідком таким переконань можуть бути емоційні, особистісні та адаптаційні порушення. Натомість психічне здоров'я пов'язано із сферою медицини, а його порушення лікуються медикаментозними засобами. [24, 5].

Феномен психологічного здоров'я досліджували: Р. Ассаджолі, П. Бейкер, Ю. Бохонкова, С. Гроф, Н. Гаранян, І.Дубровіна, А.Елліс, І.Євтушенко, А. Кушнерьова, А.Маслоу, С.Максименко, В. Невмержицький, Г.Олпорт, Н.Павлик, Ф.Перлз, А. Петровський, В. Пліско, В. Франкл, С. Фрайберг, К. Роджерс, Я.Руденко, А. Холмогорова, М. Ярошевський та інші.

Слід відмітити, що зазвичай дослідники, які займались дослідженням психічного здоров'я, звертались до феномену «психологічне здоров'я» і навпаки, адже, як було зазначено, ці поняття взаємопов'язані.

Враховуючи відсутність в чинному законодавстві України поняття «психологічне здоров'я» дискусії щодо його змісту тривають.

За аналогією стратифікації наведених вище понять психічного здоров'я, автором роботи пропонується розділити визначення психологічного здоров'я за критерієм відношення його компонентів до індивіда.

Проаналізував зміст понять психологічного здоров'я наведемо деякі з них, одночасно віднесши до певного класу – *персоноцентричні* та *екоцентричні*.

Отже, до *персоноцентричних* можна віднести поняття психологічного здоров'я за Р. Ассаджолі, який фізичав цей феномен як стан балансу між різними аспектами особистості [63, 35].

До цього ж класу відноситься визначення надане Н. Гаранян та А. Холмогоровою, які визначають психологічне здоров'я як процес життя особистості, в якому збалансовані рефлексивні, емоційні, інтелектуальні, поведінкові аспекти [63, 35]. В цьому визначенні не йдеться про безпосередню комунікацію із соціумом.

Можна відмітити аналогічну класифікації феномену «психічне здоров'я», наведену в попередньому підрозділі, тенденцію більшої кількості *екоцентричних* визначень поняття «психологічне здоров'я». Зазначену закономірність можна пояснити співвідношенню понять «психічне» та «психологічне здоров'я» як видового та безпосереднього поняття. Тобто понять які витікають один з одного.

Серед екоцентричних визначень поняття «психологічне здоров'я», в яких акцентується увага на складових не тільки внутрішнього світу індивіду, але і його інтеграції із соціумом, можна виокремити поняття, надане С. Фрайбергом: як баланс між *потребами індивіда і суспільства*, який підтримується постійними зусиллями [63, 35].

За Н. Павликом психологічне здоров'я – «складне, багаторівневе утворення, що презентує гармонійний тілесно-душевно-духовний стан особистості, основою якого є *баланс між внутрішніми процесами* (соматичними, емоційними, вольовими, інтелектуальними, соціальними духовними), між *людиною та світом*» [59, с.50]. Як бачимо дослідник серед компонентів змісту використовує і внутрішні, і зовнішні складові.

А. Петровський, М. Ярошевський та П. Бейкер також серед компонентів психологічного здоров'я розглядають зовнішній компонент – «середовище». За ними психологічне здоров'я - це функція підтримання рівноваги між *особистістю та середовищем*, адекватної регуляції поведінки і діяльності людини, здатності протистояти життєвим труднощам без негативних наслідків для здоров'я [63, 35].

Серед зарубіжних дослідників, які визначали зміст психологічного здоров'я в екоцентричному ключі можна навести Г. Олпорта, який сформулював уявлення про пропріативність (властиве) людської природи, визначивши образ психологічно зрілої особистості. Пропріум задає вектор розвитку життя людини і є її позитивною якістю – творчою, що прагне до розвитку та досконалості [88, 84]. Ясно, що розвиток та досконалість навряд можна уявити без взаємодії із соціумом.

К.Роджерс, наполягаючи на тому, що людина наділена вродженим, природним прагненням до здоров'я та зростання, розкрив образ повноцінно функціонуючої особистості. Здорова особистість *відкрита до нового досвіду*, без психологічних захистів, усвідомлює відповідальність за своє життя й власні вчинки, *ставиться до інших людей* як до унікальних істот, має творчий підхід до

життя, об'єктивну й досить високу самооцінку, усвідомлює свої колосальні можливості [88, 84]. В цьому визначенні К.Роджерс акцентує увагу на комунікації індивіда з оточуючим середовищем.

А. Маслоу на основі теорії мотивації особистості вивів образ самоактуалізованої, психологічно здорової людини. Загалом здорову людину науковець розуміє як автономну, спонтанну, здатну сприймати себе *та інших*, чутливу й творчу особистість, яка володіє почуттям гумору, нестандартним мисленням і здатністю до так званих містичних (пікових) переживань [88, 84]. Також в своїй теорії мотивації А. Маслоу зазначав на певному порядку задоволення потреб: спочатку базових, які стосуються безпосередньо індивіда, а потім і тих, які зінтегровані із соціумом (самовдосконалення, повага соціуму, дружба, родина, робота) – тобто зовнішніх.

У прагненні відшукати сенс життя В. Франкл вбачає шлях до всіх видів здоров'я – психічного, психологічного та душевного, а втрату сенсу вважає головною причиною не тільки різних розладів психіки, а й безлічі інших проблем людини [88, 35]. Причому за В. Франклом сенс життя може бути у всіх різний: у когось він буде знаходитися всередині особи, а у іншого – зовні (близьки особи, робота тощо).

Відмітимо, що для психологічного здоров'я норма – це наявність певних особистісних характеристик, що дозволяють не тільки адаптуватися до суспільства, але й, розвиваючись самому, сприяти його розвитку. Альтернатива нормі у випадку психічного здоров'я – це хвороба. Альтернатива нормі у випадку психологічного здоров'я – це не хвороба, а відсутність можливості особистісного розвитку, нездатність до виконання свого життєвого завдання (Структура и критерии психологического здоровья, 2021) [58, 70]. Отже, можна погодитись із Н. Павлик, що психологічне здоров'я є основою конструктивного розвитку особистості.

Досліджуючи феномен психологічного здоров'я, науковці в його структурі виділяють *рівні психологічного здоров'я*. Наведемо деякі їх визначення.

Так Ю. Бохонкова, В. Пліско та І. Євтушенко розрізняють три рівні психологічного здоров'я:

- *креативний рівень*, до якого відносять людей зі стійкою адаптацією до умов середовища, наявністю у них резерву для подолання стресових впливів та наявністю позицій щодо створення;

- *адаптивний рівень* - до нього відносять людей, які адаптовані до взаємодії у соціумі, але мають підвищену тривожність. У таких людей відсутній запас резервів психічного здоров'я;

- *дезадаптивний рівень* або *асимілятивно-акомодативний*. До нього відносять людей, у яких порушений баланс процесів асиміляції та акомодативності. *Асимілятивний* стиль передбачає прагнення людини пристосовуватися до зовнішніх обставин за рахунок власних бажань та потреб, відповідати бажанням оточуючих. *Акомодативний* стиль включає використання позиції наступу, прагнення підпорядкувати оточення власним потребам. Його неконструктивність полягає у наявності поведінкових стереотипів, відсутності критичності. Люди з третього рівня потребують психологічної допомоги [24, 5].

Як зазначає Н. Павлик, здоров'я на психологічному рівні пов'язане з особистісним контекстом, у межах якого людина з'являється як психічне ціле. Основне завдання цього рівня – зрозуміти, що таке здорова особистість. Чим гармонійніше об'єднані всі істотні властивості, що складають особистість, тим вона більш стійка, урівноважена й здатна протидіяти впливам, що перешкоджають її цілісності. Звідси витікає розуміння феномена здоров'я особистості як багаторівневої структури, яка містить відповідні компоненти [70].

С. Рубінштейн пропонує трьох-рівневу структуру особистості: *психофізіологічний, індивідуально-психологічний та особистісно-смісловий рівні* [58, 65]. Спираючись на цю модель, Н. Павлик припускає, що повноцінна сформованість конструктивних особистісних якостей на зазначених рівнях визначає відповідні компоненти психологічного здоров'я: *психосоматичний, індивідуально-психологічний, соціально-особистісний* [58].

Б. Братусь до попередньої моделі додає ще четвертий рівень - екзистенційний рівень – рівень *життєтворчості*, що досягається через здійснення особистісного вибору, знаходження сенсу життя, керування смисловою регуляцією й відповідає рівню духовно-смислової саморегуляції [58, 6].

Рівні як і критерії психологічного здоров'я в практичній діяльності психолога необхідні для оцінки та діагностики стану психологічного здоров'я особи.

Виділення в доктрині психології рівнів дозволяє краще зрозуміти багатокomпанентність особистості, можливість проводити наукові дослідження кожного окремого рівня її структури психологічного здоров'я.

На додаток практичному психологу виділення рівнів психологічного здоров'я дозволяють віднести особу до того чи іншого типу за рівнем психологічного здоров'я і зрозуміти конкретний вектор надання психологічної допомоги. Крім того виділення цих рівнів дозволяє розробити програму комплексної профілактики збереження/відновлення психологічного здоров'я за типами приналежності осіб до кожного з наведених рівнів.

Значення сепарації поняття «психологічне здоров'я» від його видового поняття полягає в можливості детальнішого його вивчення, зокрема через виділення його власних компонентів, рівнів, критеріїв.

Дослідження окремих компонентів психологічного здоров'я дозволяє розробити комплекс засобів загальної профілактики психологічного здоров'я.

З метою уніфікації понять «психологічне здоров'я» та завершенням наукової дискусії щодо цього поняття доречно доповнити Закон України «Основи законодавства про охорону здоров'я» введенням поняття «психологічне здоров'я».

### 1.3. Критерії психологічного здоров'я та їх зв'язок із толерантністю до невизначеності

Критерії психологічного здоров'я – це ознаки, за якими проводиться його оцінка. Оскільки критерії, як і само поняття «психологічне здоров'я» офіційно законодавством не визначено, в наукових колах досі точаться дискусії щодо переліку та змісту його ознак. Майже всі науковці, які вивчали феномен «психічне» та/або «психологічне» здоров'я та наводились вище, торкалися проблеми визначення їх критеріїв (ознак). Нижче наведемо аналіз деяких відповідних наукових джерел.

Можна погодитись із Н. Павлик, що більшість дослідників вважають, що ознаками психологічного здоров'я є: позитивне мислення, емоційна стійкість, *толерантність до стресових факторів*, врівноваженість у стосунках з іншими людьми [58]. Сюди ще можна додати адаптованість, як основне вміння виживання природних організмів. Вся еволюція живих істот побудована на ній. Ті, хто не зумів адаптуватися до нових умов середовища зникають.

Так Джюетт серед ознак психологічного здоров'я також відзначає адаптованість та *вміння перебувати у стані невизначеності* [58]. Останню ознаку можна тлумачити як продовження вміння адаптації.

Основним критерієм психологічного здоров'я М. Корольчук вважає критерій психічної рівноваги та *адаптивні* можливості: «Аномалія в психіці особистості найбільш яскраво заявляє про себе в проявах її дисгармонії, втраті рівноваги з соціальним оточенням, в порушенні процесів соціальної адаптації» [34 с.11]. Адаптація до складних умов вимагає наявності у людини певних якостей особистості, а саме: сильного типу нервової системи, емоційної врівноваженості, *стресостійкості*. До показників психологічного здоров'я, за М.Корольчуком, належать: оптимізм, урівноваженість, етичність (чесність, совісність, тактовність), впевненість у собі, вміння позбавлятися образ, працелюбність, незалежність, відповідальність, доброзичливість, терпимість, самоповага, самоконтроль; *емоційна стійкість (самовладання)*; зрілість

почуттів; володіння негативними емоціями; вільний прояв почуттів; оптимальне самопочуття; духовність, пріоритет гуманістичних цінностей (добра, справедливості, любові, краси, істини), орієнтація на саморозвиток, збагачення своєї особистості; самоконтроль, воля, енергійність, активність [58, 34]. Виділені ознаки напряду впливають на можливість особи бути стійкою, терпимою до невизначеності, як об'єктивної дійсності, що саме самою є стресом.

Натомість Г. Ложкін тісно пов'язує психологічне здоров'я особистості з принципами самоактуалізації й зазначає, що «момент самоактуалізації – це найвищі позитивні переживання. Для самоактуалізації потрібно віднайти самого себе, розкрити себе, встановити, що для тебе добро, а що зло, яка мета твого життя. Саме прагнення до більш високої мети вказує на психологічне здоров'я. Отже, психологічне здоров'я – це розвиток і рух в сторону самоактуалізації» [38, с.38-39]. Серед основних критеріїв психологічного здоров'я Г. Ложкін виділяє: *адекватне сприйняття реальності (себе, інших, світу)* (сюди цілком можна віднести адекватне сприйняття ситуації невизначеності – Я.Т.); спонтанність; здатність до служіння (справі, покликанню); потреба в усамітненні; незалежність від зовнішнього середовища (толерантність до невизначеності, як приклад – Я.Т.); активність і волю; свіжий погляд, вміння відрізнити засоби від мети, добро від зла; почуття гумору; креативність [38, 58], відповідність психічних реакцій силі і частоті впливу середовища (адекватне сприйняття невизначеності, стійкість, терпимість до неї – Я.Т.), соціальним обставинам; здатність управляти поведінкою у відповідності до соціальних норм, законів та правил; здатність змінювати поведінку в залежності від обставин та життєвих ситуацій (у випадку із наявністю ситуації невизначеності обирати чи активно діяти/протидіяти їй чи витримати, перетерпіти цей стан, тобто вміння адаптуватись – Я.Т.) [24, 35].

За Т. Митником до критеріїв психологічного здоров'я відносяться: безумовне прийняття, визнання самоцінності кожної людини, адекватне вираження своїх думок, почуттів, природність, конгруентність, відповідальність,

оптимізм, врівноваженість, адекватний рівень домагань, впевненість, адекватна самооцінка, незалежність, відповідальність; почуття гумору, *толерантність* (думаю, в цей критерій можна із впевненістю віднести толерантність і до невизначеності – Я.Т.), самоповага [53, 58].

В свою чергу Н. Павлик з метою оцінки сформованості (або несформованості) кожного з компонентів психологічного здоров'я було визначено систему дихотомічних (протилежних) критеріїв у відповідності до кожного компоненту [58]. Вона виділяє наступні компоненти психологічного здоров'я [58].

Критеріями сформованості *психосоматичного компоненту* є енергійність, активність, піднесений настрій, наявність здорових звичок (почуття міри й самообмеження як стилю життя, помірності у сні, їжі). Відповідно критеріями його несформованості є млявість, депресивність, пасивність (або неадекватна активність) та шкідливі звички [58].

Критеріями розвитку *психічного компоненту* є гнучкість мислення, *емоційний комфорт*, *стресостійкість*, вольовий самоконтроль емоцій і поведінки [58]. Виділені ознаки безпосередньо пов'язані із здатністю індивіда бути за необхідності адаптивним, в тому числі бути толерантним до невизначеності. Про несформованість зазначеного компоненту свідчать *невротичність*, *ригідність мислення (за циклювання на проблемах)*, *емоційна лабільність й слабовілля* [58].

Критеріями розвитку *соціального компоненту* виступають соціально психологічна адаптованість, здатність до децентрації (подолання егоїзму), доброзичливість, *толерантність до невизначеності*. У той час як показниками його несформованості є егоцентризм, соціально-психологічна дезадаптація, агресивність, нетерпимість до невизначеності й проблемних соціальних ситуацій [58]. В цьому критерії серед його компонентів Н.Павлик прямо вказує на толерантність.

Про високий рівень розвитку *духовно-смиислового компоненту* (духу) свідчать саморефлексія, духовно-оптимістичне світосприйняття, відповідальність (інтернальність), творча самореалізація. А показниками його несформованості виступають неусвідомленість себе, песимістичне світосприйняття (негативізм), зовнішній локус контролю й творча нереалізованість особистості [58].

Повноцінна сформованість усіх компонентів визначає психологічне здоров'я людини [58].

Щодо зарубіжних дослідників феномену психологічного/психічного здоров'я, то за А. Еллісом до його критеріїв відносяться: *гнучкість мислення*, гедонізм, самоприйняття, соціальне пристосування, автономність, *науковість мислення*, *акцептація двозначності та непевності*, толерантність до власних та чужих помилок [14, с. 322-323, 85]. Виділені компоненти дозволяють індивіду толерувати стан невизначеності. Адже гнучкість мислення дозволяє відійти від можливих наявних у індивіда установок на користь інших – більш актуальних в даний час. Науковість мислення віддаляє або взагалі перекреслює магічний стиль мислення, наслідком якого можуть стати негативні, некорисливі для індивіда установки, його віра у фатум замість раціонального, об'єктивного, адекватного мислення. Прийняття двозначності, і навіть багатозначності, непевності – це перший крок до стійкості, витривалості стану невизначеності, який також відрізняється наявністю мультифакторів.

А. Маслоу серед критеріїв психологічного здоров'я виділяє: свіжість оцінки, вміння отримувати насолоду від теперішнього, вміння переживати радість і щастя, простоту, природність і невимушеність, креативність, автентичність, самоповагу, демократичність, відчуття власної ідентичності з людством, потребу в усамітненні, незалежність від культури та середовища, *об'єктивний погляд на життя* [14, с. 322-323, 47]. Останній критерій цілком пов'язаний із раціоналізмом, гнучкістю мислення, адаптованістю. Тобто всіма

тими критеріями, що дозволяють індивіду вижити з найменшою шкодою для власного здоров'я в умовах невизначеності.

За К. Роджерсом критерії наступні: відкритість досвіду, прагнення жити дійсним, «екзистенційність», відчуття суб'єктивної свободи, *віра у спроможність реалізувати свої плани*, повноцінне функціонування, довіра до свого організму, досвіду, прагнення цілісності, *креативність*, довіра до людської природи, здатність жити в суспільстві, не будучи його в'язнем, повнокровне життя [14, с. 322-323, 64]. Віра у свої сили – це оптимізм, бачення перспективи життя, креативність – здатність особи мислити і діяти в нестандартний спосіб. Все це разом може стати в нагоді в умовах невизначеності для її витримання.

Підводячи підсумок викладеному можна із впевненістю зазначити, що толерантність до невизначеності – це один з критеріїв психологічного здоров'я, який допомагає індивіду перенести тяготи життя із найменшою шкодою для власного здоров'я та здоров'я оточуючих.

Однак для комплексного психологічно здорового функціонування індивіда необхідно розвивати, тренувати всі наведені ознаки психологічного здоров'я.

## **Висновки до Розділу 1**

1. Встановлено, що поняття психічне та психологічне здоров'я в чинному законодавстві України не визначено. Поняття: «здоров'я», «психічне» та «психологічне» здоров'я співвідносяться між собою як родове, видове та безпосереднє – відповідно.

2. Класифіковані визначення поняття «психічне здоров'я» за критерієм відношення ознак/складових психічного здоров'я до його носія (персони) на: персоноцентричні, екоцентричні (екологічні) та соціоцентричні.

3. Визначено, що поняття «ментальне здоров'я» дорівнює поняттю «психічне» здоров'я.

Надані пропозиції щодо внесення змін до чинного Закону України «Основи законодавства про охорону здоров'я» щодо введення на офіційному рівні терміну «психічне здоров'я».

4. За аналогією стратифікації понять психічного здоров'я, пропонується класифікувати визначення психологічного здоров'я за критерієм відношення його компонентів до індивіда на: персоноцентричні та екоцентричні.

5. Сформована пропозиція щодо доповнення чинного законодавства, а саме Закону України «Основи законодавства про охорону здоров'я» щодо введення на офіційному рівні терміну «психологічне здоров'я».

6. З'ясовано зв'язок критеріїв психологічного здоров'я із толерантністю до невизначеності: останнє належить до критеріїв психологічного здоров'я.

До узагальнених критеріїв психологічного здоров'я можна віднести: позитивне мислення, емоційну стійкість, толерантність до стресових факторів, врівноваженість у стосунках з іншими людьми, адаптованість, вміння перебувати у стані невизначеності, оптимізм, почуття гумору; креативність урівноваженість, етичність (чесність, совісність, тактовність), впевненість у собі, вміння позбавлятися образ, працелюбність, незалежність, відповідальність, доброзичливість, терпимість, самоповагу, самоконтроль; зрілість почуттів; володіння негативними емоціями; вільний прояв почуттів; оптимальне самопочуття; духовність, пріоритет гуманістичних цінностей (добра, справедливості, любові, краси, істини), орієнтація на саморозвиток, збагачення своєї особистості; воля, енергійність, активність, спонтанність; здатність до служіння (справі, покликанню); потреба в усамітненні; природність, конгруентність, гнучкість мислення, науковість мислення, довіра до свого організму, досвіду, прагнення цілісності.

За наведеними критеріями, як правило, проводиться діагностика/оцінка психологічного здоров'я.

## РОЗДІЛ 2. ТОЛЕРАНТНІСТЬ ДО НЕВИЗНАЧЕНОСТІ ЯК ПСИХОЛОГІЧНИЙ ФЕНОМЕН

*Я знаю, що нічого не знаю.*

*Сократ*

Цей вислів Сократа – є формулюванням толерантності до невизначеності.

Німецький філософ І. Кант вважав, що феномен це будь-яке явище, яке може бути пізнане на основі досвіду. Для визначення взаємозв'язків у світі феноменів і їх пояснення за допомогою мислення, філософ виділяв категорії: кількості (єдність, множина, цілісність), якості (реальність, заперечення, обмеження), співвідношень (субстанція, приналежність, детермінація, взаємодія), модальності (можливість і неможливість, існування і небуття, необхідність і випадковість) [68; 80]. Спробуємо нижче пояснити феномен ТН/ІТН за схемою І. Канта. Категорії кількості, якості та співвідношень будуть розкриті в підрозділах 2.1-2.3; модальність у – 2.4.

### 2.1. Генеза поняття «толерантність до невизначеності»

Сучасні умови життя в Україні (2014-2024 і далі) можна віднести до ситуації невизначеності. Наявність стресу в наслідок бойових дій на території України, шкода, заподіяна внаслідок бойових дій, людські жертви, депривація базових потреб, фрустрація, руйнування планів, невпевненість у майбутньому, безліч інформації у ЗМІ, зростання агресії – все це вибиває людину з її звичайного ритму життя.

Можна погодитись із І.Томаржевською, що соціальна ситуація сучасності часто описується та сприймається як ситуація нестабільності, невизначеності, така, що пред'являє високі нові вимоги до суб'єкта активності. Невизначеність може бути виявлена одночасно і в повсякденному побуті, і в міжособистісному спілкуванні, під час прийняття рішень, в навчальній та професійній діяльності.

Відсутність необхідної інформації, нечіткі критерії результативності, незрозумілий характер розвитку ситуації – все це породжує невизначеність. Необхідність пояснення особливостей поведінки людини в таких ситуаціях призвела до введення в психологію поняття «толерантність до невизначеності» (ТН - далі). Водночас, дослідження даного феномену є відносно новими для вітчизняної психології. Базові визначення та діагностичні методики в цій галузі започатковані зарубіжними психологами) [77].

Термін «толерантність до невизначеності» («tolerance for ambiguity») введено у науковий обіг ще у 1948-1949рр. Е. Френкель-Брусвік в контексті проблем етнічних стереотипів та антисемітизма (Frenkel-Brunswick, 1948). Дослідник визначала ТН (тут і далі – толерантність до невизначеності) як ставлення до ситуації, яка є неоднозначною, динамічною, невідомою тощо. Тенденція приймати рішення за принципом «чорне-біле», поспішати на шляху до розуміння, не приймати до уваги складні реалії, відкидати в цьому прагненні до розуміння потреби інших людей, - все це визначалось як інтолерантність (ІТН – інтолерантність до невизначеності). Е.Френкель-Брусвік в праці 1949 р. визначає толерантність до невизначеності як емоційну та перцептивну особистісну властивість. Дослідник запропонувала також низку процедур для оцінки ТН/ІТН [77, 100].

Предметом наукового інтересу Е.Френкель-Брусвік стала роль мотиваційних чинників у процесі сприйняття. В основі її поглядів психоаналітичний концепт «емоційної амбівалентності» як співіснування у одного індивіда протилежних емоцій, почуттів, установок відносно об'єкта. Вчена прийшла до висновку, що витіснена амбівалентність може проявлятися на когнітивному рівні у вигляді ригідного та неадекватного сприйняття реальності [77,100].

Описаний тип особистості, котрий володіє високим рівнем ІТН як такий, що характеризується тенденцією до прийняття рішень за принципом «чорне-біле», до формулювання висновків без врахування значимих чинників та реального

стану речей; прагне до безумовного прийняття або відторгнення у відносинах з іншими людьми. На основі власних досліджень Е.Френкель-Брусвік запропонувала також ряд процедур для оцінки толерантності-інтолерантності [77, 100].

Зауважимо, що у науковому побуті паралельно співіснують два поняття: «толерантність до невизначеності» та «інтолерантність до невизначеності» (tolerance for ambiguity //intolerance of ambiguity) (Frenkel-Brunswik, 1948; Frenkel-Brunswik, 1949; Davids, 1955; Budner, 1962; Vochner, 1965 та ін.). При цьому далеко не всі дослідники дають визначення обох феноменів. Спочатку, більший інтерес у дослідників викликала і викликає саме «інтолерантність до невизначеності», точніше, набір психологічних якостей інтолерантної особистості, які, у свою чергу, пов'язують із проявами авторитаризму (Adorno, (Frenkel-Brunswik, Levinson & Sanford (1950); Vochner, 1965), перфекціонізму та низької задоволеності твореності результатами психотерапії (Wittenberg & Norcross, 2001), підвищеною тривожністю та схильністю до паніки (Dugas, Gosselin & Ladouceur, 2001), схильністю спотворювати інформацію (Yurtsever,2001) [18,112, 116, 118].

Досліджуючи феномени ТН/ІТН, з метою надання суспільству уявлення про їх еволюцію, вчені намагались періодизувати шлях вивчення цих понять. Так А. Гусев на підставі аналізу зарубіжної літератури виділив чотири етапи досліджень поняття «толерантності до невизначеності»:

1. Кінець 50-х - початок 70-х років – період ранніх досліджень: від появи першої роботи Е. Frenkel-Brunswick (1948), пов'язаної з вивченням авторитаризму, до класичної роботи, що стала Budner (1962) у якій автор запропонував першу вимірювальну шкалу толерантності до невизначеності. Варто відзначити роботу Vochner (1965), в якій вперше системно представлений ряд характеристик інтолерантної до невизначеності особи [18].

2. З 1970 року і до кінця десятиліття – період прояви бурхливого інтересу до дослідження феномену толерантності до невизначеності у представників різних

напрямів у психології. Проводяться дослідження як самого феномену толерантності до невизначеності (J.Hampton, 1970; J.E.Crandall, 1971; S.Ball-Rokeach, 1973; S.Kreitler, T.Maguen, H.Kreitler 1975), так і порівняльні дослідження толерантності до невизначеності та локусу контролю (R.E.Pawlicki, 1972; S.Pittavino 1977), необхідності у структуруванні та догматизму (D. J.Chabassol, 1975), сприйняття гумору (M.Waxler, 1976), самоактуалізації (P. Foxman, 1976), впливу толерантності до невизначеності на ефект стимулюючих ігор (J. Glover та ін., 1978). Досліджуються вікові аспекти явища (D. Harrington та ін., 1978). З'являються нові вимірювальні шкали (A.MacDonald, 1970; R.Norton, 1975) [18].

3. З 1980 р. інтерес до проведення досліджень помітно стихає. Продовжуються дослідження в різних вікових групах (D. Raphael and M. Chasen, 1980; M. Tatzel, 1980; V. DeForge та J. Sobal, 1989). У соціальній психології феномен інтолерантності до невизначеності розглядається за авторами теорії авторитарної особистості Adorno, Frenkel-Brunswik, Levinson & Sanford (1950) (Altemeyer, 1981; Browning, 1983; Van Ijzendoorn, 1989; Witt, 1989; Meloen, Raaijmakers, Hagendoorn & Visser, 1988; Fisher et al, 1988; J.J.Ray, 1990). Відбувається розширення географії проведених досліджень та збагачення вимірювального інструментарію: шкала D. L. Vigano la Rosa і шкала толерантності / інтолерантності до невизначеності Nutt (1988) (Vigano la Rosa, 1986; Nutt, 1988; Bhushan & Amal, 1986) [18].

4. З 1990 року і досі спостерігається зростаючий інтерес до дослідження різних аспектів толерантності до невизначеності у сфері підготовки бізнесменів (Rosen, 2000; Oblinger & Verville, 1998; Nancy Huber, 2003; Bauer & Truxillo, 2000) та медичних працівників (DeForge, Sobal, 1989; Schor, Pilpel, Benbassat, 2000; Geller, Faden, Levine, 1990; Merrill et al., 1994; Craik, 2001; Ghosh, 2004), у зв'язку з дослідженням креативності (Tegano, 1990; Stoycheva, Lubart, 2001), і різних видів мислення (Johnson, Court, Roersma & Kinnaman, 1995; Facione, Facione & Sanshez, 1994; Furnham, 1995). Розглядаються різні аспекти взаємин

толерантності до невизначеності з іншими психічними утвореннями: потребою у точності (need for precision) (Madhubalan Viswanathan, 1997), потребою у структуруванні курсу (need for course structure) (De Roma, Martin, Kessler, 2003), перевагу ризику (risk preference) (Ghosh, 1994), поведінкової експресії (behavioral expressions) (Ladouceur, Talbot, Dugas Laval, 1997) та ін. Не слабшає інтерес до вивчення вікових особливостей цього феномену (Stoycheva, 2000; Глютнікова, 2000). Дослідницький апарат доповнився шкалою MSTAT-I (McLain, 1993) [18].

На пострадянському просторі інтерес до цього поняття виник в 90-ті роки.

В Україні дослідження ТН у психології характеризуються спрямуванням за певними напрямками. Найпоширені дослідження стосуються питань формування ТН стосовно сфер діяльності (А.Гусєв, В.Пічурін); розгляду ТН як чиннику благополуччя людини (І.Ющенко, П.Лушин) та чиннику ефективного консультування та адаптації вчених до соціальних змін (Р.Кочунас, А.Приходько); фрустраційної толерантності (Л.Мітіна, І.Попик, О.Холодова) [77].

Загалом, виділення ТН/ІТН як конструкту, пов'язаного з рисами особистості з одного боку, і конструкту, пов'язаного з перцептивними процесами, з іншого боку, багато в чому визначило два основні напрями досліджень даного явища – як риси особистості або як характеристики когнітивного стилю, перцептивного та когнітивного процесу, про що йтиметься нижче.

## **2.2. Толерантність до невизначеності як особистісна риса**

На думку А.Гусєва, толерантність до невизначеності є властивістю особистості, яка дозволяє їй витримувати пов'язані з невизначеністю смислових підвалин власного буття кризові прояви, що виникають під час переходу до нової ідентичності. Толерантність до невизначеності є багаторівневим та багатовимірним особистісним конструктом, який може бути віднесений до інтегральних характеристик особистості. Крім того, вчений досліджував

толерантність до невизначеності як фактор розвитку ідентичності особистості, застосувавши для цього: методику «Толерантність до невизначеності» (С. Баднер, в адаптації Г. Солдатової), методику «Шкала толерантності до невизначеності» (Д. Маклейн, в адаптації Е. Луковицької), методику «Особистісна готовність до змін» (Ролнік, Хезер, Голд, Халл, в адаптації Н. Бажанової та Г. Бардієр) та інші методики дослідження розвитку ідентичності [77, 19].

Значний внесок у вивчення проблеми зв'язку толерантності до невизначеності з іншими змінними внесла Т. Корнілова. У рамках її наукової школи встановлено зв'язки показників ТН/ІТН з широким колом інтелектуально-особистісних показників. Толерантність до невизначеності пов'язана з високими показниками міжособистісного емоційного інтелекту, тоді як інтолерантність до невизначеності – зі зниженням академічного (вербального та флюїдного) інтелекту студентів. Виявлено зв'язок ТН – з високою самоефективністю та креативністю, а ІТН – з низькою самоефективністю та креативністю студентів. Т. Корніловою представлені результати дослідження ТН та особистісного регулювання моральних виборів, моральної самосвідомості [22].

Інтолерантна до невизначеності особистість характеризується більшим ступенем тривожності, депресивністю, ригідністю, схильністю реагувати на незрозумілі ситуації занепокоєнням і замиканням у собі, несприйнятливостю до змінним та суперечливим стимулам [22].

На думку Т. Корнілової ТН розуміється переважно як генералізована особистісна властивість, що полягає у здатності індивіда приймати конфлікт можливостей та обставин, утримувати напругу, спричинену невизначеністю ситуації та діяти в умовах новизни та неясності [22].

В свою чергу І.Леонов, який здійснив ґрунтовний аналіз ТН в історичному контексті становлення конструкта, дійшов висновку, що більшість західних вчених визначають даний феномен саме як рису особистості, що передбачає

погляд на конструкт як стабільний у часі, як такий, що змінюється лише під впливом нового досвіду або цілеспрямованої активності самого суб'єкта [77, 36].

Як базову, стабільну рису особистості ТН розглядають С. Баднер (S. Budner), М. Вільямс (M.L. Williams (2007) [95]), Е. МакДоналд (A.P. MacDonald (1970) [111]), А.Конел (and A.N. O'Connell (1982) [122]), П.Клампіт (P.G. Clampitt, (2007) [95]), Б. Наємі (B.D. Naemi (2009) [115]), Н. Роттер (N.G. Rotter, 1982 [122]), Д.Жу (D. Zhu (2012) [136]), Ф.Зенасні (F. Zenasni (2008), [135]), У.Сіданіус (J. Sidanius (1978) [124]); М.Тротер (M. Trottier (2010) [126]), Б.Хазен (B.T. Hazen (2012) [103]) [36].

Зокрема С.Баднер з позицій психології сформулював ідею загрози, що сприймається людиною як основа ідентифікації тенденцій по відношенню до невизначених стимулів. На його думку, ТН – це тенденція сприймати невизначені ситуації як бажані. В свою чергу, ІТВ – сприйняття неоднозначних, суперечливих ситуацій як джерела загрози [77, 93].

С.Бакаліс та Т.Джойнер (S. Bakalis та T. Joiner (2004)) відносять ТН до стійких характеристик (рис) особистості, що впливає на взаємодію з оточуючими та поведінку в різних ситуаціях [91, 36].

Д.МакЛейн (D.L. McLain (1993), [113, с.184]), розглядає ТН як рису, «...спектром реакцій від відторгнення до привабливості, при сприйнятті невідомих, складних, динамічно невизначених або таких, що мають інтерпретацію суперечливих стимулів...» [77, 36], виділяє три її аспекти: 1) сприйняття нових, складних та/або нерозв'язних ситуацій як джерел загрози (слід за S. Budner); 2) зв'язок ТН з авторитаризмом та забобонами (слід за E. Frenkel-Brunswik); 3) уникнення визнання невизначеності та судження про ймовірні події при недостатньому ясних умовах на основі свого минулого досвіду, слідом за Ellsberg [36].

За Р.Нортоном (R.W. Norton (1975) [117]) ІТН як рису особистості, що пов'язана з низкою поведінкових феноменів, наприклад із небажанням аналізувати проблеми в конкретних термінах та надаючи перевагу ясним,

зрозумілим ситуаціям. Вчений визначає ТН як «...тенденцію сприймати неоднозначну інформацію як різновид психологічного дискомфорту чи загрози» та виокремлює вісім різних категорій, що визначають невизначеність: 1) множинність суджень; 2) неточність, неповнота та фрагментарність; 3) вірогідність; 4) неструктурованість; 5) дефіцит інформації; 6) ненадійність; 7) несумісність та суперечливість; 8) незрозумілість [77, 36].

Л.Соллот та Л.Ліон (L.M. Sallot та L.J. Lyon (2003)) спираються на моделі ТН як риси, запропоновані Е. Frenkel Brunswik та S. Budner, і вважають, що ця риса залишається стабільною у часі [123, 36].

С.Чейн і Р. Нооїберг (C.C. Chen і Р.Хужберг (2000)) говорять про ТН як особистісну змінну [94, 36].

Р. Халлман (R.J. Hallman (1967)) пропонує ТН розглядати як «здатність розуміти конфлікт та напруження, котрі виникають в ситуації подвійності, невизначеності та проявляються у прийнятті невідомого, здатності протистояти у суперечливій ситуації...» [77, 111, 36].

Окремо слід виділити погляд на ТН як установку (Дж.Літман (J. Litman (2010) [108, 36].

Таким чином, розгляд ТН як риси особистості передбачає погляд на даний конструкт як стабільний у часі, що змінюється лише під впливом нового досвіду або цілеспрямованої активності самого суб'єкта.

Разом із тим можна погодитись із І. Леоновим, що наявне питання пов'язане з функціонуванням ТН: чи актуалізується вона у всіх «невизначених» ситуаціях і однаково впливає на поведінку або є ситуаційно- і контекстоспецифічною. Проблема, що ускладнює однозначну відповідь на це питання, полягає в тому, що саме розуміння «невизначеного стимулу» чи «ситуації невизначеності», як необхідного аспекту актуалізації ТН може трактуватися залежно від позиції вченого по-різному: або дослідник спирається на деяку модель ситуації, яка може не збігатися з індивідуальним розумінням «ситуації невизначеності» респондентом; або може запропонувати ситуацію, яка не буде сприйнята

респондентом як невизначена; або ж може використовувати методи реконструкції власного досвіду респондентів, але в даному випадку труднощі будуть пов'язані з порівнянням отриманих результатів, зокрема з визначенням «рівня виразності» даної риси [36].

### **2.3. Толерантність до невизначеності як динамічна характеристика**

Деякі дослідники феномену ТН, зокрема А. Фарнхам та Т. Рібчестер (А. Furnham і Т. Ribchester (1995 р.)) висловлюються критично про те, що в більшості робіт ТН розглядається як стабільна незалежна змінна (риса особистості – Я.Т.), а не змінюється [36; 101].

Так, наприклад, В. ДеРома (V. DeRoma (2003)) заявляє про необхідність розвитку ТН, оскільки невизначеність і багатозначність – неминучі елементи навчання та професійної діяльності [36; 97]. Така позиція передбачає необхідність зміщення акценту з розгляду ТН як стабільної риси особистості на процес функціонування ТН.

Інший дослідник – І. Вапенстад (E.V. Våpenstad (2010)) вважає, що ТН можна розвинути, зокрема, під час проведення психотерапії [127].

Л. Кайс та Д. МакКолум (L.T. Kajs та D.L. McCollum (2010)) у дослідженні адміністративних працівників освітніх установ виявили зниження ТН зі збільшенням віку респондентів [36; 104]. Вони пояснили це тим, що в силу досвіду, що накопичується, з віком все менше ситуацій сприймаються як невизначені та багатозначні; особистість все частіше прагне уникати дисонансу (відповідно виявляючись менш зацікавленою в отриманні та пошуку нової інформації, яка може породити дисонанс); посилюються консервативні установки, зростає орієнтація особи на стабільність та соціальні гарантії, що загалом знижує ТН.

Інші автори розглядають ТН як навичку або процесуальну характеристику, що регулює процес переробки інформації.

Як зауважують К. Меренлуто та І. Ліхтінен (К. Merenluoto та Е. Lehtinen), альтернативний погляд на даний конструкт передбачає аналіз активності особистості в умовах змін. Тобто ТН розглядається в контексті динамічного процесу розгортання метакогнітивних та мотиваційних змінних [114]. Так, подолання нових складних комплексних концептуальних систем (це може бути проблемна ситуація або завдання) можливе за наявності у суб'єкта метакогнітивних навичок (здібностей), що дозволяють подолати протиріччя, породжені даною ситуацією або завданням. При цьому позитивного ставлення до невизначеності недостатньо, адже виникає проблема об'єктивації механізмів, що дозволяють подолати невизначеність та побудувати нову, несуперечливу концептуальну модель [36].

Зазначені дослідники задачу побудови моделі зміни концептів вирішують у процесі навчання. Під концептом вони розуміють когнітивну модель, що опосередковує вирішення завдань у процесі освітньої діяльності. На відміну від засвоєння знань на основі послідовного накопичення, «збагачення» (коли існуючі в учнів концепти лише деталізуються), при отриманні інформації, що не узгоджується з попереднім досвідом і не вписується в існуючі концепції, виникає необхідність у реорганізації когнітивних структур, що склалися раніше. При цьому запропонована дослідниками модель, завдяки включенню когнітивних, метакогнітивних і мотиваційних змінних, дозволяє пояснити, чому одні досить достатньо особи легко засвоюють нову інформацію і реорганізують концепти, а інші відчують труднощі [36].

Перший етап у запропонованій ними моделі – ситуація зіткнення учнів із завданням або матеріалом, що передбачають якісно нове концептуальне розуміння. Сприйняття такої ситуації обумовлено когнітивною, метакогнітивною та мотиваційною сприйнятливістю до завдання. Когнітивна та метакогнітивна сприйнятливість пов'язані з попередніми знаннями, які можуть бути актуалізовані при вирішенні нового завдання, а також з готовністю учня докладати пізнавальні зусилля на вирішення задачі. Під мотиваційною

сприйнятливостю автори розуміють тенденцію звертати увагу на нові, несподівані аспекти в процесі освітньої діяльності [36].

Один із можливих подальших сценаріїв процесу зміни концепту – ситуація, за якої отриманих раніше знань недостатньо для адекватного сприйняття нового феномену («відсутність базового релевантного концепту»). Якщо ситуація соціально чи особистісно значуща для того, хто навчається, то вона породжує замішання, почуття низької визначеності, ясності, усвідомлення ситуації як безглуздої і в результаті, призводить до унікаючої поведінки або шаблонної активності, орієнтованої на виправдання соціальних очікувань оточуючих без спроб побудови концепту. К. Меренлуто та І. Ліхтінен (K. Merenluoto та E. Lehtinen) зауважують, що при вивченні деяких навчальних предметів відсутність попередніх концептів, як бази для побудови нових, переноситься легше (зокрема гуманітарні та соціальні дисципліни), в інших же відсутність попередніх знань унеможлиблює освоєння нових концептів (наприклад, вища математика, фізика) [36, 114].

Іншим можливим сценарієм може бути ситуація, коли сприйнятливість до нових аспектів феномена висока. Це означає, що у того, хто навчається, достатньо знань для розуміння невідповідності наявних концептів вимогам завдання або нової інформації («усвідомлення протиріч у концепті»). Така ситуація породжує когнітивний конфлікт та протиріччя. На наступному етапі даного сценарію актуалізується ТН учня, яку зазначені дослідники розглядають як готовність приймати наявність протиріч і конфлікту на когнітивному рівні, а так само як переконаність у тому, що такі протиріччя можна розв'язати. У цій моделі вона виступає не як риса особистості, а як інтегральна метакогнітивна змінна. Якщо ТН висока, це дозволить учню залишитися сприйнятливим до нових аспектів ситуації, нової інформації, що призведе до конструювання ним нового концепту. Якщо ТН низька, то або станеться зниження сприйнятливості до нової інформації і, як результат, конструювання поверхневого, неадекватного

концепту, або усвідомлена ситуація буде як безглузда і той, хто навчається, вибере унікаючу поведінку чи шаблонну активність.

Може бути і третій сценарій, який ґрунтується на низькій сприйнятливості до нових аспектів ситуації. І, отже, до протиріч, що виникають у концепті. З'являються ілюзії розуміння, ситуація сприймається як ясна та певна, що веде до побудови неадекватних та поверхневих концептів.

Проведений контентаналіз наукових робіт дозволяє стверджувати, що не всі автори поділяють погляд на ТН як метакогнітивну характеристику, проте об'єднуючою є точка зору, що ТН не просто пов'язана з тими чи іншими рисами або поведінковими симптомами, але бере активну участь у динамічних процесах, пов'язаних з подоланням або породженням невизначеності насамперед на когнітивному рівні.

Дослідники М. Лейн та К.Кленке (M.S. Lane та K. Klenke (2004)) пропонують соціально-когнітивну модель лідерства (управління) в умовах невизначеності [107; 36], розглядаючи ТН як сполучну ланку між самоефективністю та ефективністю лідера (управлінською ефективністю), а також відзначаючи її модеруючу роль у процесі постановки цілей. Ними запропоновано поняття «Інтерфейс толерування невизначеності» (ІТН) (Ambiguity Tolerance Interface, АТІ). При цьому ІТН розглядається ними як структура, що здійснює моніторинг невизначеності середовища та на основі зворотного зв'язку, що вносить корекції до структур самоефективності. ІТН виступає як інтегральна характеристика, що включає безперервне створення нових категорій, відкритість нової інформації, неявне усвідомлення більш ніж однієї перспективи, погляду; креативність, естетичне судження, духовність.

В умовах високої невизначеності управління врахування цього фактора стає пріоритетним. Відповідно, у даних умовах актуалізується проблема постановки цілей. В процесі досягнення поставленої мети дослідники виділяють орієнтацію безпосередньо на результат і орієнтацію на засвоєння нового, невідомого. Саме орієнтація на засвоєння нового, невідомого у процесі управління в умовах

невизначеності, за цими дослідниками, є більш ефективним. Оскільки організаційні структури сьогодні стають пластичнішими, толерантність до невизначеності стає знакою, що відрізняє ефективних управлінців від неефективних.

Як зазначає І. Ленонов, необхідність запровадження поняття ІТН виникла у зв'язку з незгодою авторів з поглядами А. Бандури на позитивну самооцінку як основну причину успіху, оскільки в нових, суперечливих ситуаціях минулий досвід, а, відповідно, самооцінка, що сформувалася на основі цього досвіду, не призводять до успішних результатів [36].

За М. Лайн та К. Кленке (M.S. Lane і K. Klenke (2004)), ефективні управлінці не будуть спиратися лише на минулий досвід, а підуть шляхом нових знань і відмови від переоцінених неефективних переконань з минулого досвіду. ІТН інформує структури самоефективності, які, у свою чергу, здійснюють регулювання поведінки, спрямованої на підвищення невизначеності через постановку цілей або зниження невизначеності через когнітивну стратегію побудови знань.

Можна погодитись із І. Леоновим, що ТН – це науковий конструкт, який сьогодні має безліч трактувань, проте введення його в понятійний апарат психології може сприяти поясненню особливостей поведінки особистості в невизначених, багатозначних ситуаціях [36].

Розгляд ТН як риси особистості передбачає погляд на даний конструкт як стабільний у часі, що змінюється лише під впливом нового досвіду або цілеспрямованої активності самого суб'єкта. Проте ТН не просто пов'язана з тими чи іншими рисами особистості чи поведінковими симптомами, а бере активну участь у динамічних процесах, пов'язаних із подоланням або породженням невизначеності (насамперед на когнітивному рівні) шляхом зміни існуючих уявлень і концептів, а також шляхом створення нових, тобто в динаміці.

## 2.4. Толерантність до невизначеності як обов'язкова ознака сучасної людини

Американський дослідник Дж. Уїланд-Берстон вважає, що негативні психологічні явища для багатьох людей можуть нести не тільки негативне, але і позитивне смислове навантаження. Так у дослідженні дорослих освічених респондентів попросили дати кваліфікацію понять «хаос» та «порядок». Виявилось, що хаос сприймається не тільки негативно в термінах знедолення, неясності і незахищеності, а й позитивно - здивування, творчість та фантазії. Аналогічне ставлення і до порядку: досліджувані асоціювали його не лише з комфортом, звільненням, ясністю, але й - із зацикленістю, контролем, острахом та напругою [130].

Український вчений П. Лушин на підставі своєї практики надання психологічної допомоги, підтверджує наведені дані американського колеги.

П. Лушиним було виявлено, що клієнти по відношенню до невизначеності і хаосу розподіляються на кілька груп (рівні ТН – Я.Т.):

- ті, які страждають від невизначеності (інтолерантний та «пасивний» тип відносин),

- ті, хто вступає у боротьбу з невизначеністю, привносячи до свого життя максимум визначеності, регламентації в рамках існуючих схем та стандартів (інтолерантний і активний або "регламентуючий" тип відносин),

- ті, хто сприймають невизначеність як неминучість, адаптуються, використовують її переваги («утилітарний» тип відносин), який у загальнопсихологічних термінах може бути позначений як «толерантний до невизначеності») [43].

Особлива група за П. Лушиним – ті, хто не лише активно впускає невизначеність у своє життя, але стимулюють її появу та прояви. Їх можна назвати «хаотиками», що породжують невизначеність та хаос [13, 109]. У представників цієї групи немає необхідності толерувати невизначеність, вони

почуваються в ній як риба у воді, вони не можуть жити у світі регламентації, шаблонів та розпоряджень і розкладів. При цьому подібні особи, на думку М. Талеба, «антихрупкі» [71], тобто парадоксально стійкі, вони не приймають життя у світі, в якому все зрозуміло, а лінійні причинні зв'язки та закономірності сприймаються ними як надто примітивні і навіть аномальні [43].

Варто «хаотику» відчувати ознаки визначення і порядку, як він перемикає свій енергетичний потенціал на трансформацію стабільних і регламентованих структур на щось більш динамічне, багатозначне і варіативне. Тим самим із традиційного світу, «хаотики» схильні переміщатися до VUCA-світу, повного несподіванок, невизначеності та стресу. Відповідне своє ставлення до хаосу і невизначеності у «хаотиків» П. Лушин позначає як «недефіцитарне» або «профіцитарне», тобто таке, при якому суб'єкт схильний розглядати негативну подію або її переживання не в терміні дефіциту, а багатства можливостей (профіциту) [43].

П. Лушин зазначає, що невизначеність і хаос можна не тільки долати, толерувати і використовувати, але й стимулювати, і навіть створювати умови його прояви і появи [43].

Подібне ставлення до невизначеності та хаосу пов'язується не стільки з усвідомленим руйнівними/або критичним ставленням до усталених форм або проявів однозначності та механістичності, скільки з принципово іншим розумінням ролі невизначеності та хаосу в психічній організації людини.

У межах цього розуміння психіка сприймається як відкрита динамічна система, яка перебуває в умовах постійної зміни та невизначеності, розпаду/дисипації власних кордонів. Подібна позиція набула поширення у зв'язку з дослідженнями І. Пригожина, в яких хаос виступає як складова частина самоорганізації системи на шляху до її стабілізації та порядку («порядок через хаос»). Цей процес відрізняється ознаками нелінійності, незворотності і малої передбачуваності. Нелінійність має відношення до базової невизначеності світу та положення особистості в ньому: будь-який мінімальний вплив може породити

значну чи навіть тотальну реакцію системи («принцип метелика»). Необоротність є свідченням того, що система особистості самоорганізується не повторює своїх станів у вже існуючому вигляді та формі, вони варіюються в залежності від зовнішнього і внутрішнього контексту, що змінюється. Мала передбачуваність відображає залежність особистості від випадкових подій, настання яких виходить за рамки лінійної детермінації або комплексу наявних зараз причин, що зумовлюють поведінку особи [42, 89, 92, 120, 130, 43].

Звідси випливає, що не лише «хаотики», а й представники інших типів психічної організації та ставлення до світу проживають стан невизначеності та хаосу як нормативний та розвиваючий.

Виходячи з власної практики П. Лушин, запропонував етапи еволюції інтолерантності до толерантності, які в результаті стали підґрунтям особистісного посттравматичного зростання:

1) пасивно інтолерантний, пов'язаний зі стражданням та вираженням емоцій горя, відчаю, депресії тощо,

2) активно інтолерантний, який виявляється у спробі регламентувати, упорядковувати власні реакції в рамках існуючих смислів і способів порозуміння,

3) толерантний, який прагне використання переваг хаосу і невизначеності,

4) посттравматичний ріст, коли хаотичний та невизначений стан усвідомлюється в термінах конструктивної реакції на хаос та невизначеність (сензитивність до випадкових подій, «порядок через хаос», регуляція). При цьому кожен із чотирьох етапів містить у собі ознаки «мікро-дезорганізації», невизначеності чи хаосу: неможливість припинити страждання - на першому етапі, безуспішна спроба регламентації - на другому, фіксація умовно патологічної реакції як можливості - на третьому («сон в робочий час»), неможливість вирішити завдання без допомоги психолога. Всі ці форми мікро-дезорганізації, хаосу і невизначеності виступають як умова для переходу в новий контекст самоорганізації та саморозвитку особи [43].

За П. Лушиним основний зміст супроводу жертви травматичної події до періоду посттравматичного зростання полягає у відслідковуванні зміни текстів реагування на невизначеність від інтолерантного до толерантного, а саме від «пасивного», «активного» та «утилітарного» ставлення до дефіцитарного відношення [43].

Аналізуючи власний досвід проходження періодів невизначеності в житті, можна погодитись із П. Лушиним, Дж. Уїланд-Берстоном та іншими, які висунули гіпотезу щодо переваги позитивного значення невизначеності в житті людини. Толерантність до невизначеності як атрибут сучасної людини, необхідно виховувати з дитинства і підтримувати протягом всього життя людини. В цьому проявляється адаптація сучасної людини до сучасного світу.

### **Висновки до Розділу 2.**

1. Толерантність до невизначеності (ТН) має багато трактувань, однак в психології за допомогою даного терміну можна пояснювати особливості поведінки людини у невизначених, багатозначних ситуаціях. Дослідження феномену ТН пов'язане з труднощами визначення єдиного розуміння самого поняття, його структурних компонентів, системи їх взаємозв'язку та вимірювання.

2. Більшість зарубіжних дослідників ТН схильні вважати цей феномен як ознаку особистості, тобто сталу рису характеру, яка або наявна, або відсутня в особи. Розглядають ТН як певну установку (аттитюд), яку людина не може подолати і стає її заручником. Або навпаки - установка позитивна: подолання криз.

3. Також ТН розглядається як динамічна характеристика, тобто процес, поведінка особи, які можуть змінюватись в залежності від різних факторів. Це нестабільна категорія, яка може корегуватись протягом життя особи.

4. ТН слід розглядати не тільки в негативному аспекті, але і в позитивному – діалектичні зв'язки. Адже через подолання труднощів відбувається особистісне зростання. Особа стає кращою, вдосконалішою версією самої себе.

5. Рівні ТН (за Лушиним): 1) інтолерантний та «пасивний» тип відносин; 2) інтолерантний і активний або "регламентуючий" тип відносин; 3) «утилітарний» тип відносин/толерантний до невизначеності; 4) хаотики.

## **РОЗДІЛ 3. ОБГРУНТУВАННЯ ТА ОПИС МЕТОДІВ І РЕЗУЛЬТАТІВ ДОСЛІДЖЕННЯ**

### **3.1. Характеристики вибірки, процедура та методики емпіричного дослідження**

З метою визначення особливостей психологічного здоров'я осіб з різним рівнем толерантності до невизначеності, було проведене емпіричне дослідження.

Під особливостями психологічного здоров'я мались на увазі його складові, які необхідно було виявити у досліджуваних (або констатувати факт відсутності такої складової), такі як: позитивне мислення, емоційну стійкість, толерантність до стресових факторів, врівноваженість у стосунках з іншими людьми, адаптованість, вміння перебувати у стані невизначеності, оптимізм, креативність, етичність (чесність, совісність, тактовність), впевненість у собі, вміння позбавлятися образ, працелюбність, незалежність, відповідальність, доброзичливість, терпимість, самоповагу, самоконтроль; зрілість почуттів; володіння негативними емоціями; вільний прояв почуттів; оптимальне самопочуття; духовність, пріоритет гуманістичних цінностей (добра, справедливості, любові, краси, істини), орієнтація на саморозвиток, збагачення своєї особистості; воля, енергійність, активність, спонтанність; здатність до служіння (справі, покликанню); потреба в усамітненні; природність, конгруентність, гнучкість мислення, довіра до свого організму, досвіду, прагнення цілісності.

Для цього було прийнято рішення продіагностувати групу осіб, кожен член якої, знаходиться в різних життєвих обставинах, різного віку і соціального статусу.

Вибірка включала 90 осіб, вік - 21 – 63 років, працездатні. Гендерна рівність була здебільшого дотримана.

Основним критерієм розподілення на групи за першою перемінною (статус) було обрано факт отримання власного джерела прибутку. Адже наявність гарантованого джерела доходу, на нашу думку, впливає на загальний психологічний стан людини, робить її більш впевненою у собі, в своєму майбутньому, надає їй відчуття безпеки, можливість бути вільним і транслювати гуманістичні, альтруїстичні почуття, перетворюючи їх в дії, робить більш щасливим. Таким чином задовольняючи свої базові потреби, особа має можливість розвиватись, самовдосконалюватись і ставати своєю кращою версією.

На початку дослідження була висунута гіпотеза, що особи, які мають джерело доходу (група працюючих осіб) є більш позитивно налаштованими і будуть більш толерувати невизначеність в порівнянні з групою студентів, які не працюють і групою осіб, які вже не є студентами, не відносяться до пенсіонерів, але не мають постійного джерела доходу в силу низки обставин.

Відтак перша група – включала осіб, які навчались у різних вищих навчальних закладах України (потенційне працевлаштування (студент), наявне джерело доходу, відсутнє). Ці особи були обрані рандомно, без прив'язки до конкретної спеціальності, яку вони здобувають в процесі навчання, місця їх проживання (регіонально). Середній вік цієї групи складав 22. Значення середнього віку в цій групі і надалі вираховувалось через математичну формулу визначення середнього арифметичного: 1) визначалась сума всіх значень за віком опитуваних; 2) отримана сума ділилась на кількість учасників групи (30 осіб). В середині групи загалом дотримана гендерна рівність для отримання більш «чистого» результату (14 – жінок; 16 - чоловіків). Під час усної співбесіди з кожною особою були з'ясовані її загальні життєві обставини (місце народження, місце проживання, фах, який здобуває, ким планує працювати, очікування після

закінчення навчання тощо). Склалось загальне враження, що опитувані не цінять факт задоволення їх базових потреб в сучасних реаліях життя – наявність широкомасштабної військової агресії проти України з боку Російської Федерації (перебування у безпечному місці, наявність їжі, можливість здобувати вищу освіту, можливість жити за чийсь рахунок, самостійно не працюючи), можливість задоволення більш вищих потреб (наприклад, саморозвиток). Їхні цінності мають виражений матеріальний характер (успішність іншого вимірюється ціною гаджетів, авто, гардеробу тощо). 29 осіб із цієї групи не перебувають у шлюбі.

Друга група включала працюючих осіб, точніше осіб, які мають джерело доходу (активний дохід). Юридичне оформлення отримання джерела доходу до уваги не бралось. Тобто враховувались особи, які отримували як офіційний дохід (юридично оформлені трудові відносини або цивільно-правові) так і неофіційний (представники «сірого» сектору економіки). Середній вік 45. Цілком була витримана гендерна рівність. Всі працюючі особи були із вищою освітою, фах освіти до уваги не брався. Місце проживання також не було перемінним фактором, однак додатково при усній співбесіді з'ясовувались життєві обставини кожного з опитуваних. У шлюбі перебували 18 осіб з 30. Загальне враження від спілкування з цією групою опитуваних – більшість об'єктивно, адекватно оцінює себе, навколишню ситуацію і майбутнє, разом з цим відчувається песимістичний настрій.

Третя група – це особи непенсійного віку, не студенти, але непрацюючі в силу різних обставин. Середній вік опитуваних – 37 років. Гендерна рівність майже дотримана (17 – жінок та 13 - чоловіків). Всі опитувані мали вищу освіту. Враховуючи вік, більшість мали онуків. Під час загального збору анамнезу, шляхом усного опитування, яке не відобразилось в анкетах/опитувальниках, щодо кожного учасника, було з'ясовано, що більшість з цієї групи задоволена життям. І своє задоволення вони

вимірюють родинними цінностями (наявність дітей, онуків, здоров'ям своєї родини). При чому була виявлена певна закономірність в цій групі: чим в гірших умовах (на наш погляд) знаходився опитуваний, тим більш позитивний в нього настрій. Так люди, які вибралась з акупованих територій України, втратили своє майно, раділи звичайним простим цінностям (живі їх рідні, наявність наразі тимчасового житла, перебування на українській території, відсутність інтенсивних бойових дій в місці їх тимчасового проживання, отримання грошової допомоги від держави). Таким чином можна припустити, що люди раділи простому задоволенню їх базових потреб. У шлюбі перебувало 18 осіб.

До інших перемінних факторів (легенда), було віднесено: сімейний статус (перебуває у шлюбі чи ні) та стать. Для виявлення впливу цих факторів, опитувані спеціально не ділились. Аналіз цих даних впливав з первинних попередніх даних. Відтак аналізувалась відразу вся вибірка (90 осіб).

Процедура емпіричного дослідження містила проведення з кожним опитуваним короткої співбесіди, яка включала повідомлення про мету опитування, доведення до відома опитуваного про дотримання повної анонімності його результатів, ознайомлення із суттю та метою кожного опитувальника/тесту, опрацювання отриманих результатів та доведення їх до відома опитуваній особі за її бажанням.

Емпіричне досліджування проводилось з травня по вересень 2024 року. Необхідні методики були перенесені в програму Word у виді таблиць, перекладені самостійно українською. Самі опитувальники не друкувались, а застосовувався ноутбук в якому автором цієї роботи відразу заповнювався відповідний опитувальник за результатами роботи з кожним окремим опитуваним. Співбесіди з опитуваними проводились онлайн (дистанційно) через програму Zoom і оффлайн – при особистому контакті.

Для кожного опитуваного відводилось по 2 сторінки файлу. Враховуючи анонімність опитування, ідентифікуючі данні осіб не збирались і не фіксувались. Кожне окреме анкетування позначалось порядковим номером від 1 до 30 в окремій групі. Також в анкеті зазначалась приналежність до певної групи (студенти/працюючі/непрацюючі), вказувалась стать (ч/ж), вік, наявність освіти (для нестудентів), факт перебування у шлюбі (так/ні) (Додаток А).

В якості інструментарію емпіричного дослідження були використані наступні методики: тест «Індивідуальна модель психологічного здоров'я» по А.Козлову [30]; опитувальник «Виявлення толерантності до невизначеності» за С. Баднером [51]; опитувальник «Спектр психологічного здоров'я» [56]; шкала задоволеності життям Е. Дінера (ШЗЖ) [98, 56] та шкала суб'єктивного щастя С. Любомирськи (ШСЩ) [110, 56]. В додатках можна ознайомитись із наведеними методиками (Додаток Б)

Обробка результатів всіх методик проводилася за допомогою статистичної програми SPSS. Її програмні дані були переведені у формат Ворд, з ними можна ознайомитись в додатках.

### **3.2. Результати та їх інтерпретація**

Послідовність аналізу отриманих даних наступна.

1. Спочатку будуть наведені загальні результати по всім методикам у 90 осіб та інтерпретовані, що допоможе скласти загальне уявлення про рівень ТН/ІТН та особливостей психологічного здоров'я по всій вибірці (Додаток В).

2. Надалі надаватимуться дані та їх характеристика по кожній перемінній («перебування у шлюбі»; «стать»; «статус» («дохід») (студент/працюючі/безробітні)), що допоможе більш глибоко проаналізувати можливу залежність рівня ТН/ІТН та особливостей психологічного здоров'я осіб за наявності впливу перемінних факторів на них (Додатки Г-К).

3. За допомогою кореляційного аналізу за формулою Пірсона, будуть наведені взаємозв'язки між отриманими значеннями (Додатки Л, М).

1. За даними Описової статистики (Descriptive Statistics), наведеної програмою SPSS щодо всієї вибірки (Додаток В), яка склала 90 осіб (вибірка валідна), мінімальний вік опитуваних – 21 рік, максимальний – 63 роки; за гендерною ознакою розглядалось 2 статі (чоловіки – умовне цифрове позначення в програмі «1» та жінки - умовне цифрове позначення в програмі «2»); за соціальним статусом були виділені 3 групи (по 30 осіб в кожній): працюючі - умовне цифрове позначення в програмі «1», безробітні – «2» та студенти – «3»; за сімейним статусом опитувані розділялись на тих, хто перебуває у шлюбі - умовне цифрове позначення в програмі «1» та тих, хто не перебував на час опитування у шлюбі – «2».

За результатами проведеного опитування за *методикою С. Баднера «Виявлення толерантності до невизначеності»* [51] мінімальне значення ІТН було 51 бал, максимальне – 83 бали, при середніх значеннях 44-48, що означає, що навіть мінімальний бал є значенням, що перевищує середні показники і свідчить про інтолерантність до невизначеності опитуваної особи. Розбіжність балів від 53 до 83 свідчить, що всі опитувані особи, враховуючи наявність перемінних факторів, не стійки до стану невизначеності і потребують систематичної роботи над своїм психологічним здоров'ям.

Опитувальник «Баднера» також містить три шкали за якими відбувається вимірювання рівня ТН/ІТН: N - новизна, С - складність, І - неможливість розв'язання. За цими шкалами: «ставлення до новизни» (N) коливається в опитуваних від 10 до 28 балів, при цьому чим менше значення, тим більше це свідчить про толерування опитуваним невизначеності зокрема по конкретним шкалам; відношення до «складності ситуації» (С), завдання коливається від 25 до 49 балів; щодо шкали вимірювання «неможливості розв'язання» завдання (І) отримані бали – від 4 до 21. Таким чином щодо аналізу складових ТН, можна

дійти висновку, що найбільш психологічно стійко, витривало опитувані ставляться до неможливості розв'язання нового для них завдання (І), для них ця задача не є стресовою. Натомість найбільш стресовою для опитуваних складовою ТН, виходячи із отриманих даних, є відношення до складності будь-чого (С), стикання з новизною для опитуваних виявилась середньою за стресовістю.

З результатів опитуваних, отриманих за тестом *«Індивідуальна модель психологічного здоров'я»* по А.Козлову [30], який визначає складові (структуру) психологічного здоров'я і включає 8 шкал за сферами його реалізації, можна припустити, що найменш реалізованою сферою (0 балів) психологічного здоров'я у опитуваних були стратегічний вектор (СтВ), куди автором цієї методики включається такі показники психологічного здоров'я як «орієнтованість на мету» та «врівноваженість»; Я-вектор (ЯВ), тобто як людина оцінює себе, самооцінка опитуваного, прагнення бути самим собою; сімейний вектор (СВ), тобто сімейне благополуччя, наскільки особа задоволена своїм сімейним статусом, наскільки цінні для неї сімейні цінності та гуманістичний вектор (ГВ), тобто людяність опитуваного, його ставлення до навколишнього світу.

Також найменш реалізованими стали і інші чотири сфери психологічного здоров'я, в яких бали розподілились від 1 до 2: 1) творчій вектор (ТВ) – 1 бал; 2) інтелектуальний вектор (ІВ) – 1 бал; 3) просоціальний вектор (ПВ) – 2 бали; 4) духовний вектор (ДВ) – 2 бали.

Разом із цим максимальні значення реалізації психологічного здоров'я у цій виборці здебільшого стосуються сфер, в яких спостерігалось мінімальне - «0» значення. Так за реалізацією в Я-векторі (ЯВ) було отримано максимальні з можливих 11 балів; у сімейному векторі (СВ) – максимальні 9 балів; у гуманістичному (ГВ) – 8 балів; також максимум з можливих балів було отримано у інтелектуальному векторі (ІВ) – 10 балів, хоча мінімальний рівень реалізації в ньому склав 1 бал (не 0).

Можна припустити, що такі «крапки екстремуму» притаманні більш значимим для опитуваних сферам реалізації психологічного здоров'я.

Інші чотири сфери реалізації психологічного здоров'я опитуваних також знаходились в межах високого рівня показників: 1) стратегічний вектор (СтВ) – 11 балів з можливих 13; 2) просоціальний вектор (ПВ) – 11 балів з 13; 3) творчий вектор (ТВ) – 10 балів з 11; 4) духовний вектор (ДВ) – 9 балів з 11; однак здебільшого не характеризувались мінімальним - «0» значенням, окрім ПВ (2 бали). Можна припустити, що ці сфери не є зверхзначущими для опитуваних в порівнянні з вищенаведеними.

Наступні три методики надають результати щодо вимірювання рівня суб'єктивного благополуччя опитуваних, фактично його можна назвати аналогом суб'єктивного щастя і надають уявлення яким чином оцінюють опитувані своє суб'єктивне благополуччя, враховуючи їх загальний високий рівень інтолерантності до невизначеності.

Згідно *опитувальника «Спектр психологічного здоров'я»* [56], який включає в себе 3 шкали (емоційне гедоністичне благополуччя, соціальне евдемонічне благополуччя і психологічний евдемонійний добробут), за середніх значеннях (35 балів), передбачених його автором, мінімальним балом опитуваних було 5 і максимальним – 52 (при авторському значенні максимуму - 70). Таким чином стан суб'єктивного благополуччя опитуваних коливався в межах від мінімуму до ледь вище середнього. Що можна охарактеризувати як незадовільну оцінку опитуваними свого стану суб'єктивного благополуччя.

За *шкалою задоволеності життям Е. Дінера (ШЗЖ)* [98, 56], в якій використовуються в комбінації індикатори позитивних та негативних емоцій, (авторські мінімальні значення – 7 балів, середні – 17, максимальні – 35) мінімальна кількість балів серед опитуваних склала - 5, що менше мінімуму, а максимальна кількість балів серед опитуваних була – 27, що є вище середнього, але не досягає максимуму. Таким чином рівень задоволеності життям опитуваних лежить в площині нижче мінімуму і ледь вище середніх значень.

За шкалою суб'єктивного щастя С. Любомирськи (ШСЩ) [110, 56] (передбачені автором методики мінімальні – 4 бали, середні – 14 і максимальні - 28) у опитуваних було мінімально – 5 балів, що майже дорівнює мінімальній позначці, і найвищий бал дорівнював – 19, що ледь перевищує середній рівень.

Таким чином оцінка опитуваними свого рівня суб'єктивного щастя лежить здебільшого в площині мінімуму. З наведеного можна припустити низький рівень суб'єктивного щастя у осіб, які не толерують невизначеність.

**2. Проаналізуємо дані щодо впливу перемінної «перебування у шлюбі» на формування рівню ТН/ІТН та особливостей складових психологічного здоров'я (Додаток Г).**

При аналізі даних, спираємось на таблиці обчислення даних з програми SPSS. Нас цікавлять таблиці Групової статистики (Group Statistics) та Критерій для незалежних вибірок (Independent Samples Test), оскільки наша вибірка (90 осіб) саме така. Обираємо таблиці конкретно під нашу перемінну (Додаток В).

З таблиці Групової статистики нас цікавить графа «Середнє значення» (Mean), в якій будуть наведені результати обчислення щодо конкретної групи осіб (1 група – у шлюбі і 2 група - ні). Також ця графа є інформативною щодо висування нульової гіпотези, зміст якої, ніби проявляється відповідно до результатів. Надалі ця гіпотеза (дані 1 та 2 групи) перевірятиметься в таблиці Критерію для незалежних вибірок, враховуючи низку інших чинників.

З іншої таблиці - Критерію для незалежних вибірок, для нас інформативними будуть наступні графи. «Критерій рівності дисперсій Лівінія» (Levene's Test for Equality of Variances) і особлива графа в ньому «Значущість» (Sig.), значення критерію Стюдента (p) ми визначили на

рівні  $p < 0,05$  ( $p$  більше  $0,05$ ). Це означатиме, що якщо  $p$  більше  $0,05$  - наявна гомогенність дисперсій між двома групами і тоді повинні аналізуватись дані зі строки «Рівні дисперсії» (Equal variances assumed), якщо  $p$  менше  $0,05$  – відтак наявні гетерогенні дисперсії і аналізуються дані зі строки «Нерівні дисперсії» (Equal variances not assumed). Аналіз даних буде достовірнішим за наявності гомогенних дисперсій.

**T-статистика (t-test for Equality of Means).** Ми обрали незв'язаний (непарний)  $t$  - критерій, призначений для того, щоб з'ясувати, чи є відмінності між оцінками, отриманими при використанні одного і того самого тесту для тестування декількох груп, сформованих з різних людей. За допомогою  $t$  - критеріїв можна порівнювати результати двох груп, отримані з використанням одного і того самого тесту. Ми порівнюємо результати двох груп (у шлюбі/ні), з використанням одних і тих самих п'яти тестів. Якщо значення  $t$  негативне (зі знаком «-») це означає, що середнє значення в першій групі (в нашому випадку це група тих, хто перебуває у шлюбі) менше ніж у другій групі.

«Двобічна значущість» (Sig. (2-tailed)) має бути теж більше  $0,05$ , тоді немає підстав для відхилення нульової гіпотези, яку ми побачили в стовпчику «Середнє значення» таблиці Групової статистики;

Значення «Середня різниця» (Mean Difference) має лежати в межах «Довірчий інтервал для різності» (95% Confidence Interval of the Difference), що вказує на діапазон, в якому можуть міститись реальні результати. Тобто наш діапазон означає, що отриманому середньому значенню можна довіряти на 95 %.

«Середньоквадратична помилка різності» (Std. Error Difference (SED)), вказує на розмір можливої розбіжності в порівнянні з більшою популяцією, тобто чи можна переносити результати цієї вибірки на більшу популяцію. Чим більше значення SED наближено до середньої різниці, тим більша ймовірність отримання подібних результатів на більшій популяції в

порівнянні з вибіркою. Ми визначили цю помилку на рівні 0,1. Тобто результати, які різнились в межах 0,1 ми віднесли до таких, які можуть бути поширеними на всю популяцію (генеральну вибірку).

Цей алгоритм буде використаний і при аналізуванні впливу інших перемінних, тому надалі повторюватись його тлумачення не буде.

Отже нульова гіпотеза щодо того, що факт перебування у шлюбі може покращити стан стресостійкості і переносимості невизначеності не був підтверджений. Так відповідно таблиці Критерію для незалежних вибірок, «значущість» була менше 0,05, що вказувало на наявність нерівних дисперсій у двох групах. Значення t-статистики було негативне, що вказало на те, що в групі осіб у шлюбі є нижчий рівень ІТН, що є начеб то добрим, і на перший погляд підтверджує нульову гіпотезу. Однак значення «двобічної значущості» було меншим за 0,05, що дало підстави відхилити нульову гіпотезу. Значення SED є значно далеке від середньої різниці.

Отже можна припустити, що в цій виборці не підтверджується нульова гіпотеза, що факт перебування у шлюбі покращує рівень ТН, але поширювати цей висновок на всю популяцію підстави відсутні.

Якщо проаналізувати по шкалам опитувальника Баднера, здатність осіб справлятися з новизною (шкала N), то нульова гіпотеза щодо того, що група «у шлюбі» краще справляється з новизною знайшла підтвердження. Адже «значущість» свідчила про рівнозначну дисперсію, «двобічна значущість» також підтвердила можливість дотримання нульової гіпотези, «середня різниця» лежала в діапазоні довірчого інтервалу, однак значення SED було надто далеке від середньої різниці.

З наведеного можна припустити, що наявність факту перебування у шлюбі позитивно впливає на стресостійкість при вирішенні нових завдань, однак поширювати цей висновок на всю популяцію підстави відсутні.

Щодо шкали «складність» (С), нульова гіпотеза може формулюватись як: факт перебування у шлюбі збільшує стресостійкість перед складністю завдань. І

ця гіпотеза підтверджується, адже «двобічна значущість» є більшою за 0,05 «середня різниця» попадає в «довірчий інтервал», однак значення SED є досить віддаленим від середньої різниці. Цю гіпотезу не можна поширювати на популяцію.

Щодо шкали «неможливість розв'язання» (I), нульова гіпотеза може свідчити, що факт перебування у шлюбі здебільшого в рівній мірі впливає на рівень стресостійкості в ситуації, коли особа не може розв'язати якесь завдання. І ця гіпотеза підтверджується, однак не може бути поширеною на популяцію. Це підтверджується значенням t-статистики, за якою все ж-таки краща стресостійкість в цій ситуації у тих, хто перебуває у шлюбі, але різниця не суттєва (0,0872); «двобічна значущість» більше 0,05 свідчить про можливість довіряти нульовій гіпотезі, а «середня різниця» попадає в довірчий діапазон, при цьому SED не є суттєво наближеним до середньої різниці.

Тепер проаналізуємо яким чином факт перебуванні у шлюбі впливає на *якість складових психологічного здоров'я* у інтолерантних до невизначності осіб (цей висновок взятий із Описової статистики).

За сферою стратегічного вектору (СтВ) нульова гіпотеза свідчить, що якісніші показники (вищий рівень балів, наведений в опитувальнику) у тих осіб, хто перебуває у шлюбі (середній рівень). Однак подальший аналіз даних програмою свідчить, що мусимо відхилити цю гіпотезу. При цьому «середня різниця» лежить у довірчому діапазоні, однак результат не може бути поширеним на всю популяцію. Тобто можна припустити, що факт перебування у шлюбі не впливає на якість формування СтВ як складової психологічного здоров'я.

Якість просоціального вектору (ПВ) за нульовою гіпотезою виглядає краще у тих, хто перебуває у шлюбі (середній рівень). Однак при подальшому аналізі ця гіпотеза не може бути прийнята, хоча «середня різниця» попадає в довірчий діапазон, однак результат не може бути поширеним на популяцію. Тобто можна припустити, що факт перебування у шлюбі не впливає на якість ПВ.

Якість Я-вектору (ЯВ) за нульовою гіпотезою також здається краща у осіб, які перебувають у шлюбі (середній рівень). Однак при подальшому аналізі є підстави відхилити нульову гіпотезу. При цьому «середня різниця» лежить в межах довірчого інтервалу, однак результат не може поширюватись на популяцію. Таким чином якість формування такої складової психологічного здоров'я як ЯВ не залежить від факту перебування особи у шлюбі.

Творчий вектор психологічного здоров'я (ТВ) згідно нульовій гіпотезі так само здається якісніший у осіб, що перебувають у шлюбі (середній рівень). Однак є підстави відхилити цю гіпотезу. При цьому «середня різниця» попадає в довірчий інтервал, однак не може бути поширена на популяцію. Отже можемо припустити, що факт перебування у шлюбі не впливає на якість формування ТВ.

На якість формування духовного вектору (ДВ), згідно нульовій гіпотезі, здебільшого не впливають шлюбні відносини, оскільки різниця між групами несуттєва (0,7919 бали), рівень цього показника в обох групах середній. Однак є підстави для відхилення цієї гіпотези. «Середня різниця» попадає в довірчий інтервал, однак результат не може бути поширеним на популяцію. Таким чином можна припустити, що на якість формування ДВ не впливає факт шлюбних відносин.

Інтелектуальний вектор (ІВ) при аналізі нульової гіпотези також здається якіснішим у групи осіб, які перебувають у шлюбі (середній рівень). Однак відсутні підстави приймати цю гіпотезу. При цьому «середня різниця» попадає в довірчий інтервал, результат також не може бути поширеним на популяцію. Можна дійти висновку, що факт перебування у шлюбі не впливає на якість формування ІВ.

Сімейний вектор (СВ) згідно нульової гіпотезі також здається більш якіснішим у тих осіб, хто перебуває у шлюбі (середній рівень). І ми можемо прийняти цю гіпотезу, при цьому «середня різниця» належить до довірчого інтервалу, а вірогідність того, що ця гіпотеза підтвердиться на популяції максимальна (наближеність SED дорівнює 0,0568)! Отже можна припустити, що

на формування більш якісного рівня формування СВ впливає факт перебування у шлюбі.

Гуманістичний вектор (ГВ), як сфера реалізації психологічного здоров'я у тих, хто перебуває у шлюбі, згідно нульовій гіпотезі, також здається кращим (середній рівень.) І у нас також наявні підстави для прийняття цієї гіпотези. «Середня різниця» належить до діапазону довірчого інтервалу, і може з великою вірогідністю отримання подібних результатів, бути поширена на популяцію ( $SED = 0.1$ ). Тож можна припустити, що гуманістична сфера психологічного здоров'я краще розвинута в осіб, які перебувають у шлюбі.

*Щодо впливу факту перебування у шлюбі на оцінку суб'єктивного благополуччя опитуваних.*

За опитувальником «Спектр психологічного здоров'я» [56], нульова гіпотеза свідчила, що психологічне здоров'я (за цією методикою входили емоційні, соціальні та психологічні складові) є кращим у осіб, які знаходяться у шлюбі, хоча все одно, можна сказати, було неналежної якості (30 балів – нижче середнього рівня). При перевірці цієї гіпотези, було з'ясовано, що вона може бути прийнята, середня різниця входить до довірчого інтервалу, однак поширюватись на популяцію не може. Тож можна припустити, що в цій вибірці, не дивлячись на низьку якість психологічного здоров'я опитуваних, все одно рівень якості вище у осіб, які перебувають у шлюбі. Однак при формуванні іншої вибірки осіб відсутня гарантія повторення такого самого результату.

За шкалою задоволеності життям Е. Дінера (ШЗЖ) [98, 56] нульова гіпотеза припускала, що задоволеність життям у осіб в шлюбі вища (17 балів, що відповідає межі початку середнього рівня). Однак ця гіпотеза мусить бути відхилена. Середня різниця лежить в межах довірчого діапазону, однак поширювати ці данні на популяцію не можна. З наведеного можна припустити, що факт перебування у шлюбі в цій вибірці не впливає на рівень задоволеності життям, але, можливо, при формуванні іншої вибірки результат може бути іншим.

Нульова гіпотеза за шкалою суб'єктивного щастя С. Любомирськи (ШСЩ) [110, 56] також припускала, що в шлюбі рівень суб'єктивного щастя є вищим, хоча він все одно лежить в площині мінімуму (13,5 балів, середній рівень починається з 14 балів). Однак при її перевірці, були відсутні підстави прийняти таку гіпотезу. Тож можна припустити, що рівень суб'єктивного щастя не залежить від перебування у шлюбі. Разом і тим, середня різниця входить в довірчий інтервал, однак відсутні підстави поширення даних на популяцію.

*Підсумовуючі результати, можна припустити, що факт перебування у шлюбі не впливає на рівень ТН, на якість реалізації особи за більшістю сфер психологічного здоров'я і на рівень суб'єктивного благополуччя. Однак отримані результати не можуть бути поширеними на всю популяцію. Виключенням є лише сфери психологічного здоров'я, за які відповідають вектори СВ та ГВ, в яких факт шлюбних відносин сприяє їх кращій реалізації і ці результати можуть бути перенесені на генеральну вибірку.*

*Аналіз за перемінним критерієм наявність власного джерела доходу - група «працюючі/студенти» (Додаток Д).*

Кількість 30 осіб

Перша група – працюючі (в програмі умовно позначені «1»); друга – навчаються (студенти) (в програмі умовно позначені «3»).

**Опитувальник «Виявлення толерантності до невизначеності» за С. Баднером [51].** За нульовою гіпотезою рівень ІТН вищий (більш складно переносять стан невизначеності) у студентів. Однак ця гіпотеза має бути відхиленою. «Середня різниця» належить до довірчого інтервалу, однак ці дані не можуть поширюватись на всю популяцію. Отже можна припустити, що в цій вибірці на загальний рівень ІТН не впливає факт отримання власного джерела доходу опитуваними. Разом із тим слід мати на увазі, що при зміні виборки дані можуть бути іншими.

За шкалою новизни (N), за нульовою гіпотезою, новизна чогось більше викликає стрес у студентів. Ця гіпотеза може бути прийнята, «середня різниця» в межах довірчого інтервалу, однак отримані результати не можуть бути поширеними на всю популяцію.

За шкалою складності (С), так само більше відчують складності студенти. Однак ця гіпотеза при перевірці не встояла, і хоча «середня різниця» лежить в межах довірчого інтервалу (належна), однак поширюватись ці результати на всю популяцію не можуть.

За шкалою неможливості розв'язання (І), за нульовою гіпотезою, студенти також виявились більш інтолерантними, що підтверджується надалі. «Середня різниця» належна, однак результат не можна поширювати на популяцію.

*Таким чином на рівень ТН/ІТН не впливає факт отримання власного доходу.*

За тестом «Індивідуальна модель психологічного здоров'я» по А.Козлову [30] визначимо наскільки факт отримання власного доходу (працює/навчається) впливає на якість складових психологічного здоров'я.

Стратегічний вектор (СтВ) за нульовою гіпотезою краще реалізований у тих, хто працює, тобто має власне джерело доходу (7 балів – середній рівень). Однак ця гіпотеза має бути відхиленою. «Середня різниця» – належна. Таким чином можна припустити, що в цій виборці наявність власного джерела доходу не впливає на якість формування СтВ. Однак отримані дані не можна переносити на всю популяцію.

Просоціальний вектор (ПВ) відповідно до нульової гіпотези є вищим у працюючих (6,5 бали – середній рівень) і це підтверджується подальшою перевіркою даних. «Середня різниця» – належна, однак отримані результати не можна поширити на популяцію.

Я-вектор (ЯВ) за нульовою гіпотезою у працюючих він у двічі краще реалізований (6,4 бали – середній рівень), однак ця гіпотеза при подальшій

перевірці не встояла. З чого можна припустити, що в цій виборці наявність власного джерела доходу не впливає на формування ЯВ. «Середня різниця» – належна. Однак отримані результати не можна поширювати на популяцію.

Творчий вектор (ТВ) за нульовою гіпотезою також є більш розвиненим у працюючих (6,3 бали – середній рівень), однак вона була відхилена. Можна припустити, що на реалізацію ТВ не впливає факт отримання власного джерела доходу. Однак отримані результати не можна поширювати на всю популяцію.

Духовний вектор (ДВ) за нульовою гіпотезою, що знайшло своє підтвердження, майже реалізований однаково, з невеликою перевагою у працюючих (різниця на 0,2667), однак результат не може бути поширеним на всю популяцію.

Інтелектуальний вектор (ІВ) за нульовою гіпотезою також є більше реалізованим у працюючих (5,2 бали – середній рівень), однак ця гіпотеза має бути відхиленою. Можна припустити, що в цій виборці наявність власного джерела доходу не впливає на реалізацію ІВ. Однак отримані результати не можуть поширюватись на популяцію.

Сімейний вектор (СВ) за нульовою гіпотезою більше реалізований також у працюючих (4,9 бали – середній рівень), що підтверджується подальшим аналізом, однак не може поширюватись на популяцію.

Гуманістичний вектор (ГВ) за нульовою гіпотезою майже однаково реалізований в обох групах з невеликою перевагою у працюючих (різниця на 0,1) і це підтверджується, однак не може бути поширеним на всю популяцію.

*Підсумовуючі отримані результати за цим опитувальником, можна припустити, що на індивідуальну модель психологічного здоров'я впливає фактор наявності власного джерела доходу, зокрема на такі сфери як: ПВ, ДВ, СВ, ГВ, однак ці результати не можуть бути поширеними на популяцію. Не впливає цей фактор на такі складові психологічного здоров'я як: СтВ, ЯВ, ТВ, ІВ, отримані результати поширюються лише на цю вибірку і можуть відрізнитись при її зміні.*

*За опитувальником «Спектр психологічного здоров'я» [56], згідно нульової гіпотези, рівні психологічного здоров'я в двох групах майже однакові, з невеликою перевагою у студентів (!) (різниця на 0,5), хоча і невисокі – в межах від мінімуму до середнього. Ця гіпотеза може бути прийнятою. Можна припустити, що на формування особистого благополуччя (особисте, індивідуальне щастя) не впливає фактор отримання джерела власного доходу, однак отримані дані значимі тільки в цій виборці і не можуть поширюватись на популяцію.*

*За шкалою задоволеності життям Е. Дінера (ШЗЖ) [98, 56], згідно нульової гіпотези, у працюючих рівень задоволеності життям вищий, хоча і не досягає середнього рівня. Проте ця гіпотеза має бути відхиленою. Можна припустити, що в цій виборці на рівень задоволеності життям не впливає фактор наявності власного джерела доходу. Однак ці результати не можна поширювати на всю популяцію.*

*За шкалою суб'єктивного щастя С. Любомирськи (ШСЩ) [110, 56], згідно нульової гіпотези, рівень суб'єктивного щастя у працюючих вищий, хоча так само не досягає середнього рівня. Однак ця гіпотеза так само має бути відхиленою. Можна припустити, що на рівень суб'єктивного щастя не впливає фактор наявності власного джерела доходу. Отримані результати не можуть бути поширені на всю популяцію.*

*За отриманими результатами методик, що вимірюють рівень суб'єктивного благополуччя (щастя), можна констатувати, що на рівень суб'єктивного щастя не впливає факт наявності власного джерела доходу. Однак поширити на всю популяцію результат не можна.*

*Аналіз за перемінним критерієм наявність власного джерела доходу - група «безробітні/студенти» (Додаток Ж).*

*Кількість 30 осіб*

Перша група – безробітні (в програмі SPSS умовно позначені «2»); друга – навчаються (студенти) (в програмі SPSS умовно позначені «3»).

За опитувальником «Виявлення толерантності до невизначеності» за С. Баднером [51], за нульовою гіпотезою рівень інтолерантності до невизначеності, включаючи всі шкали цього опитувальника, у студентів вищий, тобто ця група осіб більш схильна сприймати незвичайні й складні ситуації скоріше як загрозові, що сприяє появі деструктивних реакцій.

При перевірці виявилось, що гіпотезу щодо високого загального рівня ІТН у студентів слід відхилити. Тобто в цій вибірці наявність власного джерела доходу не впливає на рівень ІТН, однак поширювати цей висновок на всю популяцію не можна.

Щодо шкали новизни (N) і складності (C) так само, гіпотеза щодо більшого рівня у студентів має бути відхиленою. Це означає, що в цій вибірці можна дійти висновку, що наявність джерела власного доходу не впливає на рівень стресостійкості при зустрічі із новизною чи складністю, однак поширювати ці дані на популяцію не можна.

Однак за шкалою неможливості розв'язання завдання (I) нульова гіпотеза підтверджується, у студентів в цій виборці дійсно вищий рівень стресу при стиканні з ситуацією неможливості розв'язання чогось, однак ці результати не можна екстраполювати на популяцію.

*Отже за наведеними результатами можна дійти висновку, що факт наявності власного джерела доходу не впливає на загальний рівень ІТН та за шкалами новизни і складності. Однак результат не може бути поширений на популяцію.*

За тестом «Індивідуальна модель психологічного здоров'я» по А.Козлову [30], згідно нульової гіпотези, дані в двох групах не суттєво відрізняються (в середньому на 1 бал), з чого можна припустити, що факт отримання власного доходу не суттєво впливає на якість складових психологічного здоров'я.

Перевіримо цю загальну нульову гіпотезу ретельно за таблицею Критерію для незалежних вибірок.

Стратегічний вектор (СтВ) за нульовою гіпотезою майже рівний в обох групах, з невеликою перевагою у безробітних (різниця на 0,8333), і ця гіпотеза може бути прийнята, однак отримані результати не можуть поширюватись на всю популяцію.

Просоціальний вектор (ПВ) за нульовою гіпотезою більше реалізований у безробітних (! – Я.Т) (6 балів – середній рівень), що також підтверджується, і може бути поширено на всю популяцію ( $SED = 0.08$ ).

Я-вектор (ЯВ) за нульовою гіпотезою також у безробітних краще реалізований (5,8 балів – середній рівень), однак ця гіпотеза має бути відхиленою. Можна припустити, що факт наявності власного джерела доходу не впливає на якість реалізації ЯВ, однак ці дані не можна поширити на всю популяцію.

Творчий вектор (ТВ) за нульовою гіпотезою у безробітних краще реалізований (5,4 балів – середній рівень), і це підтверджується, однак отримані результати не можуть бути поширеними на всю популяцію.

Духовний вектор (ДВ) за нульовою гіпотезою в групах майже однаковий з невеликою перевагою вже у студентів (! – Я.Т.) (різниця на 0,1333 бала в межах початку середнього рівня). Гіпотеза підтверджується, однак результати не можуть бути перенесені на всю популяцію.

Інтелектуальний вектор (ІВ) за нульовою гіпотезою у безробітних краще реалізований (5,3 балів – середній рівень, ближче до високого), однак ця гіпотеза має бути відхилена. Можна припустити, що в цій виборці на стан реалізації ІВ не впливає факт наявності власного джерела доходу, однак поширювати ці дані на всю популяцію не можна.

Сімейний вектор (СВ) за нульовою гіпотезою в групах майже однаковий з невеликою перевагою у студентів (! – Я.Т.) (різниця на 0,4667 бала в межах

початку середнього рівня) і ця гіпотеза може бути прийнята, однак не можна її поширювати на всю популяцію.

Гуманістичний вектор (ГВ) за нульовою гіпотезою переважає у студентів (! – Я.Т.) (4 бали – початок середнього рівня), що і надалі було підтверджено. Однак не можна поширювати ці результати на всю популяцію.

*Таким чином, підсумовуючі отримані результати щодо складових індивідуального психологічного здоров'я у опитуваних, можна припустити, що факт отримання власного доходу сприяє більшій реалізації сфери психологічного здоров'я за які відповідають критерії СтВ, ПВ, ТВ однак можна поширити на всю популяцію тільки результати за ПВ. При цьому на реалізацію ЯВ не впливає факт отримання власного доходу, однак результат не можна перенести на всю популяцію.*

*Більш розвинутими у студентів, які молодше за віком, в порівнянні з групою безробітних, були сфери, за які відповідають ДВ та ГВ. При цьому в середині вибірки можна припустити, що факт наявності власного доходу впливає на кращу реалізацію ДВ, СВ та ГВ, окрім ІВ, однак ці дані не можна екстраполювати на всю популяцію.*

За опитувальником «Спектр психологічного здоров'я» [56], згідно нульової гіпотези, психологічне здоров'я, куди входять емоційна, соціальна та психологічна складові, майже однакові в групах (різниця складає 0,5 бали на користь працюючих) і знаходиться нижче середнього рівня (28 балів з 35), і ця гіпотеза може бути прийнятою. Тобто можна припустити, що на рівень психологічного здоров'я не впливає факт отримання власного доходу, однак результат не може бути поширений на всю популяцію. Низький рівень можна пояснити загальним високим рівнем ІТН всіх учасників вибірки.

За шкалою задоволеності життям Е. Дінера (ШЗЖ) [98, 56], згідно нульової гіпотези, у безробітних рівень задоволеності життям формально вище, хоча все одно не доходить середнього рівня (16 балів, середній рівень починається з 17 балів). Ця гіпотеза підтверджується. Можна припустити, що

факт відсутності власного доходу підвищує рівень задоволеності життям. Однак цей висновок можливий тільки відносно учасників цієї вибірки і не може бути поширеним на популяцію.

За шкалою суб'єктивного щастя С. Любомирськи (ШСЩ) [110, 56], згідно нульової гіпотези, у безробітних також рівень щастя вищий, хоч і не значущо (різниця на 1,6667 бали). При цьому цей рівень лежить в межах мінімальних балів (12, середній рівень починається з 14 балів). Можна припустити, що відсутність факту отримання власного доходу позитивно впливає на рівень суб'єктивного щастя. Однак така гіпотеза має бути відхиленою, а дані не можуть бути поширеними на всю популяцію.

Таким чином, за результатами отриманими з останніх трьох методик (що вимірюють рівень суб'єктивного благополуччя, яке також є складовою психологічного здоров'я) наявні 3 різні гіпотези: - факт наявності власного доходу не впливає на рівень особистого благополуччя; - факт наявності власного доходу підвищує/не підвищує рівень особистого благополуччя. Однак поширювати дані на всю популяцію не можна.

Аналіз за перемінним критерієм наявність власного джерела доходу - група «працюючі/безробітні» (Додаток 3).

Кількість 30 осіб

Перша група – працюючі (в програмі SPSS умовно позначені «1»); друга – безробітні (в програмі SPSS умовно позначені «2»).

За опитувальником «Виявлення толерантності до невизначеності» за С. Баднером [51], за нульовою гіпотезою рівень інтолерантності до невизначеності вищий у працюючих, що підтверджується. Тобто можна припустити, що наявність власного джерела доходу збільшує рівень ІТН, однак результати не можуть бути екстрапольовані на популяцію.

Цікавим виявились і результати по шкалам цього тесту («новизна» (N), «складність» (C) та «неможливість розв'язання» (I)): нульова гіпотеза

підтвердилась – показники по шкалам є вищими у працюючих осіб. *Тож можна припустити, що факт наявності власного джерела доходу сприяє виникненню більшого стресу в ситуаціях новизни, складності чи неможливості розв'язання завдання. Отримані результати можуть бути поширеними на всю популяцію лише щодо шкали «складність» (С).*

За тестом «Індивідуальна модель психологічного здоров'я» по А.Козлову [30], згідно нульової гіпотези, яка надалі підтвердилась, на кращу реалізацію таких складових психологічного здоров'я, за які відповідають: стратегічний вектор (СтВ), просоціальний вектор (ПВ), Я-вектор (ЯВ), творчий вектор (ТВ), духовний вектор (ДВ) та гуманістичний вектор (ГВ) впливає факт наявності власного джерела доходу. Однак можуть бути перенесені на популяцію лише результати за ПВ (SED =0,09), ДВ (SED = 0,0593), ГВ (SED =0,09075) та ЯВ (SED =0,1635).

Щодо сімейного вектору (СВ) така нульова гіпотеза не підтвердилась. Тобто припускаємо, що на реалізацію СВ не впливає факт наявності власного доходу і ці дані не можна поширити на всю популяцію.

Тільки в інтелектуальному векторі (ІВ) перевагу отримали безробітні і нульова гіпотеза була підтверджена. Тобто можна припустити, що на реалізацію ІВ не впливає факт наявності власного доходу, однак цей результат не може бути поширений на всю популяцію.

*Отже згідно отриманих даних, половину з яких (ПВ, ДВ, ГВ, ЯВ) допускається поширити на всю популяцію, можна припустити, що факт отримання власного доходу сприяє кращому розвитку більшості сфер психологічного здоров'я (СтВ, ПВ, ЯВ, ТВ, ДВ та ГВ), однак він не впливає на розвиток таких сфер, за які відповідають СВ та ІВ.*

За опитувальником «Спектр психологічного здоров'я» [56], куди включаються такі його складові як емоційна, соціальна та психологічна, згідно нульової гіпотези, яка знайшла своє підтвердження, вищий рівень психологічного здоров'я у безробітних. Тобто можна припустити, що факт

наявності власного доходу в цій вибірці не впливає на рівень психологічного здоров'я. Однак поширювати ці дані на всю популяцію не можна.

*За іншими двома шкалами: задоволеності життям Е. Дінера (ШЗЖ) [98, 56] та суб'єктивного щастя С. Любомирськи (ШСЩ) [110, 56] нульова гіпотеза, щодо того, що факт наявності власного доходу впливає на рівень задоволеності життям та рівень суб'єктивного щастя, знайшла підтвердження, однак результати не можуть бути поширеними на всю популяцію.*

*Тож можна припустити загальний висновок з методик, які вимірюють суб'єктивний рівень щастя, що факт отримання власного доходу здебільшого підвищує цей рівень («Щастя у грошах!»).*

*Аналіз за перемінним критерієм «стать» - група «чоловіки/жінки» (Додаток К).*

Кількість 30 осіб

Перша група – «чоловіки» (в програмі SPSS умовно позначені «1»); друга – «жінки» (в програмі SPSS умовно позначені «2»).

За опитувальником «Виявлення толерантності до невизначеності» за С. Баднером [51], за нульовою гіпотезою рівень інтолерантності до невизначеності у чоловіків і жінок майже рівний, з невеликою перевагою у жінок (різниця у 0, 503 бали). В обох групах рівень інтолерантності високий – 63 бали. І ця гіпотеза може бути прийнятою.

За шкалами цього опитувальника новизни (N) та складності (C) нульова гіпотеза, що чоловіки більше (N - на 0,1205 бали; C – на 0,587 бали) стресують в подібних ситуаціях також підтвердилась. Однак різниця в показниках обох груп є мінімальною.

За шкалою неможливості розв'язання (I), нульова гіпотеза також підтвердилась: чоловіки менше ніж жінки відчувають негативний стан. Однак різниця у балах також не суттєва (0,6759).

*З наведених результатів можна припустити, що чоловіки і жінки майже однаково реагують на стан невизначеності в бік її нетолерування. Проте переносити ці данні на всю популяцію не можна.*

За тестом «Індивідуальна модель психологічного здоров'я» по А.Козлову [30], за нульовою гіпотезою, яка підтвердилась, чоловіки краще реалізуються в таких сферах, за які відповідають вектори СтВ, ПВ, ЯВ, ТВ, ДВ та ГВ. Однак також підтвердилась інша нульова гіпотеза, згідно якої жінки краще за чоловіків реалізуються у сферах психологічного здоров'я, за які відповідають вектори ІВ та СВ. Однак різниця в балах максимум 0,2.

Тож можна припустити, що на сфері реалізації психологічного здоров'я не впливає стать особи. Однак поширювати більшість цих результатів на всю популяцію не можна. Виключення тільки для показника ДВ ( $SED = 0,06$ ).

*За трьома методиками, які вимірюють рівень щастя: опитувальник «Спектр психологічного здоров'я» [56]; шкала задоволеності життям Е. Дінера (ШЗЖ) [98, 56] та шкала суб'єктивного щастя С. Любомирськи (ШСЩ) [110, 56], нульова гіпотеза підтвердилась. Можна припустити, що чоловіки є більш нещасними ніж жінки. Але результати в балах також суттєво не відрізнялись (от 1 до 4 балов). Отримані результати не можна поширювати на всю популяцію, вони лише характеризують нашу вибірку (90 осіб).*

3. *Контроль отриманих емпіричних даних за допомогою встановлення кореляційних зв'язків за Пірсоном (попарно) (Додаток Л).*

Кореляція, або коефіцієнт кореляції – це статистичний показник ймовірнісного зв'язку між двома змінними величинами. На відміну від функціонального зв'язку, при якому кожному значенню однієї змінної відповідає строго визначене значення іншої змінної, ймовірнісний зв'язок характеризується тим, що кожному значенню однієї змінної відповідає множина значень іншої змінної [55].

Строго позитивна кореляція (perfect positive correlation) визначається значенням  $r=1$ . Термін «строга» означає, що значення однієї змінної однозначно визначаються значеннями іншої змінної, а термін «позитивна» що зі зростанням значень однієї змінної значення іншої змінної також зростають. Чим ближчим є коефіцієнт кореляції до 1, тим сильніше ця тенденція, і навпаки, з наближенням коефіцієнта кореляції до 0 тенденція слабшає [55].

Відсутність кореляції (no correlation) визначається значенням  $r=0$ . Нульовий коефіцієнт кореляції свідчить про те, що значення змінних ніяк не пов'язані одне з одним [55].

Негативна кореляція відповідає значенням  $-1 < r$ . Якщо значення однієї змінної зростають, то значення іншої мають тенденцію до спадання. Чим ближче коефіцієнт кореляції до -1, тим сильніше ця тенденція, і навпаки, з наближенням коефіцієнта кореляції до 0 тенденція слабшає [55].

Зіркою будуть відмічатися кореляції, розраховані із рівнем значимості від 0,01 до 0,05, а двома зірками – із рівнем значимості від 0,00 до 0,01. Рівень значимості є мірою статистичної достовірності результатів обчислень. Якщо рівень значимості кореляції  $r$  менший за 0,05, то це означає, що з імовірністю, меншою за 5%, кореляція є випадковою і можна зробити висновок про те, що кореляція є статистично достовірною. В іншому випадку, коли  $r > 0,05$ , кореляція визнається статистично недостовірною. У наведеному прикладі  $r = 0,000$ , тому коефіцієнт кореляції, звичайно ж, є значимим.

Нижче будуть перевірятися гіпотези отримані вище з Критерію для незалежних вибірок. Будуть перевірятись вплив перемінних факторів («стать», «шлюб», «наявність власного доходу») на складові психологічного здоров'я (показники за всіма 5 методиками), а також взаємозв'язок між ІТН та іншими складовими психологічного здоров'я.

Кореляції між *статтю та складовими психологічного здоров'я відсутні.*

Відсутні кореляційні зв'язки між наявністю шлюбних відносин і рівнем ІТН, що також було виявлено у попередньому дослідженні. Однак виявлені були

кореляційні зворотні зв'язки між наявністю шлюбних відносин і деяких складових ІМПЗ та 2 методик вимірювання особистісного благополуччя.

Так згідно кореляційного значення між «шлюб» та СтВ, ПВ, ЯВ, ТВ, ДВ, ІВ встановлений негативний кореляційний зв'язок здебільшого достатньо достовірний (із рівнем значимості від 0,00 до 0,01). Відсутній кореляційний зв'язок між фактом перебування у шлюбі і методикою «Спектр психологічного здоров'я». Разом з тим встановлені зворотні кореляційні зв'язки із рівнем значимості від 0,00 до 0,01 за шкалами задоволеності життям Е. Дінера та суб'єктивного щастя С. Любомирськи.

Тобто можна загалом припустити, що *відсутність шлюбних відносин робить людину більш щасливою*, хоча за попередніми даними було встановлено відсутність факту впливу цього фактору.

*Кореляційні зв'язки були встановлені і між фактором «статус» (факт наявності власного доходу) та складовими психологічного здоров'я* також за показниками 5 методик.

Так прямий позитивний зв'язок було виявлено між фактом отримання доходу та рівнем ІТН, тобто зі збільшенням рівня власного доходу підвищується рівень ІТН. Вище в дослідженні це підтвердилось: у працюючих вище рівень ІТН ніж у безробітних). Щодо складових ІМПЗ, то виявлено негативний кореляційний зв'язок між наявністю власного джерела доходу та СтВ, ЯВ, ТВ, ІВ та СВ здебільшого із рівнем значимості від 0,00 до 0,01, що свідчить про його значимість. З наведених даних можна припустити, що *чим вищий рівень доходу тим менше можливості особі реалізуватись в наведених сферах психологічного здоров'я*, що явно протирічить отриманим вище в дослідженні даним.

Щодо вимірювання особистого благополуччя, то негативний кореляційний зв'язок (рівень значимості від 0,01 до 0,05) було виявлено лише за однією методикою - шкалою суб'єктивного щастя С. Любомирськи. Отримані результати, дозволяють припустити, що наявність доходу робить людину менш щасливою.

Щодо кореляційних зв'язків між ІТН та іншими складовими психологічного здоров'я (інші методики), було встановлено негативний кореляційний зв'язок на допустимому рівні значимості із сферою ЯВ (самооцінка, я-концепція) та ІВ (інтелектуальна сфера). Тобто згідно отриманих результатів виходить, що *чим вище рівень ІТН, тим менше можливості людині реалізувати свою я-концепцію, підтримувати на належному рівні власну самооцінку та розвиватись інтелектуально.*

Щодо методик вимірювання рівня особистого благополуччя, був встановлений негативний кореляційний зв'язок (рівень значимості від 0,00 до 0,01) із шкалою суб'єктивного щастя С. Любомирськи. Тобто згідно цих результатів, *чим вищий рівень ІТН тим менше людина відчуває себе щасливою.*

Всі наведені дані поширюються лише на нашу вибірку (90 осіб) і не можуть бути екстрапольовані на всю популяцію.

### **Висновки до Розділу 3.**

В емпіричному дослідженні взяло участь 90 осіб, що є валідною вибіркою. Гендерна рівність здебільшого була дотримана. Вік від 21 до 63 років. Перемінними факторами були: наявність власного джерела доходу (статус), факт перебування у шлюбі та стать. Перевірялась гіпотеза, що факт отримання власного доходу знижує рівень ІТН, сприяє кращій реалізації сфер психологічного здоров'я і підвищує рівень особистого благополуччя. Ця гіпотеза не підтвердилась. Вплив на загальний психологічний стан статі та перебування у шлюбі перевірявся додатково.

В якості інструментарію емпіричного дослідження були використані наступні методики: тест «Індивідуальна модель психологічного здоров'я» по А.Козлову [30]; опитувальник «Виявлення толерантності до невизначеності» за С. Баднером [51]; опитувальник «Спектр психологічного здоров'я» [56]; шкала задоволеності життям Е. Дінера (ШЗЖ) [98, 56] та шкала суб'єктивного щастя С. Любомирськи (ШСЩ) [110, 56].

За результатами анкетування можна припустити наступне.

У всіх опитуваних високий рівень ІТН (51-83 бали), що свідчить про необхідність покращувати їх психологічний стан. Значимими для опитуваних сферами реалізації психологічного здоров'я були. Я-вектор (ЯВ); сімейний вектор (СВ); гуманістичний (ГВ); інтелектуальний вектор (ІВ). В цих сферах спостерігались крапки екстремуму (0 – макс.)

За рівнем особистого благополуччя у всіх опитуваних цей рівень здебільшого низький.

Також дослідження продемонструвало *відсутність кореляційних зв'язків* по Пірсону між *фактором статі і рівнем ТН/ІТН, сферою психологічного здоров'я та рівнем особистого благополуччя.*

Чоловіки краще реалізуються в таких сферах психологічного здоров'я, за які відповідають вектори СтВ, ПВ, ЯВ, ТВ, ДВ та ГВ, а жінки краще за чоловіків реалізуються у сферах, за які відповідають вектори ІВ та СВ. Разом із тим чоловіки з нашої вибірки були більш нещасними ніж жінки.

За *фактором «перебування у шлюбних відносинах»*, можна припустити, що на рівень ІТН, більшість складових психологічного здоров'я, окрім сфери сімейної (СВ) та гуманістичної (ГВ), а також на рівень особистого благополуччя, факт перебування у шлюбних відносинах *не впливає*. Однак згідно оцінки *кореляційних зв'язків за Пірсоном, можна загалом припустити, що відсутність шлюбних відносин робить людину більш щасливою та реалізованою в психологічному здоров'ї, при цьому кореляції між шлюбом та рівнем ІТН не встановлено.*

Фактор *«наявність власного джерела доходу»* був значимий – у працюючих було виявлено вищий рівень ніж у безробітних, хоча у студентів, рівень ІТН вище ніж у працюючих (чого не очікувалось). Тобто *факт наявності власного доходу підвищує рівень ІТН, що підтвердилось перевіркою кореляційних зв'язків за Пірсоном.*

Щодо реалізації складових психологічного здоров'я, спочатку можна припустили, що краще ця сфера розвинута у тих, хто має дохід, що було прогнозовано. Однак в інтелектуальній сфері (ІВ) неочікувано вищий рівень був у безробітних. Разом із цим це припущення перевірку кореляцією за Пірсоном не витримало. Згідно результатом кореляції за Пірсоном *чим вищий рівень доходу тим менше можливості особі реалізуватись в наведених сферах психологічного здоров'я.*

На рівень *суб'єктивного благополуччя* первинно припускалось, що цей фактор позитивно впливає, підвищуючи його у працюючих. Хоча у студентів і безробітних цей рівень можна зрівняти. *Однак за кореляційними зв'язками за Пірсоном встановлено, що чим вище рівень доходу тим більше знижується рівень суб'єктивного щастя.*

Також було встановлено, що *чим вище рівень ІТН, тим менше можливості людині реалізувати свою я-концепцію, підтримувати на належному рівні власну самооцінку, розвиватись інтелектуально та відчувати себе більш щасливою.*

Проте всі ці результати не можна поширювати на всю популяцію.

## ВИСНОВКИ

1. Досліджено існуючі поняття психологічного та психічного здоров'я: зроблено висновок, що поняття: «здоров'я», «психічне здоров'я» та «психологічне здоров'я» співвідносяться між собою як родове, видове та безпосереднє – відповідно.

Класифіковані визначення поняття «психічне здоров'я» за критерієм відношення ознак/складових психічного здоров'я до його носія (персони) на: персоноцентричні, екоцентричні (екологічні) та соціоцентричні.

За аналогією стратифікації понять психічного здоров'я, пропонується класифікувати визначення психологічного здоров'я за критерієм відношення його компонентів до індивіда на: персоноцентричні та екоцентричні.

Доповнити Закон України «Основи законодавства про охорону здоров'я» положенням щодо визначення психічного (ментального – за необхідності такого пояснення) та психологічного здоров'я, надавши визначенням офіційності.

2. Визначено критерії психологічного здоров'я, які можна назвати сукупністю критеріїв, наведеними різними науковцями. Оскільки в

законодавстві цей перелік відсутній, можна обирати будь-яку конфігурацію критеріїв. В роботі (Розділ I) представлена найповніша.

Толерантність до невизначеності є одним з критеріїв психологічного здоров'я.

3. Досліджено та розкрито поняття «толерантність до невизначеності» як психологічного феномену (за критеріями кількості, якості, співвідношення та модальності). Встановлено, що більшість зарубіжних дослідників ТН схильні вважати цей феномен як ознаку особистості, тобто сталу рису характеру, яка або наявна, або відсутня в особи. Також розглядають ТН як певну установку (аттитюд), яку людина не може подолати і стає її заручником. Або навпаки - установка позитивна: подолання криз. ТН розглядається як динамічна характеристика, тобто процес, поведінка особи, які можуть змінюватись в залежності від різних факторів. Це нестабільна категорія, яка може корегуватись протягом життя особи. ТН слід розглядати не тільки в негативному аспекті, але і в позитивному – діалектичні зв'язки. Адже через подолання труднощів відбувається особистісне зростання. Особа стає кращою, вдосконалішою версією самої себе.

Рівні ТН були обрані за Лушиним: 1) інтолерантний та «пасивний» тип відносин; 2) інтолерантний і активний або "регламентуючий" тип відносин; 3) «утилітарний» тип відносин/толерантний до невизначеності; 4) хаотики.

4. Проведено емпіричне дослідження відповідно до предмету кваліфікаційної роботи з метою визначення особливостей психологічного здоров'я осіб з різним рівнем толерантності до невизначеності. Під особливостями психологічного здоров'я мались на увазі його складові, які необхідно було виявити у досліджуваних (або констатувати факт відсутності такої складової).

5. Обґрунтовано характеристику вибірки, процедуру та методики емпіричного дослідження. Вибірка включала 90 осіб (валідна), вік - 21 – 63 років, працездатні. Гендерна рівність була здебільшого дотримана.

За первинною гіпотезою дослідження очікувалось, що чим вищий рівень ТН (або нижчий рівень ІТН), тим краща реалізація сфер психологічного здоров'я і вищий рівень особистого благополуччя. Перемінними факторами були: наявність власного джерела доходу (статус), факт перебування у шлюбі та стать. Їх вплив на взаємозв'язок ІТН з іншими критеріями психологічного здоров'я перевірявся додатково. Так очікувалось, що ІТН буде найвищою у осіб, які не працюють (хоча мають фах і фізичну можливість), оскільки наявність потенційної можливості працювати (отримувати дохід), але відсутність його, в умовах воєнного стану, невизначеності своєї перспективи є стресогінними факторами і відповідно підвищуватимуть рівень ІТН ; нижчою ІТН – у осіб, які навчаються, в силу їх віку, можливих перспектив, відсутності власного доходу, але наявності можливості отримати підтримку у батьків тощо; і найнижчою ІТН мала би бути у осіб, які працюють через їх більш-менш визначеність ситуації, наявності гарантованого доходу, який може створювати відчуття відносної безпеки і свободи для реалізації їх інших потреб (не базових). Вплив інших двох перемінних на початку дослідження не прогнозувався.

Емпіричне досліджування проводилось з травня по вересень 2024 року, переважно онлайн.

Використано методики, які визнано науковцями такими, що мають достатньо високі психометричні характеристики (структурну валідність та високу надійність результатів показників цієї методики, очевидну і конвергентну валідність) та рекомендуються для використання в психологічних, соціологічних та міждисциплінарних дослідженнях: тест «Індивідуальна модель психологічного здоров'я» по А.Козлову (118); опитувальник «Виявлення толерантності до невизначеності» за С. Баднером (119); опитувальник «Спектр психологічного здоров'я» (120); шкала задоволеності життям Е. Дінера (ШЗЖ) (120) та шкала суб'єктивного щастя С. Любомирськи (ШСЩ) [121].

Обробка результатів всіх методик проводилася за допомогою статистичної програми SPSS.

Результати дослідження підтвердили первинну гіпотезу.

Тобто відповідаючи на основне питання роботи: «Які особливості психологічного здоров'я в осіб з різним рівнем ІТН?» - можна підсумувати, що в опитуваних нашої вибірки при високому рівні ІТН, психологічне здоров'я знаходиться на середньому рівні, його складова – «особисте благополуччя» (щастя) «просідає», переважно перебуваючи на мінімальному рівні. Наявність власного доходу підвищує ІТН і зменшує можливість людині реалізувати свою я-концепцію, підтримувати на належному рівні власну самооцінку, розвиватись інтелектуально та відчувати себе більш щасливою. Між статтю, фактом перебування у шлюбі і станом психологічного здоров'я кореляційних зв'язків не виявлено. Разом із тим відсутність шлюбних відносин робить людину більш щасливою та реалізованою в психологічному здоров'ї.

### СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Ананьев В. А. Введение в психологию здоровья: учебное пособие. Київ: БКА. 1998. 148 с.
2. Баева И.А. Психологическая безопасность образовательной среды как ресурс психического здоровья субъектов образования. *Психологическая наука и образование*. 2012. №4. С. 11-17.
3. Боснюк В. Т- Стюдента для незалежних вибірок в SPSS, розмір ефекту URL:<https://www.youtube.com/watch?v=f62yBGfjMis> Дата звернення 30.10.2024.
4. Боснюк В. Коефіцієнт лінійної кореляції Пірсона в SPSS, розмір ефекту. URL:<https://www.youtube.com/watch?v=CJW-NIPbGc> Дата звернення: 30.10.2024.
5. Бохонкова Ю., Пліско В., «Якість життя і психічне здоров'я особистості», на II Всеукр. наук.-практ. конф. Психічне здоров'ят особистості у кризовому суспільстві. Львів, 2017, с.59–63. URL:[https://dspace.lvduvs.edu.ua/bitstream/1234567890/760/1/konf\\_20\\_10\\_2017.pdf](https://dspace.lvduvs.edu.ua/bitstream/1234567890/760/1/konf_20_10_2017.pdf) Дата звернення: 10.08.2023.

6. Братусь Б. С. К проблеме человека в психологии. *Вопросы психологии*. 1997. № 5. С. 3-19.
7. Бурлачук Л.Ф. Психодиагностика: Учебник для вузов. Київ. 2010. 384 с.
8. В. Франкл, Людина в пошуках справжнього сенсу. Психолог у концтаборі.:<https://is.gd/oZ8oC2>. Дата звернення: Серп. 10, 2023.
9. Василевська О.І. Психічне здоров'я особистості. Єдність навчання і наукових досліджень - головний принцип університету: збірник наукових праць звітно-наукової конференції викладачів університету за 2012 рік, 9-10 лютого 2013 року / укл. Г. І. Волинка, О. В. Уваркіна, О. П. Ємельянова. - Київ: Вид-во НПУ імені М. П. Драгоманова, 2013. - С. 289-291.
10. Васильева О. С., Филатов Ф.Р. Психология здоровья человека: эталоны, представления, установки: Учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений. - Харьков: Академия, 2001. 352 с.
11. Власенко І., Фурман В., Рева О., Канюка І., Психологічне здоров'я студентської молоді. Вінниця, Україна: ТВОРИ. 2022.
12. Всемирная декларация по здравоохранению ВОЗ. Копенгаген. 1998. С. 3-8.
13. Габышева В. Люди хаоса. Жить интересно. Режим доступа: <http://interesno.co/mag/96d13bb8d8d4>. Название с экрана. Дата публикации: 25 апреля 2014. Дата просмотра: 29.05.2016.
14. Галецька І. Критерії психологічного здоров'я. Вісник львівського університету. *Філософські науки*. 2007. Вип. 10. С. 317–328.
15. Галецька І.І. Психологічне здоров'я як критерій внутрішньої свободи. Психологічні студії Львівського університету. Зб. наук. праць. Львів. 2004. С.79–85.
16. Горват А.А., Молнар О.О., Мінькович В.В. Методи обробки експериментальних даних з використанням MS Excel: Навчальний посібник. Ужгород: УжНУ“Говерла”, 2019. 160 с.: URL:<https://dspace.uzhnu.edu.ua/jspui/bitstream/lib/47337/1/%D0%9C%D0%B5%D>

[1%82%D0%BE%D0%B4%D0%B8%20%D0%BE%D0%B1%D1%80%D0%BE%D0%B1%D0%BA%D0%B8\\_EXCEL.pdf](#) Дата звернення: 30.10.2024.

17. Громова Г. Інструменти вимірювання толерантності до невизначеності. Адаптація тесту «Шкала толерантності до невизначеності» Н. Карлетона. *Наукові студії із соціальної та політичної психології*. Вип. 47 (50). С.115-130.

18. Гусев А.И Проблематика научной классификации толерантности к неопределенности. *Наука і освіта*. № 5-6, 2005. С.35-45

19. Гусев А.І. До проблеми формування та розвитку толерантності до невизначеності. *Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова*. Сер. № 12, Психологічні науки. Київ, 2007. № 17 (41), ч. 1. С 101-113.

20. Гусев А. І. Практичні аспекти формування та розвитку толерантності до невизначеності. *Психологічні перспективи*. 2008. Вип. 11. С. 58 – 70.

21. Гусев А.І. (2022). До питання побудови експериментальної моделі вимірювання феномена толерантності до невизначеності. *Наукові праці Міжрегіональної Академії управління персоналом. Психологія*. (2 (18). 257-262. URL:<https://journals.maup.com.ua/index.php/psychology/article/view/1970> Дата звернення: 30.10.2024.

22. Даукша Л.М., Опарина М.В. О связи толерантности к неопределенности и стрессоустойчивости у студентов URL:[http://ekhsuir.kspu.edu/bitstream/handle/123456789/9209/%D0%94%D0%B0%D1%83%D0%BA%D1%88%D0%B0\\_%D1%82%D0%B5%D0%B7%D0%B8%D1%81%D1%8B.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://ekhsuir.kspu.edu/bitstream/handle/123456789/9209/%D0%94%D0%B0%D1%83%D0%BA%D1%88%D0%B0_%D1%82%D0%B5%D0%B7%D0%B8%D1%81%D1%8B.pdf?sequence=1&isAllowed=y) Дата звернення: 30.10.2024.

23. Дбаємо про психічне здоров'я: кілька порад, як його підтримати URL:<https://phc.org.ua/news/dbaymo-pro-psikhichne-zdorovya-kilka-porad-yak-yogo-pidtrimati> Дата звернення: 30.10.2024.

24. Євтушенко І.В. Психологічне здоров'я: поняття, критерії та рівні. *Вісник післядипломної освіти*. Вип. 25(54) Серія «Соціальні та поведінкові науки»;

Серія «Управління та адміністрування» (психол. 053, екон. 051, держ. управ. 281) (Категорія «Б») С.57 DOI [https://doi.org/10.58442/2522-9931-2023-25\(54\)56-69](https://doi.org/10.58442/2522-9931-2023-25(54)56-69).

25. Железнякова Е.Ю., Норік Л.О. Теорія ймовірностей та математична статистика : практикум. Харків : ХНЕУ ім. С. Кузнеця, 2019. 321 с.

26. Закон України «Основи законодавства України про охорону здоров'я» URL:<https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/2801-12#n23> Дата звернення: 30.10.2024.

27. Закон України «Про психіатричну допомогу» URL:<https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/1489-14#n14> Дата звернення: 30.10.2024.

28. Карамушка Л. та ін., Психологічні засади організаційного розвитку. Київ, Україна: Міленіум. 2013.

29. Климчук В.О. Математичні методи у психології. Навчальний посібник для студентів психологічних спеціальностей. Київ: Освіта України. 2019. 288 с.

30. Козлов А. Методика діагностика психологического здоровья. *Perspectives of Science and Education*. 2014. №6(12). С.110-117

31. Козлов А.В. Структура психологического здоровья: психосемантический подход. *Вестник Харьковского национального университета*. 2011. № 937. С. 130-133.

32. Концепція розвитку охорони психічного здоров'я в Україні на період до 2030 року. Схвалено розпорядженням Кабінету Міністрів України від 27 грудня 2017 р. № 1018-р. URL:<https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/1018-2017-%D1%80#Text> Дата звернення: 30.10.2024.

33. Корнилова Т.В. Новый опросник толерантности–интолерантности к неопределенности. *Психологический журнал*. 2010. Т. 31, № 1. С.74-86.

34. Корольчук М. С. Психологічне забезпечення психічного і фізичного здоров'я. Київ: Фірма «Інкос», 2002. 272 с.

35. Коцан І. Я. Психологія здоров'я людини / І. Я. Коцан, Г. В. Ложкін, М. І. Мушкевич ; за заг. ред. І. Я. Коцана. Луцьк: Вежа, 2011. 430 с.

36. Леонов И.Н. Толерантность к неопределенности как психологический феномен: история становления конструкта. *Вестник Удмурдского университета*. 2014. №4. С.43-52.

37. Литвин С.В. Толерантність до невизначеності як психологічний конструкт. *Psychological Journal*. № 1 (21). 2019. С. 90-107. ORCID ID: URL:<https://orcid.org/0000-0002-2859-1530> Дата звернення: 30.10.2024.

38. Ложкин Г. В., Носкова О. В., Толкунова И. В. Психология здоровья человека / ред. проф. В. И. Носкова. Севастополь: «Вебер», 2003. 257 с.

39. Луковицкая Е.Г. Социально-психологическое значение толерантности к неопределенности: автореф. дис. ... канд. психол. наук. Санкт-Петербург, 1998.

40. Лушин П. В. Личностные изменения как процесс: теория и практика. Одесса: Аспект, 2005. 334 с.

41. Лушин П. В. Хаос и неопределенность: от страдания – к росту и развитию: Монография. Киев, 2017. 144 с.

42. Лушин П. В. Гибридная жизнь: как выживать, когда все привычное рушится? Киев, 2014. 24с

43. Лушин П. Неопределенность, которую не толерируют. Теория и практика психотерапии. 3-5, Май 2016. Стр. 2-6.

44. Лушин П.В. Экологичная помощь личности в переходный период: экофасилитация. Монография. Киев, 2013. 296 с. (Серия «Живая книга» ; Т. 2).

45. Максименко С., Руденко Я., Кушнерьова А., Невмержицький В. Психічне здоров'я особистості. Київ, Україна: Вид-во Людмила, 2021.

46. Максименко С., Психічне здоров'я. Київ, Україна: Вид-во Людмила, 2021.

47. Маслоу А. Мотивация и личность. Санкт-Петербург: Евразия, 1999. 365 с.

48. Математико-статистичні методи в соціології та психо-логії : Навч. посіб. / А. Б. Телейко, Р. К. Чорней. К. : МАУП, 2007. 424 с. Бібліогр. : с. 411–412 .

49. Мельников В.Н. Введение в экспериментальную психологию личности / В.Н. Мельников, Л.Т. Ямпольский. М.: Просвещение, 1985. 319 с.

50. Методи аналізу та комп'ютерної обробки соціологічної інформації  
URL:<https://socio.karazin.ua/resources/f5254b737a4af24ad626177837848363.pdf>  
Дата звернення: 30.10.2024.

51. Методики дослідження психічного здоров'я та благополуччя персоналу організацій : психологічний практикум. Л. М. Карамушка, О. В. Креденцер, К. В. Терещенко, В. І. Лагодзінська, В. М. Івкін, О. С. Ковальчук; за ред. Л. М. Карамушки. Київ: Інститут психології імені Г.С. Костюка НАПН України, 2023. 76 с.

52. Методичні вказівки до виконання практичних робіт з навчальної дисципліни «Математична статистика. Математичні методи в психології» для здобувачів вищої освіти першого (бакалаврського) рівня за освітньо-професійною програмою «Психологія» спеціальності 053«Психологія» денної та заочної форм навчання. / Кушнір О. О., Кушнір В. П. Рівне : НУВГП, 2020. 76 с.

53. Митник Т. Особливості психічного здоров'я особистості: критерії та показники Психічне здоров'я особистості у кризовому суспільстві : зб. тез II Всеукр. наук.-практ. конф. / упор. Н. М. Бамбурак. Львів : Львівський державний університет внутрішніх справ, 2017. С. 269-271.

54. Міров Д.Р. Психічне здоров'я: поняття та структура  
URL:<http://eprints.zu.edu.ua/29605/1/Mirov%20Dmitro.pdf> Дата звернення: 30.10.2024.

55. Нечитайло І. С. Аналіз психологічних даних в SPSS: кореляційний аналіз. Лекція. ХНУВС, кафедра соціології та психології. 2023. 11с.

56. Осин Е.Н., Леонтьев Д. А. Краткие русскоязычные шкалы диагностики субъективного благополучия: психометрические характеристики и сравнительный анализ DOI:10.14515/monitoring.2020.1.06 *Мониторинг общественного мнения.* № 1 (155) январь-февраль 2020. С. 117-142

57. Осин Е.Н., Леонтьев Д.А. Апробация русскоязычных версий двух шкал экспрессоценки субъективного благополучия. Материалы III Всероссийского социологического конгресса. М.: Институт социологии РАН; Российское общество социологов, 2008. URL: [http://www.isras.ru/abstract\\_bank/1210190841.pdf](http://www.isras.ru/abstract_bank/1210190841.pdf) (последний доступ: 08.02.2020).

58. Павлик Н. В. Структура й критерії психологічного здоров'я особистості URL:<https://lib.iitta.gov.ua/id/eprint/732472/1/%D0%9F%D1%81%D0%B8%D1%85%D0%BE%D0%BB.%20%D1%96%20%D0%BE%D1%81%D0%BE%D0%B1%201-2022.pdf> Дата звернення: 30.10.2024.

59. Павлик Н., «Структура й критерії психологічного здоров'я». *Психологія і особистість*. №1(21). с.34–59. 2022.

60. Первомайский В.Б. Категории болезни, здоровья, нормы, патологии в психиатрии: концепции и критерии разграничения / В.Б. Первомайский, Е.Г. Карагодина, В.Р. Илейко, Е.А. Козерцкая. *Вісник психіатрії та психофармакотерапії*. 2003. № 1. С. 14–27.

61. Психічне здоров'я. Всесвітня організація охорони здоров'я. URL:<https://www.who.int/ru/news-room/fact-sheets/detail/mental-health-strengthening-our-response> Дата звернення: 30.10.2024.

62. Психологія здоров'я людини / За ред. І. Я. Коцана. Луцьк: РВВ "Вежа" Волин. нац. ун-ту ім. Лесі Українки, 2011. 430 с.

63. Рибянський В. Психічне здоров'я особистості як предмет психологічного дослідження. URL:<https://narkosumy.lic.org.ua/statti/psychichne-zdorov-ya-osobystosti-yak-predmet-psychologichnogo-doslidzhennya> Дата звернення: 30.10.2024.

64. Роджерс К. Взгляд на психотерапию. Становление человека. Москва, 1994. 236 с.

65. Рубинштейн С. Л. Человек и мир. Москва, 1973. 123 с.

66. Руководство практического психолога: Психическое здоровье детей и подростков в контексте психологической службы /Под ред. И.В.

Дубровиной./Ирина Викторовна Дубровина. 2-е изд. Москва: Академия, 1997. 176 с.

67. Руська Р.В.: Теорія імовірності та математична статистика в психології: Навч.посіб. Тернопіль. 2020. 112 с. URL: [http://dspace.wunu.edu.ua/bitstream/316497/38426/1/ТИМС\\_ПС.pdf](http://dspace.wunu.edu.ua/bitstream/316497/38426/1/ТИМС_ПС.pdf). Дата звернення: 30.10.2024.

68. Кошарний С. Феномен // Філософський енциклопедичний словник / В. І. Шинкарук (гол. редкол.) та ін. Київ : Інститут філософії імені Григорія Сковороди НАН України : Абрис, 2002. С. 665. 742 с. 1000 екз. ББК 87я2. ISBN 966-531-128-X.

69. Статут Всесвітньої організації охорони здоров'я від 22 липн 1946 року. URL:<https://regulation.gov.ua/documents/id64256> Дата звернення: 10.08.2023.

70. Структура и критерии психологического здоровья. 2021. URL: <https://narkosumu.lis.org.ua>. Дата звернення: 30.10.2024.

71. Талеб Н.Н. Антихрупкость. Как извлечь выгоду из хаоса. Харьков: КоЛибри, 2013. 768 с.

72. Татьянчиков А. О. Математичні методи в психології: навчальнометодичні рекомендації. Одеса: Фенікс, 2021. 48 с. URL: <http://dspace.onua.edu.ua/bitstream/handle/11300/14690/Методичні%20рекомендації%20Математичні%20методи%20в%20психології.pdf?sequence=1&isAllowed=y> Дата звернення: 30.10.2024.

73. Текст проєкту нового Кримінального кодексу України. Редакція від 02.07.2024 /Draft of the new Criminal Code of Ukraine URL:<https://newcriminalcode.org.ua/criminal-code> Дата звернення: 30.10.2024.

74. Терещенко Л.А. Як зберегти психічне здоров'я дітей 5 – 7 років /Людмила Анатоліївна Терещенко. К.: Редакції газет з дошкільної та початкової освіти. 2012. 104 с. (Бібліотека «Шкільного світу»).

75. Терещенко Л.А., Петровська Т.В. Психологічний підхід до визначення поняття «психічне здоров'я» суб'єктів взаємодії в освітньому просторі Актуальні

проблеми психології: збірник наукових праць Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України. Київ-Житомир: Вид-во ЖДУ ім. І. Франка, 2019. Том VI. Психологія обдарованості. Вип. 15. С. 340 – 348.

76. Ти як. Всеукраїнська програма ментального здоров'я за ініціативою Олени Зеленської. URL:<https://howareu.com/materials/shcho-take-mentalne-zdorovia> Дата звернення: 30.10.2024.

77. Томаржевська І. В. (2019). Феномен «толерантність до невизначеності» і його психологічний аналіз. Психологічний журнал, (1). URL:<http://psyj.udpu.edu.ua/article/view/152564> Дата звернення: 30.10.2024.

78. Триньова Я.О. Біоетика кримінально-правового забезпечення протидії злочинності: монографія. Харків. Право, 2019. 536 с.

79. У суботу, 16 грудня, в Києві Міністерство охорони здоров'я України і Європейське бюро ВООЗ підписали угоду про співробітництво на 2024-2025 роки URL:<https://www.ukrinform.ua/rubric-health/3801070-moz-i-evropejske-buro-vooz-pidpisali-dvoricnu-ugodu-pro-spivrobitnictvo.html> Дата звернення: 30.10.2024.

80. Феномен // Універсальний словник-енциклопедія. 4-те вид. Київ: Тека, 2006.

81. Фрейд З. Психология бессознательного / З. Фрейд ; науч. ред., вст. сл. М. Г. Ярошевский. Москва: Просвещение, 1989. 448 с.

82. Шаронова І.В. Психічне здоров'я особистості як предмет психологічного дослідження / Збірник наукових праць К-ПНУ імені Івана Огієнка, Інституту психології імені Г.С.Костюка НАПН України. *Проблеми сучасної психології*. 2013. Випуск 20. URL:<http://problemps.kpnu.edu.ua/wp-content/uploads/sites/58/2017/05/20-68.pdf> [Архівовано 20 вересень 2018 у Wayback Machine.]

83. Шефер Б. Социально-психологическая модель восприятия чужого / Б. Шефер, М. Скрабис, Б. Шлёдер. *Психология* : журн ВШЭ. 2004. Т. 1, № 1. С. 24–51.

84. Шульц Д. История современной психологии / Д. Шульц, С. Шульц. 2-е изд., перераб. и испр. Санкт-Петербург: Евразия, 2002. 532 с.

85. Эллис А., Драйден У. Практика рационально-эмоциональной поведенческой терапии. Санкт-Петербург, 2002. 352 с.

86. Юнг К. Г. Психологические типы. Санкт-Петербург: Ювента, 1995. 252с.

87. ЮНІСЕФ та Перша Леді Олена Зеленська провели стратегічну сесію щодо розвитку послуг із підтримки психічного здоров'я дітей  
URL:[https://www.unicef.org/ukraine/press-releases/unicef-first-lady-mental-health-strategic-](https://www.unicef.org/ukraine/press-releases/unicef-first-lady-mental-health-strategic-session#:~:text=%D0%9D%D0%B0%D1%86%D1%96%D0%BE%D0%BD%D0%B0%D0%BB%D1%8C%D0%BD%D0%B0%20%D0%BF%D1%80%D0%BE%D0%B3%D1%80%D0%B0%D0%BC%D0%B0%20%D0%BF%D1%81%D0%B8%D1%85%D1%96%D1%87%D0%BD%D0%BE%D0%B3%D0%BE%20%D0%B7%D0%B4%D0%BE%D1%80%D0%BE%D0%B2%D1%8F,%D0%BF%D0%BE%D0%B4%D1%96%D0%B9%2C%20%D0%B7%D0%B0%D0%BF%D0%BE%D0%B1%D1%96%D0%B3%D1%82%D0%B8%20%D1%80%D0%BE%D0%B7%D0%B2%D0%B8%D1%82%D0%BA%D1%83%20%D0%BF%D1%81%D0%B8%D1%85%D1%96%D1%87%D0%BD%D0%B8%D1%85%20%D1%80%D0%BE%D0%B7%D0%BB%D0%B0%D0%B4%D1%96%D0%B2)

session#:~:text=%D0%9D%D0%B0%D1%86%D1%96%D0%BE%D0%BD%D0%B0%D0%BB%D1%8C%D0%BD%D0%B0%20%D0%BF%D1%80%D0%BE%D0%B3%D1%80%D0%B0%D0%BC%D0%B0%20%D0%BF%D1%81%D0%B8%D1%85%D1%96%D1%87%D0%BD%D0%BE%D0%B3%D0%BE%20%D0%B7%D0%B4%D0%BE%D1%80%D0%BE%D0%B2%D1%8F,%D0%BF%D0%BE%D0%B4%D1%96%D0%B9%2C%20%D0%B7%D0%B0%D0%BF%D0%BE%D0%B1%D1%96%D0%B3%D1%82%D0%B8%20%D1%80%D0%BE%D0%B7%D0%B2%D0%B8%D1%82%D0%BA%D1%83%20%D0%BF%D1%81%D0%B8%D1%85%D1%96%D1%87%D0%BD%D0%B8%D1%85%20%D1%80%D0%BE%D0%B7%D0%BB%D0%B0%D0%B4%D1%96%D0%B2. Дата звернення: 30.10.2024.

88. Ярема Н.Ю. Психологічне здоров'я особистості. *Юридична психологія*. № 2. 2015. С.106-113

89. Allen, C.R, Holling, C.S. Novelty, adaptive capacity, and resilience. *EcolSoc*.2010.15(3):24. URL:<http://www.ecologyandsociety.org/vol15/iss3/art24/>. Дата звернення: 30.10.2024.

90. Avail T.R. The resilience : URL:[https://www.scirp.org/\(S\(351jmbntvnsjt1aadkposzje\)\)/reference/ReferencesPapers.aspx?ReferenceID=2357661](https://www.scirp.org/(S(351jmbntvnsjt1aadkposzje))/reference/ReferencesPapers.aspx?ReferenceID=2357661) Дата звернення: 10.08.2023.

91. Bakalis S., Joiner, T. Participation in tertiary study abroad programs: the role of personality. *International Journal of Educational Management*. 2004. Vol. 18(5). P. 286-291.

92. Berkes, F., Colding, J., and Folke, C. Navigating social–ecological systems: building resilience for complexity and change. *Cambridge University Press*, 2003.388p.

Retrieved from URL:<http://catdir.loc.gov/catdir/samples/cam033/2002022268.pdf> Дата звернення: 30.10.2024.

93. Budner S. Intolerance of Ambiguity as a Personality Variable / S. Budner. *Journal of Personality*. 1962. Vol. 30. P. 29-50

94. Chen C.C., Hooijberg R. Ambiguity intolerance and support for valuing diversity interventions. *Journal of Applied Social Psychology*. 2000. Vol. 30 (11). P. 2392-2408.

95. Clampitt P.G., Williams M.L. (2005). Conceptualizing and measuring how employees and organizations manage uncertainty. *Communication Research Reports*. 2005. Vol. 22 (4). P. 315-324.

96. Concepts in mental health URL:<https://www.who.int/news-room/factsheets/detail/mental-health-strengthening-our-response> Дата звернення: 30.10.2024.

97. DeRoma V., Martin K., Kessler M.L. The relationship between tolerance for ambiguity and need for course structure. *Journal of Instructional Psychology*. 2003. Vol. 30 (2). P. 104-109.

98. Diener E.D., Emmons R.A., Larsen R.J., Griffin S. (1985). The Satisfaction with Life Scale. *Journal of Personality Assessment*. Vol. 49. No. 1. P. 71-75. URL:[https://doi.org/10.1207/s15327752jpa4901\\_13](https://doi.org/10.1207/s15327752jpa4901_13). Дата звернення: 30.10.2024.

99. F. Perls, *The Gestalt Approach and Eye Witness to Therapy*. Rando House Publishing Group, 1976.

100. Frenkel-Brunswick E. Tolerance towards ambiguity as a personality variable. *The American Psychologist*. 1948. № 3. P. 268.

101. Furnham A., Ribchester T. Tolerance of ambiguity: A review of the concept, its measurement and applications. *Current Psychology*. 1995. Vol. 14 (3). P. 179-199.

102. Hallman R.J. The Necessary and Sufficient Conditions of Creativity // In J. C. Gowanet al. (Eds.) *Creativity: Its Educational Implications*. New York: Wiley, 1967

103. Hazen B. T., Overstreet R. E., Jones-Farmer L. A., Field H. S. The role of ambiguity tolerance in consumer perception of remanufactured products. *International Journal of Production Economics*. 2012. Vol. 135 (2). P. 781-790  
URL:[https://studme.org/137466/psihologiya/struktura\\_kriterii\\_psihologicheskogo\\_zdorovya](https://studme.org/137466/psihologiya/struktura_kriterii_psihologicheskogo_zdorovya). Дата звернення: 30.10.2024.

104. Kajs L.T., Mccollum D.L. Dealing with ambiguity: assessment of tolerance for ambiguity in the context of school leadership. *Educational Leadership*. 2010. Vol. 14 (Special Issue). P.77-91.

105. Keyes C. L.M. (2009) Atlanta: Brief Description of the Mental Health Continuum Short Form (MHC-SF). URL:<http://www.sociology.emory.edu/ckeyes/> (accessed: 08.02.2020)

106. Lakhana A. Tolerance of Ambiguity in Educational Technology: A Review of Two Social Science Concepts. Masters thesis, Concordia University. 2012.

107. Lane M.S., Klenke K. The ambiguity tolerance interface: A modified social cognitive model for leading under uncertainty. *Journal of Leadership & Organizational Studies*. 2004. Vol. 10 (3). P. 69-81.

108. Litman J.A. Relationships between measures of I- and D-type curiosity, ambiguity tolerance, and need for closure: An initial test of the wanting-liking model of information-seeking. *Personality and Individual Differences*. 2010. Vol. 48 (4). P. 397-402.

109. Lushyn, P., & Borrelli, S. ([2003]). Rediscovery of EMDR: In search of a rationale. *The EMDR Practitioner*. Retrieved from URL:<http://www.emdr-practitioner.net> on 12/27/2008

110. Lyubomirsky S., Lepper H.S. (1999) A Measure of Subjective Happiness: Preliminary Reliability and Construct Validation. *Social Indicators Research*. Vol. 46. No. 2. P. 137-155. URL:<https://doi.org/10.1023/a:1006824100041>. Дата звернення: 30.10.2024.

111. MacDonald A.P. Revised scale for ambiguity tolerance: reliability and validity. *Psychological Reports*. 1970. Vol. 26. P. 791-798

112. Madhubalan Viswanathan. Individual differences in need for precision. *Personality & Social Psychology Bulletin*. July 1997. v23 n7. p717(19).

113. Mclain D.L. The MSTAT-I: A new measure of an individual's tolerance for ambiguity. *Educational and Psychological Measurement*. 1993. Vol. 53 (1). P. 183.

114. Merenluoto K., Lehtinen E. Number concept and conceptual change: Towards a systemic model of the processes of change. *Learning and Instruction*. 2004. Vol. 14(5). P. 519-534.

115. Naemi B.D., Beal D.J., Payne S.C. Personality predictors of extreme response style. *Journal of Personality*. 2009. Vol. 77 (1). P. 261-286

116. Nancy Huber An experiential leadership approach for teaching tolerance for ambiguity. *Journal of Education for Business*. Sept-Oct 2003 v79 i1 p52(4).

117. Norton R.W. Measure of ambiguity tolerance. *Journal of Personality Assessment*, 1975. Vol. 39 (6). P. 607-619.

118. Owen William and Robert Sweeney. Ambiguity Tolerance, Performance, Learning, and Satisfaction: A Research Direction. URL:<http://isedj.org/isecon/2002/242c/ISECON.2002.Owen.txt> Дата звернення: 30.10.2024.

119. Perls F., *The Gestalt Approach and Eye Witness to Therapy*. Random House. 350 p.

120. Prigogine, I., Stengers, I. *Order out of chaos*. New York: Bantam, 1984. 421 p.

121. Publishing Group, 1976. [Online]. URL:[https://www.scirp.org/\(S\(351jmbntvnsjt1aadkposzje\)\)/reference/ReferencesPapers.aspx?ReferenceID=2357661](https://www.scirp.org/(S(351jmbntvnsjt1aadkposzje))/reference/ReferencesPapers.aspx?ReferenceID=2357661) Дата звернення:10.08.2023.
122. Rotter N.G., O'Connell A.N. The relationships among sex-role orientation, cognitive complexity and tolerance for ambiguity. *Sex Roles*. 1982. Vol. 8 (12). P. 1209-1220.
123. Sallot L.M., Lyon L.J. Investigating effects of tolerance-intolerance of ambiguity and the teaching of public relations writing: A quasi-experiment. *Journalism and Mass Communication Educator*. 2003. Vol. 58 (3). P. 251-272.
124. Sidanius J. Intolerance of ambiguity and socio politico ideology: A multidimensional analysis. *European Journal of Social Psychology*. 1978. Vol. 8. P. 215-235.
125. Stoycheva K. Talent, Science and Education: How Do We Cope with Uncertainty and Ambiguities. Institute of Psychology, Bulgarian Academy of Sciences Acad. G. Bonchev St., Blok 6, Floor 5, Sofia 1113, Bulgaria.
126. Trottier M., Roberts W., Drmic I., Scherer S. W., Weksberg R., Cytrynbaum C., Chitayat D. et al. Parents' perspectives on participating in genetic research in autism. *Journal of Autism and Developmental Disorders*. 2013. Vol. 43 (3). P. 556-568.
127. Våpenstad, E. V. The ambiguity of the psychoanalytic situation and its relation to the analyst's reverie. *Psychoanalytic Psychology*. 2010. Vol.27(4). P.513–535.
128. Virginia M. DeRoma, Kanetra M. Martin, Maria Lynn Kessler The relationship between tolerance for ambiguity and need for course structure. *Journal of Instructional Psychology*. June, 2003.P. 24-48.
129. Visser Muriel "Inverted Commas": A Critical Reflection on Ambiguity in the Context of HIV/AIDS. Florida State University and the Learning Development Institute URL:<http://www.learndev.org/ambiguity.html> Дата звернення: 30.10.2024.

130. Wieland–Burstion, J. Chaos and Order in the world of the Psyche. London: Routledge. 1992. 144p.
131. William J. O'Malley A tolerance for ambiguity. (Catholicism) (Cover Story). *America*. Oct 2. 1993. v169. n9 p7(7).
132. Yusra Laila Visser Ambiguity in Learning: Issues and Implications for Instructional Design Learning Development Institute Florida Atlantic University URL:<http://www.learndev.org/ambiguity.html> Дата звернення: 30.10.2024.
133. Żemojtel-Piotrowska M., Piotrowski J., Osin E. N., Ciecuch J. Et set. Mental Health Continuum-Short Form: The Structure and Application for Cross-Cultural Studies. *Journal of Clinical Psychology*. Vol. 74. No. 6. P. 1034-1052. URL:<https://doi.org/10.1002/jclp.22570> Дата звернення: 30.10.2024.
134. Zenasni F., Besanson M., Lubart T. Creativity and tolerance of ambiguity: An empirical study. *Journal of Creative Behavior*/ 2008. Vol. 42(1). P. 61-73.
135. Zhu D., Xie X., Xie J. (2012). When do people feel more risk? The effect of ambiguity tolerance and message source on purchasing intention of earthquake insurance. *Journal of Risk Research*. 2012. Vol. 15(8). P. 951-965.

## ДОДАТКИ

### Додаток А

#### Приклад однієї із 90 заповнених та оброблених анкет

##### 1.

Ч/ж (підкреслити), вік 50, статус працює, освіта вища, у шлюбі: так/ні (підкреслити)

#### І. ТН/ІТН (Баднер)

|      |   |   |   |   |   |   |   |
|------|---|---|---|---|---|---|---|
| №    | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| Пит. |   |   |   |   |   |   |   |

|    | Категорично<br>ні | Майже<br>ні | Скоріше<br>ні | Не<br>знаю | Скоріше<br>так | Майже<br>так | Однозначно<br>так |
|----|-------------------|-------------|---------------|------------|----------------|--------------|-------------------|
| 1  |                   |             |               |            | + 5            |              |                   |
| 2  |                   |             |               |            | + 3            |              |                   |
| 3  |                   |             |               | + 4        |                |              |                   |
| 4  |                   |             | + 5           |            |                |              |                   |
| 5  |                   |             |               |            | + 5            |              |                   |
| 6  |                   |             | + 5           |            |                |              |                   |
| 7  |                   |             |               |            | + 5            |              |                   |
| 8  |                   |             | + 5           |            |                |              |                   |
| 9  |                   |             |               | + 4        |                |              |                   |
| 10 |                   |             |               |            |                | + 2          |                   |
| 11 |                   |             | + 3           |            |                |              |                   |
| 12 |                   | + 6         |               |            |                |              |                   |
| 13 |                   |             |               |            |                | + 6          |                   |
| 14 |                   | + 6         |               |            |                |              |                   |
| 15 |                   |             |               |            |                |              | + 7               |
| 16 |                   |             |               |            |                |              | + 7               |

**Всього: 78 ВИСОКА ІТВ!**

Новизна (N): 16

Складність (С): 47

Неможливість розв'язання (I): 15

Сер. Значення 44-48

## II. ІМПЗ

(проставте +(так)/- (ні) поряд з номером питання)

|      |      |      |      |      |      |      |      |      |
|------|------|------|------|------|------|------|------|------|
| 1.+  | 11.- | 21.- | 31.- | 41.- | 51.- | 61.+ | 71.- | 81.- |
| 2.-  | 12.+ | 22.+ | 32.+ | 42.- | 52.- | 62.+ | 72.- | 82.- |
| 3.-  | 13.+ | 23.+ | 33.+ | 43.- | 53.- | 63.- | 73.+ | 83.+ |
| 4.-  | 14.- | 24.- | 34.+ | 44.- | 54.- | 64.+ | 74.- | 84.- |
| 5.-  | 15.- | 25.+ | 35.- | 45.+ | 55.+ | 65.+ | 75.- | 85.- |
| 6.+  | 16.+ | 26.+ | 36.+ | 46.+ | 56.+ | 66.+ | 76.- | 86.- |
| 7.+  | 17.+ | 27.+ | 37.+ | 47.- | 57.+ | 67.+ | 77.- |      |
| 8.+  | 18.- | 28.- | 38.+ | 48.+ | 58.+ | 68.+ | 78.+ |      |
| 9.-  | 19.- | 29.+ | 39.- | 49.+ | 59.+ | 69.+ | 79.- |      |
| 10.- | 20.- | 30.+ | 40.- | 50.+ | 60.+ | 70.- | 80.+ |      |

**СТВ** 9 – високий;

**ПВ** 6 - сер;

**ТВ** 4 - сер., ближче до низьк

**ДВ** 6 - сер.

**ЯВ** 4 - сер., ближче до низьк.;      **ІВ** 6 - високий  
**СВ** 3 - сер., ближче до низьк.;      **ГВ** 6 - сер., ближче до низьк.

**Висновок:** можливо живе майбутнім, ніж сьогоднішнім. Ітелектуальним рівнем задоволений, у шлюбі і людях, можливе розчарування....

### III. Спектр психологічного здоров'я

| № Пит. | Від-дь |                                       | № Пит. | Від-дь |  |   | Примітка          |
|--------|--------|---------------------------------------|--------|--------|--|---|-------------------|
| 1.     | 1      | <b>Емоційне зд.</b><br>7 3 15 сер.    | 9.     | 1      | <b>Пси. Зд.</b><br>6 з 30<br><b>Низьк.</b> | <b>Всього: 18</b><br>Сер. 35<br>Макс.70<br>Мін. 0 | <b>Нижче сер.</b> |
| 2.     | 3      |                                       | 10.    | 2      |  |   |                   |
| 3.     | 3      |                                       | 11.    | 1      |  |   |                   |
| 4.     | 2      | <b>Соціальне зд.</b><br>5 3 25 низьк. | 12.    | 0      |  |   |                   |
| 5.     | 2      |                                       | 13.    | 1      |  |   |                   |
| 6.     | 0      |                                       | 14.    | 1      |  |   |                   |
| 7.     | 1      |                                       | -      | -      |  |   |                   |
| 8.     | 0      |                                       |        |        |  |   |                   |

### IV. Шкала задоволення життям Е. Дінера

Проставте в таблицю бали, відповідно до умов тесту

| № Пит. | Від-дь | Примітка   |                   |
|--------|--------|--|-------------------|
| 1.     | 1      | <b>Нижче сер</b><br><b>Майже не задоволений життям</b> |                   |
| 2.     | 2      |  | Макс 35           |
| 3.     | 3      |  | Мін 7             |
| 4.     | 3      |  | Сер 17            |
| 5.     | 5      |  | <b>Всього: 14</b> |

### V. Шкала суб'єктивного щастя за С. Любомирськи

Проставте в таблицю бали, відповідно до умов тесту

| № Пит. | Від-дь | Примітка            |         |
|--------|--------|---------------------|---------|
| 1.     | 2      | <b>Не щасливий!</b> |         |
| 2.     | 1      |                     | Макс 28 |
| 3.     | 1      |                     | Мін 4   |
| 4.     | 3      |                     | Сер 14  |

|                  |
|------------------|
| <b>Всього: 7</b> |
|------------------|

## **Додаток Б**

### **Використані методики.**

Опитування кожної особи розпочиналось з опитувальника *«Виявлення толерантності до невизначеності»* за С. Баднером. Адже необхідно було встановити у особи ключову ознаку – толерантність/інтолерантність до невизначеності. Наступні методики: тест *«Індивідуальна модель психологічного здоров'я»* по А.Козлову [30]; опитувальник *«Виявлення толерантності до*

невизначеності» за С. Баднером [51]; опитувальник «Спектр психологічного здоров'я» [56]; шкала задоволеності життям Е. Дінера (ШЗЖ) [98, 56] та шкала суб'єктивного щастя С. Любомирськи (ШСЩ) [110, 56] – були спрямовані на виявлення складових психологічного здоров'я та їх якості.

Опитувальник ТН Баднера був обраний серед інших можливих методик вимірювання рівня ТН/ІТН через його поширеність і достатню, вивірену часом опробовуваність. Цей опитувальник відноситься до так званої першої хвилі методик, створений в 1962 році і відноситься до загальнопсихологічних тестів. Як зазначає А. Громова, опитувальники цього типу найчастіше використовуються для вивчення ТН/ІТН у співвіднесенні з іншими психологічними властивостями [56], що власне нам і було потрібно. До слова, опитувальники «другої хвилі», психолого-соціологічні, призначалися для дослідження толерантності до невизначеності в різних країнах. Вони вивчали характерне для того чи того суспільства ставлення до невизначеності і з'явилися в 1980-х - на початку 2000-х років (в межах нашого дослідження вони нам не потрібні). «Третя хвиля» – це опитувальники, розроблені для прояснення ролі інтолерантності до невизначеності як чинника розвитку негативних емоційних станів та неадаптивних копінг-стратегій у межах так званої трансдіагностичної моделі формування психічних розладів. Процес їх створення розпочався в 1994 р. і триває дотепер. Ці опитувальники також не відображають змісту нашого дослідження [56].

Сам опитувальник С. Баднера в українській адаптації був взятий з психологічного практикуму за редакцією Л. Карамушкі [51, с.38]. Методика містить 16 тверджень та вимірює ступінь ТН/ІТН. Тест С. Баднера визначає три джерела невизначеності (новизна, складність, нерозв'язність), які провокують тривогу в різних ситуаціях. Саме за цими шкалами вимірюється загальне значення ТН/ІТН.

Опитувана особа має виразити ступінь своєї згоди чи незгоди з наведеними нижче твердженнями, керуючись запропонованою в тесті шкалою оцінок: 1.

Категорично не згодний; 2. Майже не згодний; 3. Скоріше не згодний; 4. Невизначене ставлення; 5. Скоріше згодний; 6. Майже згодний; 7. Цілком згодний [51].

Кожній шкалі відповідає свій номер питання. Загальний результат є сумою значень за всіма шкалами.

Обробка результатів відповідей здійснюється за відповідною методикою: парні пункти мають бути обраховані за зворотною шкалою [51].

Пряма шкала:

- 1 – категорично не згодний;
- 2 – майже не згодний;
- 3 – скоріше не згодний;
- 4 – невизначене ставлення;
- 5 – скоріше згодний;
- 6 – майже згодний;
- 7 – цілком згодний.

Зворотна шкала:

- 7 – категорично не згодний;
- 6 – майже не згодний;
- 5 – скоріше не згодний;
- 4 – невизначене ставлення;
- 3 – скоріше згодний;
- 2 – майже згодний;
- 1 – цілком згодний.

Високий результат свідчить про високий ступінь інтолерантності (нетерпимості) до невизначеності. Середні значення: 44-48 [51], що можуть означати середній рівень ТН, що вище показник, то більш інтолерантним до невизначеності вважається респондент.

Текст опитувальника:

1. Експерт, який не може надати чіткої відповіді, скоріше за все, недостатньо компетентний.
2. Мені хотілося б пожити певний час в іншій країні.
3. Немає проблем, яких не можна розв'язати.
4. Люди, які керуються в житті якою-небудь програмою, позбавлені майже всіх радощів життя.
5. Хороша робота – це така, коли абсолютно зрозуміло, що і як робити.
6. Розв'язувати складні проблеми цікавіше, ніж вирішувати прості питання.
7. У довготривалій перспективі послідовне розв'язання низки невеликих простих проблем забезпечує більший зиск, аніж розв'язання великих та складних проблем.
8. Часто найбільш цікавими та такими, що стимулюють діяльність, людьми виявляються саме ті люди, котрі не відрізняються оригінальністю.
9. Те, що ми вже використали, завжди має більші переваги, ніж щось невідоме.
10. Люди, які наполягають на отриманні однозначних відповідей типу «так» чи «ні», не знають всієї складності реальних речей.
11. Людина, що веде виважене життя, в якому немає місця несподіванкам, заслуговує на велику повагу.
12. Багато з наших найбільш важливих рішень у житті викликані браком інформації.
13. Мені подобаються такі вечірки, де більшість учасників мені знайома, ніж ті, де всі чи більшість людей мені зовсім не знайомі.
14. Викладачі чи наставники, які не висувають великих вимог до учнів, не обмежують їх ініціативи та проявів індивідуальності.
15. Чим раніше ми прийдемо до єдності цінностей та ідеалів, тим краще.
16. Хороший учитель той, хто допомагає нам набувати власного погляду на стан речей [51].

Опитувальник Визначення рівня толерантності до невизначеності  
за С. Баднером [51]

| Шкала новизни (N)               |      | Шкала складності (С) |      | Шкала неможливості розв'язання (І) |      |
|---------------------------------|------|----------------------|------|------------------------------------|------|
| Питання                         | Бали | Питання              | Бали | Питання                            | Бали |
| 2                               |      | 4                    |      | 1                                  |      |
| 9                               |      | 5                    |      | 3                                  |      |
| 11                              |      | 6                    |      | 12                                 |      |
| 13                              |      | 7                    |      |                                    |      |
|                                 |      | 8                    |      |                                    |      |
|                                 |      | 10                   |      |                                    |      |
|                                 |      | 14                   |      |                                    |      |
|                                 |      | 15                   |      |                                    |      |
|                                 |      | 16                   |      |                                    |      |
| Сума N                          |      | Сума С               |      | Сума І                             |      |
| Загальний результат=<br>N +C+I= |      |                      |      |                                    |      |

Наступним в анкеті інструментом діагностики психологічного здоров'я був *тест «Індивідуальна модель психологічного здоров'я»* по А.Козлову [30].

Розробка даної методики ґрунтується на результатах дослідження психологічного здоров'я [31], що дозволили репрезентувати його структуру. Згідно з даними дослідження, структура психологічного здоров'я представлена рядом сфер його реалізації, а саме: душевна рівновага, просоціальна орієнтація, фізичне благополуччя, гуманістична позиція, прагнення бути собою, творче самовираження, сімейний благополуччя, духовність, орієнтація на ціль, інтелектуальне вдосконалення [31, с.111].

При конструюванні автор цієї методики використовував індуктивну стратегію створення опитувальників, яка «передбачає використання факторного аналізу або інших статистичних процедур заснованих на кореляційних зв'язках.

Головна особливість індуктивної стратегії полягає в тому, що дослідник ніби дозволяє даним говорити самим за себе» [7, с. 166].

Отже, вихідними ознаками досліджуваного феномена (психологічне здоров'я) в цій методиці виступили позначені вище десять сфер реалізації психологічного здоров'я, які будучи виявленими емпірично задовольняють наступним вимогам:

- повнота опису (досягнута завдяки використанню вільного асоціативного емпіричного дослідження в основі репрезентації структури психологічного здоров'я; асоціативний експеримент продовжувався до повного вичерпання асоціацій);
- економність опису (досягнута за рахунок застосування кластерного аналізу при репрезентації структури психологічного здоров'я, дозволив максимально стиснути вихідні перемінні з мінімальною втратою інформативності);
- структурованість системи ознак (відомий внесок кожної зі сфер у загальну модель психологічного здоров'я);
- кількісна визначеність ознак (кожна з ознак виражається в кількісній шкалі) [49; 31, с.111].

Мета цієї методики – виявлення індивідуальної моделі психологічного здоров'я.

При розробці специфікації тесту змістовними областями виступали сфери психологічного здоров'я, а маніфестаціями - конструкти які утворили цю сферу у результаті кластерного аналізу [49; 31, с.111].

Відсоткова вага змістових областей була розподілена таким чином: просоціальна орієнтація – 15%; прагнення бути собою - 15%; творче самовираження – 10%; духовність – 10%; інтелектуальне вдосконалення – 10%; сімейний добробут – 5%; врівноваженість – 5%; гуманістична позиція – 15%; орієнтація на мету – 5%; фізичне благополуччя – 10% [31, с.111].

Методика складається з 86-ти тверджень (нижче наводяться), на які потрібно надати відповідь так/ні і які так розподілено за 8-ми шкалами методики:

- стратегічний вектор – 13 тверджень;
- просоціальний вектор – 13 тверджень;
- Я-вектор – 11 тверджень;
- творчий вектор – 11 тверджень;
- духовний вектор – 11 тверджень;
- інтелектуальний вектор – 10 тверджень;
- сімейний вектор – 9 тверджень;
- гуманістичний вектор – 8 тверджень [31, с.113].

Методика «індивідуальна модель психологічного здоров'я» стандартизована, що допускає пряме порівняння результатів обстежуваного з іншими тестами і дозволяє рекомендувати методику до використання практичними психологами [31, с.114].

Також створено психометричний паспорт методики, що вказує на її психометричну обґрунтованість, що дозволяє рекомендувати цю методику до використання у дослідженнях психологічного здоров'я [31, с.114].

Враховуючи викладене і було обрано цей інструмент дослідження.

Перелік питань «Індивідуальної моделі психологічного здоров'я»:

1. Для мене не проблема налаштується на робочий стан.
2. Друзі просять у мене поради перед майбутньою важливою бесідою.
3. Я користуюсь кожною можливістю висловити свою точку зору.
4. Я маю два і більше різних хобі.
5. Я вірю в долю.
6. Я люблю ігри на ерудицію.
7. Головне, щоб я розумів зміст своїх дій, а не моя сім'я.
8. Якщо людині погано, то її треба вислухати, а не давати поради.
9. Якщо й ставити собі якісь цілі, то на мільйон.
10. Я дотримуюся прийнятих правил, навіть якщо вони мені не подобаються.
11. Якщо я щось говорю, значить я зможу це аргументувати.

12. Я не розумію людину пів години любується однією і тією ж картиною.
13. У мене є духовний наставник.
14. Немає такої діяльності, яку я не зміг би освоїти при адекватному навчанні.
15. Мене засмучує якщо в сім'ї щось відбувається без узгодження зі мною.
16. Якщо людина здатна на підлість, вона не гідна прощення.
17. Я не виявляю нервовість у ситуації очікування.
18. Мене бентежить велике скупчення людей.
19. Якщо я програв то неодмінно шукатиму можливість відігратися.
20. Я маю захоплення, що потребує творчого підходу.
21. Краще шлюб із розрахунку, ніж бідне існування.
22. Мене легко зацікавити новим матеріалом.
23. Я не готовий жертвувати сімейними заходами заради корпоративних.
24. Якби погана людина не вчинила, зрештою я її пробачу.
25. У житті багато залежить від того, наскільки тобі пощастить.
26. Я не отримую задоволення від публічних виступів.
27. Я не завжди можу пояснити чому вважаю саме так.
28. Мої знайомі захоплюються моєю творчістю.
29. Розлучені, але багаті батьки здатні дати більше своїй дитині ніж благополучні та бідні.
30. Взнявшись за новий матеріал, я важко розумію скільки часу знадобиться на його освоєння.
31. Якщо в сім'ї один із подружжя переходить на крик, то другий повинен стримуватися.
32. Якщо у людини проблема я швидше запропоную реальну допомогу, ніж візьму роль «жилетки».
33. Останнім часом оточуючі виявляли до мене ставлення, якого я не заслужив (добре чи погане).
34. Я віддаю перевагу галасливим вечіркам тихим сімейним святкам.

35. Наявність своєї точки зору важливіша, ніж уміння її аргументувати.
36. Я не піду на виставку, якщо вона не має відношення до моїх інтересів.
37. До кожної живої рослини потрібно ставитися з такою самою повагою як до людини.
38. Така річ як нездатність до математики існує.
39. Коли я не можу пояснити близьким, що саме мене турбує, я дуже засмучуюсь.
40. Емоційна підтримка важливіша за матеріальну.
41. Ціль потрібно або досягати повністю, або відмовлятися від неї.
42. «Людина вміє прощати» – це про мене.
43. Я неодноразово чув від людей, що привертаю до себе надто багато уваги.
44. Якщо я не виявляю себе в житті, то тільки тому, що не займаюся улюбленою справою.
45. Я радий, якби мої батьки жили за кордоном і забезпечували мене.
46. Мій девіз "Все в житті знати неможливо".
47. Я беру участь у всіх сімейних справах, хай навіть не чоловічих (не жіночих).
48. Навіть погана людина гідна того, щоб її зрозуміли та прийняли.
49. Я приймаю раціональні рішення навіть у нестандартній ситуації.
50. У суперечці я оперую частіше аргументами, ніж криком.
51. Я не спілкуватимуся з людиною, яка говорить А і не може сказати Б.
52. Я не куплю річ тільки через те, що вона приваблива зовні.
53. Я вірю в чудові одужання.
54. Найчастіше я планую свій день.
55. Вибираючи між своїм особистим захопленням та загальносімейним, я оберу останнє.
56. Жертвувати своїми інтересами, заради інтересів іншого, прояв слабкості.
57. Я приймаю комплімент на свою адресу, навіть якщо не заслужив його.
58. Для мене не проблема завести знайомство на вулиці.

59. Я прагматична людина і знаю межу своїх можливостей.
60. Прояв творчості потребує певних умов.
61. Дати людині духовну підтримку означає дати їй щось більше, ніж допомога.
62. Мене цікавить тільки те знання, яке я зможу застосувати на практиці.
63. Якщо одне із подружжя має власне захоплення, він повинен докласти всіх зусиль щоб другий знайшов своє.
64. Мене дратують люди, які поводяться не так як належить.
65. Мене легко вивести з себе.
66. Я віддаю перевагу холодній війні переговорам.
67. Поки я не досягну свого, не заспокоюся.
68. Якби я мав більше можливостей, я вибрав би інший життєвий шлях.
69. Полювання – це варварство.
70. Мені легше ніж іншим дається вивчення нового матеріалу.
71. Я займаюся і займатимуся тільки тим, що приносить користь моїй сім'ї.
72. Якщо я давав собі обіцянку, то обов'язково виконував її.
73. Якщо я порушую якесь правило, то задля необхідності, а не заради задоволення.
74. У ситуації де інший би промовчав, я скажу.
75. Я швидше придбаю більш гарну річ, ніж практичнішу.
76. Я не розмовлятиму з людиною про проблему, якщо вона не може допомогти з її вирішенням.
77. Мене приваблюють дослідні проекти.
78. Я легко переносю самотність.
79. Роль тамади швидше за все не принесла б мені задоволення.
80. Вміти виграти важливіше, ніж вміти програти.
81. Мене однаково приваблює і читання літератури та спілкування з людьми.
82. Між букетом і віршами я віддав би перевагу на свою адресу другу.

83. Я завжди нервуюсь якщо мені доводиться стояти в черзі.

84. Я вмію явно конфліктні ситуації переводити в конструктивне русло.

85. Після того як мене відволікли я легко повертаєтесь до перерваної діяльності.

86. Про мене говорять «Добре вихована людина» [31, с.114-116].

Ключ до методики "Індивідуальна модель психологічного здоров'я" [31, с.116].

|     |    |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |
|-----|----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|
| СтВ | 1+ | 9-  | 17+ | 25- | 33- | 41- | 49+ | 57+ | 65- | 72+ | 78+ | 83- | 85+ |
| ПВ  | 2+ | 10+ | 18- | 26- | 34+ | 42+ | 50+ | 58+ | 66- | 73+ | 79- | 84+ | 86+ |
| ЯВ  | 3+ | 11+ | 19- | 27- | 35- | 43+ | 51+ | 59- | 67- | 74+ | 80- |     |     |
| ТВ  | 4+ | 12- | 20+ | 28+ | 36- | 44- | 52- | 60- | 68- | 75+ | 81+ |     |     |
| ДВ  | 5+ | 13+ | 21- | 29- | 37+ | 45- | 53+ | 61+ | 69+ | 76- | 82+ |     |     |
| ІВ  | 6+ | 14+ | 22+ | 30- | 38- | 46- | 54+ | 62- | 70+ | 77+ |     |     |     |
| СВ  | 7- | 15+ | 23+ | 31+ | 39+ | 47+ | 55+ | 63+ | 71+ |     |     |     |     |
| ГВ  | 8+ | 16- | 24+ | 32- | 40+ | 48+ | 56- | 64- |     |     |     |     |     |

СтВ – Стратегічний вектор

ПВ – Просоціальний вектор

ЯВ – Я-вектор

ТВ – Творчий вектор

ДВ – Духовний вектор

ІВ – Інтелектуальний вектор

СВ – Сімейний вектор

ГВ – Гуманістичний вектор

Шкала для переведення сирих балів у стіни [31, с.116].

| Рівень | Стіни | Первинні оцінки |    |    |    |    |    |    |    |
|--------|-------|-----------------|----|----|----|----|----|----|----|
|        |       | СтВ             | ПВ | ЯВ | ТВ | ДВ | ІВ | СВ | ГВ |

|          |    |       |       |       |       |     |      |     |     |
|----------|----|-------|-------|-------|-------|-----|------|-----|-----|
| Низький  | 1  | 0-1   | 0-1   | 0-1   | 0-1   | 0-2 | 0    | 0   | 0-1 |
|          | 2  | 2     | 2-3   | 2     | 2     | 3   | 0    | 1   | 2   |
|          | 3  | 3     | 4     | 3     | 3     | 4   | 1    | 2   | 3   |
| Середній | 4  | 4     | 5     | 4     | 4     | 5   | 2    | 3   | 4   |
|          | 5  | 5     | 6-7   | 5     | 5     | 6   | 3    | 4   | 5   |
|          | 6  | 6     | 8     | 6     | 6     | 7   | 4    | 5   | 6   |
|          | 7  | 7     | 9     | 7     | 7     | 8   | 5    | 6   | 7   |
| Високий  | 8  | 8     | 10-11 | 8     | 8     | 9   | 6    | 7-8 | 8   |
|          | 9  | 9     | 12    | 9     | 9     | 10  | 7    | 9   | 8   |
|          | 10 | 10-13 | 13    | 10-11 | 10-11 | 11  | 8-10 | 9   | 8   |

Наступним інструментом є опитувальник «Спектр психологічного здоров'я» [56, 105].

Спектр психологічного здоров'я (МНС) [105] спирається на модель континууму психологічного здоров'я К. Кіза, за якою психологічне здоров'я та психічна хвороба являють собою незалежні (ортогональні) вимірювання. Опитувальник включає 14 тверджень, що описують різні переживання, частоту яких за минулий місяць респондентам пропонується оцінити за 6-бальною шкалою (ніколи; 1-2 рази в місяць; приблизно 1 раз на тиждень; приблизно 2-3 рази на тиждень; майже щодня; щодня). Твердження згруповані в три шкали: емоційне гедоністичне благополуччя (твердження 1-3, що відображають позитивні емоції), соціальне евдемонічне благополуччя (твердження 5-8, що відображають внесок у суспільство, відчуття належності, розвитку, прийняття та зв'язності суспільства), психологічне евдемонічне благополуччя (твердження 9-14, зміст яких відповідає компонентам моделі психологічного благополуччя К. Ріфф і відображає прийняття себе, управління оточенням, позитивні відносини, особистісне зростання, автономію та наявність мети в житті) [133].

Дослідники Е.Осін та Д.Леонтьєв, алізували цей інструмент і дійшли висновку про достатньо високі психометричні характеристики (структурну валідність та високу надійність результатів показників цієї методики, очевидну і конвергентну валідність) та рекомендували для використання в психологічних, соціологічних та міждисциплінарних дослідженнях [56].

Враховуючі наведене, цей інструмент був обраний для наявного дослідження.

Повний текст опитувальника представлений нижче:

За минулий місяць на скільки часто ви відчували....

1. Щастя.
2. Інтерес до життя.
3. Задоволення життям.
4. Що Ви можете зробити щось важливе для суспільства.
5. Що Ви є частиною спільності (групи, колективу, району тощо).
- 6.Що жити в нашому суспільстві добре (або стає кращим) для всіх людей.
7. Що люди по суті добрі.
- 8.Що наше суспільство живе за розумними для Вас принципами.
9. Що Ви, здебільшого, задоволені самим собою.
10. Що Ви успішно справляєтеся зі своїми повсякденними обов'язками.
11. Що Ваші стосунки з іншими людьми сповнені тепла та довіри.
12. Що Ви пережили щось, завдяки чому Ви виростили над собою і стали краще як людина.
13. Що Ви впевнені у своїй думці і готові висловити свої погляди.
14. Що Ваше життя має певний напрямок чи сенс [56].

Наведені вище дослідники Е.Осін та Д.Леонтьєв протягом 2004-2007 років провели російськомовну валідизацію двох експрес-шкал діагностики суб'єктивного благополуччя (шкала задоволеності життям Е. Дінера (ШЗЖ) та шкала суб'єктивного щастя С. Любомирськи (ШСЩ)). Перші результати апробації цих методик були представлені в тезах доповіді [57]. Протягом 15

років ШУЖ і ШСС використовувалися в ряді досліджень, що проводилися групою з вивчення особистісного потенціалу кафедри загальної психології факультету психології МДУ (2004-2010), а згодом лабораторією проблем розвитку особистості учнів з ОВЗ МДППУ (2009-2012), лабораторією позитивної психології та якості життя НДУ ВШЕ (2011-2014), Міжнародною лабораторією позитивної психології особистості та мотивації НДУ ВШЕ (з 2014). З тих пір методики використовувалися більш ніж у 200 дослідженнях (за даними РІНЦ). За підсумками первинної апробації було модифіковано формулювання останнього пункту ШСС з метою уточнення перекладу [56].

Нажаль україномовної валідазації цих шкал не вдалось знайти, тому в нашому дослідженні використовувались ці методики власноруч перекладені українською. Текст методик представлений нижче.

*Шкала задоволеності життям Е. Дінера (ШЗЖ) [56]:*

наведено 5 тверджень, з якими опитувана особа може погодитися або не погодитися. Необхідно виразити ступінь згоди опитуваного з кожним із тверджень, поставивши перед відповідним твердженням оцінку від 1 до 7 (де 1 – Повністю не згоден; 2- Не згоден; 3 – Скоріше не згоден; 4 – Щось середнє; 5 – Скоріше згоден; 6- Згоден; 7- Цілком згоден) [56].

Твердження:

- В основному моє життя близьке до ідеалу.
- Обставини мого життя винятково сприятливі.
- Я повністю задоволений моїм життям.
- Я маю в житті те, що мені по-справжньому потрібно.
- Якби мені довелося жити ще раз, я залишив би все як є [56].

*Шкала суб'єктивного щастя С. Любомирської (ШСЩ) [56].*

В цій методиці наведено чотири твердження. Опитувана особа, має для кожного з чотирьох тверджень обрати одну із семи цифр, яка найбільш точно виражає її відчуття, де 1 – це мінімум виразу відчуття, а 7 – максимум.

Твердження наступні:

1. В цілому я вважаю себе...

1 – не дуже щасливим...7 – дуже щасливим.

2. В порівнянні з більшістю моїх однолітків, я

1 – менш щасливий...7 – більш щасливий.

3. Деякі люди зазвичай дуже щасливі. Вони отримують задоволення від життя, хоч би що відбувалося, беручи від життя все. Наскільки це схоже на вас?

1 – зовсім не схоже...7 – схоже в більшій мірі.

4. Деякі люди зазвичай не дуже щасливі. Хоча вони й не страждають депресією, схоже, вони ніколи не бувають такі щасливі, як могли б бути.

Наскільки це схоже на вас?

1 – зовсім не схоже...7 – схоже в більшій мірі [56].

Отримані загальні дані і дані по кожній групі були введені в програму Ексель з метою спрощення їх обчислення.

## Додаток В

### Загальні результати по всім методикам у 90 осіб

| Descriptive Statistics |    |         |         |         |                |
|------------------------|----|---------|---------|---------|----------------|
|                        | N  | Minimum | Maximum | Mean    | Std. Deviation |
| Номер                  | 90 | 1,00    | 90,00   | 45,5000 | 26,12470       |
| Вік                    | 90 | 21,00   | 63,00   | 34,8889 | 13,12981       |
| Стать                  | 90 | 1,00    | 2,00    | 1,5111  | ,50268         |
| Статус                 | 90 | 1,00    | 3,00    | 2,0000  | ,82107         |
| Шлюб                   | 90 | 1,00    | 2,00    | 1,5889  | ,49479         |

|                    |    |       |       |         |          |
|--------------------|----|-------|-------|---------|----------|
| N                  | 90 | 10,00 | 28,00 | 17,7111 | 3,66963  |
| C                  | 90 | 25,00 | 49,00 | 34,7000 | 5,11321  |
| I                  | 90 | 4,00  | 21,00 | 11,3000 | 3,45907  |
| Всього_ТН_ІТН      | 90 | 51,00 | 83,00 | 63,6889 | 6,51816  |
| СтВ                | 90 | ,00   | 11,00 | 5,9889  | 2,42873  |
| ПВ                 | 90 | 2,00  | 11,00 | 6,0333  | 2,07960  |
| ЯВ                 | 90 | ,00   | 11,00 | 5,3889  | 2,18624  |
| ТВ                 | 90 | 1,00  | 10,00 | 5,4889  | 1,84965  |
| ДВ                 | 90 | 2,00  | 9,00  | 5,3444  | 1,54455  |
| ІВ                 | 90 | 1,00  | 10,00 | 4,8444  | 1,77315  |
| СВ                 | 90 | ,00   | 9,00  | 4,0000  | 1,77372  |
| ГВ                 | 90 | ,00   | 8,00  | 4,1333  | 1,41580  |
| Спектр_пс_здор     | 90 | 5,00  | 52,00 | 27,5333 | 10,93618 |
| Дінер              | 90 | 5,00  | 27,00 | 15,4222 | 5,37154  |
| Любомирська        | 90 | 5,00  | 19,00 | 12,3778 | 3,13938  |
| Valid N (listwise) | 90 |       |       |         |          |

## Додаток Г

## ЗАГАЛЬНА ВИБІРКА Показник: НАЯВНІСТЬ ШЛЮБУ

## (Group Statistics)

|                | Шлюб         | N  | Mean    | Std. Deviation | Std. Error Mean |
|----------------|--------------|----|---------|----------------|-----------------|
| Всього_ТН_ІТН  | В_шлюбi      | 37 | 62,1081 | 5,22166        | ,85844          |
|                | Не_одружений | 53 | 64,7925 | 7,12892        | ,97923          |
| N              | В_шлюбi      | 37 | 17,1351 | 3,35958        | ,55231          |
|                | Не_одружений | 53 | 18,1132 | 3,85138        | ,52903          |
| С              | В_шлюбi      | 37 | 33,8919 | 4,86931        | ,80051          |
|                | Не_одружений | 53 | 35,2642 | 5,24826        | ,72090          |
| І              | В_шлюбi      | 37 | 11,3514 | 3,45781        | ,56846          |
|                | Не_одружений | 53 | 11,2642 | 3,49258        | ,47974          |
| СтВ            | В_шлюбi      | 37 | 7,0270  | 2,37448        | ,39036          |
|                | Не_одружений | 53 | 5,2642  | 2,21143        | ,30376          |
| ПВ             | В_шлюбi      | 37 | 6,7297  | 2,09030        | ,34364          |
|                | Не_одружений | 53 | 5,5472  | 1,94705        | ,26745          |
| ЯВ             | В_шлюбi      | 37 | 6,0270  | 1,89277        | ,31117          |
|                | Не_одружений | 53 | 4,9434  | 2,28216        | ,31348          |
| ТВ             | В_шлюбi      | 37 | 6,3243  | 1,98682        | ,32663          |
|                | Не_одружений | 53 | 4,9057  | 1,50977        | ,20738          |
| ДВ             | В_шлюбi      | 37 | 5,8108  | 1,79254        | ,29469          |
|                | Не_одружений | 53 | 5,0189  | 1,26325        | ,17352          |
| ІВ             | В_шлюбi      | 37 | 5,5405  | 1,72554        | ,28368          |
|                | Не_одружений | 53 | 4,3585  | 1,65360        | ,22714          |
| СВ             | В_шлюбi      | 37 | 4,2703  | 2,10355        | ,34582          |
|                | Не_одружений | 53 | 3,8113  | 1,49430        | ,20526          |
| ГВ             | В_шлюбi      | 37 | 4,4054  | 1,62377        | ,26695          |
|                | Не_одружений | 53 | 3,9434  | 1,23125        | ,16912          |
| Спектр_пс_здor | В_шлюбi      | 37 | 30,0000 | 11,16045       | 1,83477         |
|                | Не_одружений | 53 | 25,8113 | 10,54123       | 1,44795         |
| Дiнер          | В_шлюбi      | 37 | 17,6216 | 5,50934        | ,90573          |

|             |              |    |         |         |        |
|-------------|--------------|----|---------|---------|--------|
|             | Не_одружений | 53 | 13,8868 | 4,74609 | ,65193 |
| Любомирська | В_шлюбі      | 37 | 13,5405 | 2,99624 | ,49258 |
|             | Не_одружений | 53 | 11,5660 | 3,00326 | ,41253 |



|               |                             |       |      |       |        |      |         |         |         |         |
|---------------|-----------------------------|-------|------|-------|--------|------|---------|---------|---------|---------|
| ТВ            | Equal variances assumed     | 1,338 | ,250 | 3,848 | 88     | ,000 | 1,41866 | ,36869  | ,68597  | 2,15135 |
|               | Equal variances not assumed |       |      | 3,667 | 63,707 | ,001 | 1,41866 | ,38690  | ,64566  | 2,19166 |
| ДВ            | Equal variances assumed     | 5,714 | ,019 | 2,460 | 88     | ,016 | ,79194  | ,32188  | ,15228  | 1,43161 |
|               | Equal variances not assumed |       |      | 2,316 | 60,274 | ,024 | ,79194  | ,34198  | ,10794  | 1,47595 |
| ІВ            | Equal variances assumed     | ,105  | ,746 | 3,278 | 88     | ,001 | 1,18205 | ,36064  | ,46536  | 1,89874 |
|               | Equal variances not assumed |       |      | 3,253 | 75,479 | ,002 | 1,18205 | ,36341  | ,45818  | 1,90592 |
| СВ            | Equal variances assumed     | 6,625 | ,012 | 1,211 | 88     | ,229 | ,45895  | ,37899  | -,29422 | 1,21212 |
|               | Equal variances not assumed |       |      | 1,141 | 60,624 | ,258 | ,45895  | ,40215  | -,34530 | 1,26320 |
| ГВ            | Equal variances assumed     | 7,781 | ,006 | 1,535 | 88     | ,128 | ,46201  | ,30102  | -,13621 | 1,06023 |
|               | Equal variances not assumed |       |      | 1,462 | 63,605 | ,149 | ,46201  | ,31601  | -,16937 | 1,09339 |
| Спектр_поздор | Equal variances assumed     | ,161  | ,690 | 1,811 | 88     | ,074 | 4,18868 | 2,31345 | -,40881 | 8,78617 |
|               | Equal variances not assumed |       |      | 1,792 | 74,736 | ,077 | 4,18868 | 2,33729 | -,46771 | 8,84507 |
| Дінер         | Equal variances assumed     | 1,055 | ,307 | 3,437 | 88     | ,001 | 3,73483 | 1,08663 | 1,57538 | 5,89428 |
|               | Equal variances not assumed |       |      | 3,347 | 69,964 | ,001 | 3,73483 | 1,11595 | 1,50911 | 5,96055 |
| Любомирська   | Equal variances assumed     | ,000  | ,985 | 3,072 | 88     | ,003 | 1,97450 | ,64278  | ,69712  | 3,25189 |
|               | Equal variances not assumed |       |      | 3,073 | 77,735 | ,003 | 1,97450 | ,64251  | ,69530  | 3,25371 |

## ЗАГАЛЬНА ВИБІРКА

Показник: Працює/навчається

## Group Statistics

|                | Статус     | N  | Mean    | Std. Deviation | Std. Error Mean |
|----------------|------------|----|---------|----------------|-----------------|
| Всього_ТН_ІТН  | Працює     | 30 | 62,4667 | 4,86885        | ,88893          |
|                | Навчається | 30 | 68,1000 | 7,26992        | 1,32730         |
| N              | Працює     | 30 | 17,2000 | 3,93394        | ,71824          |
|                | Навчається | 30 | 18,8667 | 3,95434        | ,72196          |
| С              | Працює     | 30 | 34,1667 | 4,47278        | ,81661          |
|                | Навчається | 30 | 37,0667 | 5,70501        | 1,04159         |
| І              | Працює     | 30 | 11,1000 | 3,24143        | ,59180          |
|                | Навчається | 30 | 12,1667 | 3,60156        | ,65755          |
| СтВ            | Працює     | 30 | 7,0000  | 2,90065        | ,52958          |
|                | Навчається | 30 | 5,0667  | 2,06670        | ,37733          |
| ІВ             | Працює     | 30 | 6,5000  | 2,41761        | ,44139          |
|                | Навчається | 30 | 5,6000  | 1,49943        | ,27376          |
| ЯВ             | Працює     | 30 | 6,4667  | 1,92503        | ,35146          |
|                | Навчається | 30 | 3,9000  | 1,84484        | ,33682          |
| ТВ             | Працює     | 30 | 6,3000  | 1,87819        | ,34291          |
|                | Навчається | 30 | 4,7333  | 1,48401        | ,27094          |
| ДВ             | Працює     | 30 | 5,5667  | 2,09570        | ,38262          |
|                | Навчається | 30 | 5,3000  | ,95231         | ,17387          |
| ІВ             | Працює     | 30 | 5,2667  | 1,87420        | ,34218          |
|                | Навчається | 30 | 3,9000  | 1,47040        | ,26846          |
| СВ             | Працює     | 30 | 4,9333  | 1,94641        | ,35536          |
|                | Навчається | 30 | 3,7667  | 1,27802        | ,23333          |
| ГВ             | Працює     | 30 | 4,2667  | 1,48401        | ,27094          |
|                | Навчається | 30 | 4,1667  | 1,23409        | ,22531          |
| Спектр_пс_здор | Працює     | 30 | 27,0333 | 9,57181        | 1,74757         |
|                | Навчається | 30 | 27,5333 | 10,18022       | 1,85864         |

|             |            |    |         |         |        |
|-------------|------------|----|---------|---------|--------|
| Дінер       | Працює     | 30 | 16,4333 | 4,83296 | ,88237 |
|             | Навчається | 30 | 13,8000 | 4,90882 | ,89622 |
| Любомирська | Працює     | 30 | 13,0667 | 3,09542 | ,56514 |
|             | Навчається | 30 | 11,2000 | 2,90541 | ,53045 |

### Independent Samples Test

|        |                             | Levene's Test for Equality of Variances |      | t-test for Equality of Means |        |                 |                 |                       |   |          |
|--------|-----------------------------|---|------|------------------------------|--------|-----------------|-----------------|-----------------------|---|----------|
|        |                             | F                                       | Sig. | t                            | df     | Sig. (2-tailed) | Mean Difference | Std. Error Difference | 95% Confidence Interval of the Difference |          |
|        |                             |   |      |                              |        |                 |                 |                       | Lower                                     | Upper    |
| Всього | Equal variances assumed     | 4,363                                   | ,041 | -3,526                       | 58     | ,001            | -5,63333        | 1,59747               | -8,83102                                  | -2,43565 |
|        | Equal variances not assumed |   |      | -3,526                       | 50,658 | ,001            | -5,63333        | 1,59747               | -8,84092                                  | -2,42575 |
| N      | Equal variances assumed     | ,177                                    | ,675 | -1,637                       | 58     | ,107            | -1,66667        | 1,01838               | -3,70517                                  | ,37183   |
|        | Equal variances not assumed |   |      | -1,637                       | 57,998 | ,107            | -1,66667        | 1,01838               | -3,70517                                  | ,37183   |
| C      | Equal variances assumed     | 3,588                                   | ,063 | -2,191                       | 58     | ,032            | -2,90000        | 1,32354               | -5,54936                                  | -,25064  |
|        | Equal variances not assumed |   |      | -2,191                       | 54,875 | ,033            | -2,90000        | 1,32354               | -5,55257                                  | -,24743  |
| I      | Equal variances assumed     | ,147                                    | ,703 | -1,206                       | 58     | ,233            | -1,06667        | ,88465                | -2,83749                                  | ,70415   |
|        | Equal variances not assumed |   |      | -1,206                       | 57,368 | ,233            | -1,06667        | ,88465                | -2,83790                                  | ,70457   |
| СтВ    | Equal variances assumed     | 3,989                                   | ,051 | 2,973                        | 58     | ,004            | 1,93333         | ,65026                | ,63170                                    | 3,23497  |
|        | Equal variances not assumed |   |      | 2,973                        | 52,411 | ,004            | 1,93333         | ,65026                | ,62874                                    | 3,23793  |
| ПВ     | Equal variances assumed     | 10,975                                  | ,002 | 1,733                        | 58     | ,088            | ,90000          | ,51939                | -,13968                                   | 1,93968  |

|                |                             |        |      |       |        |      |         |         |          |         |
|----------------|-----------------------------|--------|------|-------|--------|------|---------|---------|----------|---------|
|                | Equal variances not assumed |        |      | 1,733 | 48,435 | ,089 | ,90000  | ,51939  | -,14407  | 1,94407 |
| ЯВ             | Equal variances assumed     | ,286   | ,595 | 5,273 | 58     | ,000 | 2,56667 | ,48680  | 1,59223  | 3,54110 |
|                | Equal variances not assumed |        |      | 5,273 | 57,895 | ,000 | 2,56667 | ,48680  | 1,59220  | 3,54114 |
| ТВ             | Equal variances assumed     | ,724   | ,398 | 3,585 | 58     | ,001 | 1,56667 | ,43703  | ,69185   | 2,44148 |
|                | Equal variances not assumed |        |      | 3,585 | 55,055 | ,001 | 1,56667 | ,43703  | ,69086   | 2,44248 |
| ДВ             | Equal variances assumed     | 16,779 | ,000 | ,635  | 58     | ,528 | ,26667  | ,42027  | -,57460  | 1,10793 |
|                | Equal variances not assumed |        |      | ,635  | 40,487 | ,529 | ,26667  | ,42027  | -,58242  | 1,11575 |
| ІВ             | Equal variances assumed     | 3,662  | ,061 | 3,142 | 58     | ,003 | 1,36667 | ,43492  | ,49608   | 2,23726 |
|                | Equal variances not assumed |        |      | 3,142 | 54,891 | ,003 | 1,36667 | ,43492  | ,49502   | 2,23831 |
| СВ             | Equal variances assumed     | 6,090  | ,017 | 2,744 | 58     | ,008 | 1,16667 | ,42512  | ,31569   | 2,01764 |
|                | Equal variances not assumed |        |      | 2,744 | 50,086 | ,008 | 1,16667 | ,42512  | ,31282   | 2,02051 |
| ГВ             | Equal variances assumed     | 4,757  | ,033 | ,284  | 58     | ,778 | ,10000  | ,35239  | -,60538  | ,80538  |
|                | Equal variances not assumed |        |      | ,284  | 56,133 | ,778 | ,10000  | ,35239  | -,60588  | ,80588  |
| Спектр_пс_здор | Equal variances assumed     | ,255   | ,616 | -,196 | 58     | ,845 | -,50000 | 2,55118 | -5,60675 | 4,60675 |
|                | Equal variances not assumed |        |      | -,196 | 57,781 | ,845 | -,50000 | 2,55118 | -5,60716 | 4,60716 |
| Дінер          | Equal variances assumed     | ,042   | ,839 | 2,094 | 58     | ,041 | 2,63333 | 1,25770 | ,11578   | 5,15089 |
|                | Equal variances not assumed |        |      | 2,094 | 57,986 | ,041 | 2,63333 | 1,25770 | ,11577   | 5,15090 |
| Любомирська    | Equal variances assumed     | ,112   | ,739 | 2,408 | 58     | ,019 | 1,86667 | ,77509  | ,31515   | 3,41818 |
|                | Equal variances not assumed |        |      | 2,408 | 57,769 | ,019 | 1,86667 | ,77509  | ,31502   | 3,41831 |

## ЗАГАЛЬНА ВИБІРКА

Показник: Безробітний/навчається

## Group Statistics

|                | Статус      | N  | Mean    | Std. Deviation | Std. Error Mean |
|----------------|-------------|----|---------|----------------|-----------------|
| Всього_ТН_ІТН  | Безробітний | 30 | 60,5000 | 4,65166        | ,84927          |
|                | Навчається  | 30 | 68,1000 | 7,26992        | 1,32730         |
| N              | Безробітний | 30 | 17,0667 | 2,85190        | ,52068          |
|                | Навчається  | 30 | 18,8667 | 3,95434        | ,72196          |
| С              | Безробітний | 30 | 32,8667 | 4,25671        | ,77716          |
|                | Навчається  | 30 | 37,0667 | 5,70501        | 1,04159         |
| І              | Безробітний | 30 | 10,6333 | 3,45895        | ,63152          |
|                | Навчається  | 30 | 12,1667 | 3,60156        | ,65755          |
| СтВ            | Безробітний | 30 | 5,9000  | 1,86344        | ,34022          |
|                | Навчається  | 30 | 5,0667  | 2,06670        | ,37733          |
| ПВ             | Безробітний | 30 | 6,0000  | 2,18143        | ,39827          |
|                | Навчається  | 30 | 5,6000  | 1,49943        | ,27376          |
| ЯВ             | Безробітний | 30 | 5,8000  | 1,97222        | ,36008          |
|                | Навчається  | 30 | 3,9000  | 1,84484        | ,33682          |
| ТВ             | Безробітний | 30 | 5,4333  | 1,86960        | ,34134          |
|                | Навчається  | 30 | 4,7333  | 1,48401        | ,27094          |
| ДВ             | Безробітний | 30 | 5,1667  | 1,39168        | ,25409          |
|                | Навчається  | 30 | 5,3000  | ,95231         | ,17387          |
| ІВ             | Безробітний | 30 | 5,3667  | 1,60781        | ,29354          |
|                | Навчається  | 30 | 3,9000  | 1,47040        | ,26846          |
| СВ             | Безробітний | 30 | 3,3000  | 1,66402        | ,30381          |
|                | Навчається  | 30 | 3,7667  | 1,27802        | ,23333          |
| ГВ             | Безробітний | 30 | 3,9667  | 1,54213        | ,28155          |
|                | Навчається  | 30 | 4,1667  | 1,23409        | ,22531          |
| Спектр_пс_здор | Безробітний | 30 | 28,0333 | 13,08720       | 2,38938         |
|                | Навчається  | 30 | 27,5333 | 10,18022       | 1,85864         |

|             |             |    |         |         |         |
|-------------|-------------|----|---------|---------|---------|
| Дінер       | Безробітний | 30 | 16,0333 | 6,07700 | 1,10950 |
|             | Навчається  | 30 | 13,8000 | 4,90882 | ,89622  |
| Любомирська | Безробітний | 30 | 12,8667 | 3,17026 | ,57881  |
|             | Навчається  | 30 | 11,2000 | 2,90541 | ,53045  |

### Independent Samples Test

|        |                             | Levene's Test for Equality of Variances |      | t-test for Equality of Means |        |                 |                 |                       |   |          |
|--------|-----------------------------|---|------|------------------------------|--------|-----------------|-----------------|-----------------------|---|----------|
|        |                             | F                                       | Sig. | t                            | df     | Sig. (2-tailed) | Mean Difference | Std. Error Difference | 95% Confidence Interval of the Difference |          |
|        |                             |   |      |                              |        |                 |                 |                       | Lower                                     | Upper    |
| Всього | Equal variances assumed     | 2,515                                   | ,118 | -4,823                       | 58     | ,000            | -7,60000        | 1,57575               | -10,75421                                 | -4,44579 |
|        | Equal variances not assumed |   |      | -4,823                       | 49,337 | ,000            | -7,60000        | 1,57575               | -10,76604                                 | -4,43396 |
| ТН     | Equal variances assumed     |   |      | -4,823                       | 49,337 | ,000            | -7,60000        | 1,57575               | -10,76604                                 | -4,43396 |
|        | Equal variances not assumed |   |      | -4,823                       | 49,337 | ,000            | -7,60000        | 1,57575               | -10,76604                                 | -4,43396 |
| ІТН    | Equal variances assumed     | 1,904                                   | ,173 | -2,022                       | 58     | ,048            | -1,80000        | ,89013                | -3,58180                                  | -,01820  |
|        | Equal variances not assumed |   |      | -2,022                       | 52,744 | ,048            | -1,80000        | ,89013                | -3,58558                                  | -,01442  |
| N      | Equal variances assumed     | 1,904                                   | ,173 | -2,022                       | 58     | ,048            | -1,80000        | ,89013                | -3,58180                                  | -,01820  |
|        | Equal variances not assumed |   |      | -2,022                       | 52,744 | ,048            | -1,80000        | ,89013                | -3,58558                                  | -,01442  |
| C      | Equal variances assumed     | 3,228                                   | ,078 | -3,232                       | 58     | ,002            | -4,20000        | 1,29957               | -6,80138                                  | -1,59862 |
|        | Equal variances not assumed |   |      | -3,232                       | 53,650 | ,002            | -4,20000        | 1,29957               | -6,80588                                  | -1,59412 |
| I      | Equal variances assumed     | ,229                                    | ,634 | -1,682                       | 58     | ,098            | -1,53333        | ,91169                | -3,35829                                  | ,29162   |
|        | Equal variances not assumed |   |      | -1,682                       | 57,906 | ,098            | -1,53333        | ,91169                | -3,35835                                  | ,29169   |
| СтВ    | Equal variances assumed     | ,004                                    | ,953 | 1,640                        | 58     | ,106            | ,83333          | ,50806                | -,18365                                   | 1,85032  |
|        | Equal variances not assumed |   |      | 1,640                        | 57,389 | ,106            | ,83333          | ,50806                | -,18389                                   | 1,85055  |
| ПВ     | Equal variances assumed     | 6,832                                   | ,011 | ,828                         | 58     | ,411            | ,40000          | ,48328                | -,56740                                   | 1,36740  |
|        | Equal variances not assumed |   |      | ,828                         | 51,402 | ,412            | ,40000          | ,48328                | -,57005                                   | 1,37005  |

|                                |                             |       |      |        |        |      |         |         |          |         |
|--------------------------------|-----------------------------|-------|------|--------|--------|------|---------|---------|----------|---------|
| ЯВ                             | Equal variances assumed     | ,237  | ,628 | 3,854  | 58     | ,000 | 1,90000 | ,49306  | ,91304   | 2,88696 |
|                                | Equal variances not assumed |       |      | 3,854  | 57,743 | ,000 | 1,90000 | ,49306  | ,91295   | 2,88705 |
| ТВ                             | Equal variances assumed     | 1,171 | ,284 | 1,606  | 58     | ,114 | ,70000  | ,43580  | -,17235  | 1,57235 |
|                                | Equal variances not assumed |       |      | 1,606  | 55,159 | ,114 | ,70000  | ,43580  | -,17331  | 1,57331 |
| ДВ                             | Equal variances assumed     | 3,297 | ,075 | -,433  | 58     | ,667 | -,13333 | ,30788  | -,74962  | ,48295  |
|                                | Equal variances not assumed |       |      | -,433  | 51,275 | ,667 | -,13333 | ,30788  | -,75135  | ,48468  |
| ІВ                             | Equal variances assumed     | 1,704 | ,197 | 3,687  | 58     | ,001 | 1,46667 | ,39779  | ,67040   | 2,26293 |
|                                | Equal variances not assumed |       |      | 3,687  | 57,543 | ,001 | 1,46667 | ,39779  | ,67027   | 2,26307 |
| СВ                             | Equal variances assumed     | 5,560 | ,022 | -1,218 | 58     | ,228 | -,46667 | ,38307  | -1,23347 | ,30013  |
|                                | Equal variances not assumed |       |      | -1,218 | 54,381 | ,228 | -,46667 | ,38307  | -1,23455 | ,30122  |
| ГВ                             | Equal variances assumed     | 3,638 | ,061 | -,555  | 58     | ,581 | -,20000 | ,36061  | -,92184  | ,52184  |
|                                | Equal variances not assumed |       |      | -,555  | 55,341 | ,581 | -,20000 | ,36061  | -,92258  | ,52258  |
| Спе<br>ктр<br>_пс<br>_здо<br>р | Equal variances assumed     | 3,445 | ,069 | ,165   | 58     | ,869 | ,50000  | 3,02716 | -5,55953 | 6,55953 |
|                                | Equal variances not assumed |       |      | ,165   | 54,689 | ,869 | ,50000  | 3,02716 | -5,56734 | 6,56734 |
| Дін<br>ер                      | Equal variances assumed     | 1,507 | ,225 | 1,566  | 58     | ,123 | 2,23333 | 1,42626 | -,62163  | 5,08830 |
|                                | Equal variances not assumed |       |      | 1,566  | 55,544 | ,123 | 2,23333 | 1,42626 | -,62432  | 5,09099 |
| Лю<br>бом<br>ирс<br>ька        | Equal variances assumed     | ,414  | ,522 | 2,123  | 58     | ,038 | 1,66667 | ,78511  | ,09510   | 3,23824 |
|                                | Equal variances not assumed |       |      | 2,123  | 57,564 | ,038 | 1,66667 | ,78511  | ,09484   | 3,23849 |

## ЗАГАЛЬНА ВИБІРКА

Показник: Працює/безробітний

| Group Statistics |             |    |         |                |                 |
|------------------|-------------|----|---------|----------------|-----------------|
|                  | Статус      | N  | Mean    | Std. Deviation | Std. Error Mean |
| Вік              | Працює      | 30 | 44,9667 | 12,49133       | 2,28059         |
|                  | Безробітний | 30 | 38,1333 | 8,55704        | 1,56230         |
| Стать            | Працює      | 30 | 1,5000  | ,50855         | ,09285          |
|                  | Безробітний | 30 | 1,5667  | ,50401         | ,09202          |
| Шлюб             | Працює      | 30 | 1,4000  | ,49827         | ,09097          |
|                  | Безробітний | 30 | 1,4000  | ,49827         | ,09097          |
| N                | Працює      | 30 | 17,2000 | 3,93394        | ,71824          |
|                  | Безробітний | 30 | 17,0667 | 2,85190        | ,52068          |
| С                | Працює      | 30 | 34,1667 | 4,47278        | ,81661          |
|                  | Безробітний | 30 | 32,8667 | 4,25671        | ,77716          |
| I                | Працює      | 30 | 11,1000 | 3,24143        | ,59180          |
|                  | Безробітний | 30 | 10,6333 | 3,45895        | ,63152          |
| Всього_ТН_ІТН    | Працює      | 30 | 62,4667 | 4,86885        | ,88893          |
|                  | Безробітний | 30 | 60,5000 | 4,65166        | ,84927          |
| СтВ              | Працює      | 30 | 7,0000  | 2,90065        | ,52958          |
|                  | Безробітний | 30 | 5,9000  | 1,86344        | ,34022          |
| ПВ               | Працює      | 30 | 6,5000  | 2,41761        | ,44139          |
|                  | Безробітний | 30 | 6,0000  | 2,18143        | ,39827          |
| ЯВ               | Працює      | 30 | 6,4667  | 1,92503        | ,35146          |
|                  | Безробітний | 30 | 5,8000  | 1,97222        | ,36008          |
| ТВ               | Працює      | 30 | 6,3000  | 1,87819        | ,34291          |
|                  | Безробітний | 30 | 5,4333  | 1,86960        | ,34134          |
| ДВ               | Працює      | 30 | 5,5667  | 2,09570        | ,38262          |
|                  | Безробітний | 30 | 5,1667  | 1,39168        | ,25409          |
| ІВ               | Працює      | 30 | 5,2667  | 1,87420        | ,34218          |

|                |             |    |         |          |         |
|----------------|-------------|----|---------|----------|---------|
|                | Безробітний | 30 | 5,3667  | 1,60781  | ,29354  |
| СВ             | Працює      | 30 | 4,9333  | 1,94641  | ,35536  |
|                | Безробітний | 30 | 3,3000  | 1,66402  | ,30381  |
| ГВ             | Працює      | 30 | 4,2667  | 1,48401  | ,27094  |
|                | Безробітний | 30 | 3,9667  | 1,54213  | ,28155  |
| Спектр_пс_здор | Працює      | 30 | 27,0333 | 9,57181  | 1,74757 |
|                | Безробітний | 30 | 28,0333 | 13,08720 | 2,38938 |
| Дінер          | Працює      | 30 | 16,4333 | 4,83296  | ,88237  |
|                | Безробітний | 30 | 16,0333 | 6,07700  | 1,10950 |
| Любомирська    | Працює      | 30 | 13,0667 | 3,09542  | ,56514  |
|                | Безробітний | 30 | 12,8667 | 3,17026  | ,57881  |

### Independent Samples Test

|        |                             | Levene's Test for Equality of Variances |      | t-test for Equality of Means |        |                 |                 |                       |   |         |
|--------|-----------------------------|---|------|------------------------------|--------|-----------------|-----------------|-----------------------|---|---------|
|        |                             | F                                       | Sig. | t                            | df     | Sig. (2-tailed) | Mean Difference | Std. Error Difference | 95% Confidence Interval of the Difference |         |
|        |                             |   |      |                              |        |                 |                 |                       | Lower                                     | Upper   |
| Всього | Equal variances assumed     | ,999                                    | ,322 | 1,600                        | 58     | ,115            | 1,96667         | 1,22941               | -,49427                                   | 4,42760 |
|        | Equal variances not assumed |   |      | 1,600                        | 57,880 | ,115            | 1,96667         | 1,22941               | -,49438                                   | 4,42771 |
| N      | Equal variances assumed     | 4,224                                   | ,044 | ,150                         | 58     | ,881            | ,13333          | ,88712                | -1,64242                                  | 1,90909 |
|        | Equal variances not assumed |   |      | ,150                         | 52,885 | ,881            | ,13333          | ,88712                | -1,64608                                  | 1,91275 |
| С      | Equal variances assumed     | ,091                                    | ,764 | 1,153                        | 58     | ,254            | 1,30000         | 1,12732               | -,95657                                   | 3,55657 |
|        | Equal variances not assumed |   |      | 1,153                        | 57,858 | ,254            | 1,30000         | 1,12732               | -,95669                                   | 3,55669 |
| I      | Equal variances assumed     | ,022                                    | ,884 | ,539                         | 58     | ,592            | ,46667          | ,86547                | -1,26576                                  | 2,19910 |

|                       |                             |       |      |       |        |      |          |         |          |         |
|-----------------------|-----------------------------|-------|------|-------|--------|------|----------|---------|----------|---------|
|                       | Equal variances not assumed |       |      | ,539  | 57,757 | ,592 | ,46667   | ,86547  | -1,26592 | 2,19925 |
| СТВ                   | Equal variances assumed     | 4,692 | ,034 | 1,748 | 58     | ,086 | 1,10000  | ,62945  | -,15998  | 2,35998 |
|                       | Equal variances not assumed |       |      | 1,748 | 49,453 | ,087 | 1,10000  | ,62945  | -,16463  | 2,36463 |
| ПВ                    | Equal variances assumed     | ,549  | ,462 | ,841  | 58     | ,404 | ,50000   | ,59452  | -,69005  | 1,69005 |
|                       | Equal variances not assumed |       |      | ,841  | 57,398 | ,404 | ,50000   | ,59452  | -,69032  | 1,69032 |
| ЯВ                    | Equal variances assumed     | ,001  | ,977 | 1,325 | 58     | ,190 | ,66667   | ,50317  | -,34054  | 1,67387 |
|                       | Equal variances not assumed |       |      | 1,325 | 57,966 | ,190 | ,66667   | ,50317  | -,34055  | 1,67388 |
| ТВ                    | Equal variances assumed     | ,026  | ,872 | 1,791 | 58     | ,078 | ,86667   | ,48384  | -,10184  | 1,83517 |
|                       | Equal variances not assumed |       |      | 1,791 | 57,999 | ,078 | ,86667   | ,48384  | -,10184  | 1,83517 |
| ДВ                    | Equal variances assumed     | 5,698 | ,020 | ,871  | 58     | ,387 | ,40000   | ,45930  | -,51939  | 1,31939 |
|                       | Equal variances not assumed |       |      | ,871  | 50,413 | ,388 | ,40000   | ,45930  | -,52235  | 1,32235 |
| ІВ                    | Equal variances assumed     | ,561  | ,457 | -,222 | 58     | ,825 | -,10000  | ,45084  | -1,00245 | ,80245  |
|                       | Equal variances not assumed |       |      | -,222 | 56,688 | ,825 | -,10000  | ,45084  | -1,00290 | ,80290  |
| СВ                    | Equal variances assumed     | ,245  | ,622 | 3,494 | 58     | ,001 | 1,63333  | ,46753  | ,69747   | 2,56919 |
|                       | Equal variances not assumed |       |      | 3,494 | 56,631 | ,001 | 1,63333  | ,46753  | ,69699   | 2,56967 |
| ГВ                    | Equal variances assumed     | ,020  | ,888 | ,768  | 58     | ,446 | ,30000   | ,39075  | -,48216  | 1,08216 |
|                       | Equal variances not assumed |       |      | ,768  | 57,915 | ,446 | ,30000   | ,39075  | -,48219  | 1,08219 |
| Спек<br>тр_пс<br>здор | Equal variances assumed     | 5,411 | ,024 | -,338 | 58     | ,737 | -1,00000 | 2,96026 | -6,92561 | 4,92561 |
|                       | Equal variances not assumed |       |      | -,338 | 53,123 | ,737 | -1,00000 | 2,96026 | -6,93721 | 4,93721 |

|             |                             |       |      |      |        |      |        |         |          |         |
|-------------|-----------------------------|-------|------|------|--------|------|--------|---------|----------|---------|
| Дінер       | Equal variances assumed     | 1,958 | ,167 | ,282 | 58     | ,779 | ,40000 | 1,41760 | -2,43763 | 3,23763 |
|             | Equal variances not assumed |       |      | ,282 | 55,202 | ,779 | ,40000 | 1,41760 | -2,44069 | 3,24069 |
| Любомирська | Equal variances assumed     | ,087  | ,769 | ,247 | 58     | ,806 | ,20000 | ,80895  | -1,41930 | 1,81930 |
|             | Equal variances not assumed |       |      | ,247 | 57,967 | ,806 | ,20000 | ,80895  | -1,41932 | 1,81932 |

## ЗАГАЛЬНА ВИБІРКА. Стаття

## Додаток К

|                | Стать   | N  | Mean    | Std. Deviation | Std. Error Mean |
|----------------|---------|----|---------|----------------|-----------------|
| Всього_ТН_ІТН  | Чоловік | 44 | 63,4318 | 7,13458        | 1,07558         |
|                | Жінка   | 46 | 63,9348 | 5,93821        | ,87554          |
| N              | Чоловік | 44 | 17,7727 | 4,09687        | ,61763          |
|                | Жінка   | 46 | 17,6522 | 3,25383        | ,47975          |
| С              | Чоловік | 44 | 35,0000 | 5,66096        | ,85342          |
|                | Жінка   | 46 | 34,4130 | 4,57324        | ,67429          |
| І              | Чоловік | 44 | 10,9545 | 3,88171        | ,58519          |
|                | Жінка   | 46 | 11,6304 | 3,00635        | ,44326          |
| СтВ            | Чоловік | 44 | 6,0000  | 2,71087        | ,40868          |
|                | Жінка   | 46 | 5,9783  | 2,15499        | ,31774          |
| ПВ             | Чоловік | 44 | 6,0455  | 2,27171        | ,34247          |
|                | Жінка   | 46 | 6,0217  | 1,90309        | ,28059          |
| ЯВ             | Чоловік | 44 | 5,4318  | 2,19299        | ,33061          |
|                | Жінка   | 46 | 5,3478  | 2,20320        | ,32484          |
| ТВ             | Чоловік | 44 | 5,5000  | 1,87393        | ,28251          |
|                | Жінка   | 46 | 5,4783  | 1,84679        | ,27229          |
| ДВ             | Чоловік | 44 | 5,4773  | 1,60651        | ,24219          |
|                | Жінка   | 46 | 5,2174  | 1,48942        | ,21960          |
| ІВ             | Чоловік | 44 | 4,7727  | 1,85352        | ,27943          |
|                | Жінка   | 46 | 4,9130  | 1,71044        | ,25219          |
| СВ             | Чоловік | 44 | 3,9318  | 1,71719        | ,25888          |
|                | Жінка   | 46 | 4,0652  | 1,84273        | ,27170          |
| ГВ             | Чоловік | 44 | 4,2273  | 1,36166        | ,20528          |
|                | Жінка   | 46 | 4,0435  | 1,47507        | ,21749          |
| Спектр_пс_здор | Чоловік | 44 | 25,9091 | 10,51868       | 1,58575         |
|                | Жінка   | 46 | 29,0870 | 11,21472       | 1,65352         |
| Дінер          | Чоловік | 44 | 14,6136 | 4,82347        | ,72717          |
|                | Жінка   | 46 | 16,1957 | 5,79509        | ,85444          |
| Любомирська    | Чоловік | 44 | 11,9773 | 2,99991        | ,45225          |

|  |       |    |         |         |        |
|--|-------|----|---------|---------|--------|
|  | Жінка | 46 | 12,7609 | 3,25361 | ,47972 |
|--|-------|----|---------|---------|--------|

### Independent Samples Test

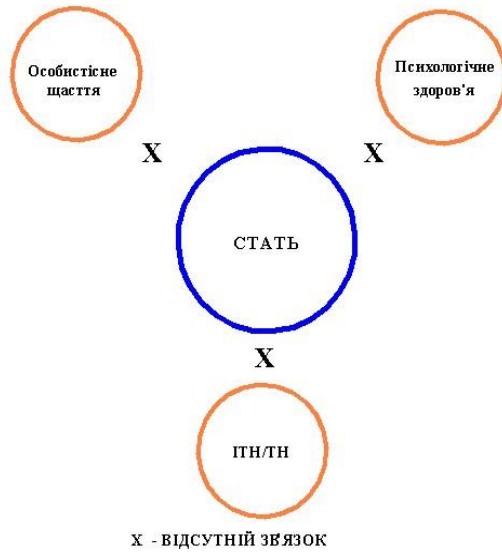
|                        |                             | Levene's Test for Equality of Variances |      | t-test for Equality of Means |        |                 |                 |                       |   |         |
|------------------------|-----------------------------|---|------|------------------------------|--------|-----------------|-----------------|-----------------------|---|---------|
|                        |                             | F                                       | Sig. | t                            | df     | Sig. (2-tailed) | Mean Difference | Std. Error Difference | 95% Confidence Interval of the Difference |         |
|                        |                             |   |      |                              |        |                 |                 |                       | Lower                                     | Upper   |
| Всього<br>о_ТН<br>_ІТН | Equal variances assumed     | 1,526                                   | ,220 | -,364                        | 88     | ,717            | -,50296         | 1,38124               | -3,24788                                  | 2,24195 |
|                        | Equal variances not assumed |   |      | -,363                        | 83,734 | ,718            | -,50296         | 1,38688               | -3,26106                                  | 2,25513 |
| N                      | Equal variances assumed     | 1,901                                   | ,171 | ,155                         | 88     | ,877            | ,12055          | ,77809                | -1,42575                                  | 1,66685 |
|                        | Equal variances not assumed |   |      | ,154                         | 82,014 | ,878            | ,12055          | ,78206                | -1,43522                                  | 1,67632 |
| C                      | Equal variances assumed     | 1,980                                   | ,163 | ,542                         | 88     | ,589            | ,58696          | 1,08253               | -1,56434                                  | 2,73825 |
|                        | Equal variances not assumed |   |      | ,540                         | 82,662 | ,591            | ,58696          | 1,08765               | -1,57648                                  | 2,75039 |
| I                      | Equal variances assumed     | 3,629                                   | ,060 | -,926                        | 88     | ,357            | -,67589         | ,73000                | -2,12661                                  | ,77484  |
|                        | Equal variances not assumed |   |      | -,921                        | 81,014 | ,360            | -,67589         | ,73412                | -2,13655                                  | ,78477  |
| СтВ                    | Equal variances assumed     | 3,316                                   | ,072 | ,042                         | 88     | ,966            | ,02174          | ,51505                | -1,00180                                  | 1,04528 |
|                        | Equal variances not assumed |   |      | ,042                         | 82,049 | ,967            | ,02174          | ,51766                | -1,00805                                  | 1,05153 |
| ПВ                     | Equal variances assumed     | 1,241                                   | ,268 | ,054                         | 88     | ,957            | ,02372          | ,44100                | -,85269                                   | ,90012  |
|                        | Equal variances not assumed |   |      | ,054                         | 83,956 | ,957            | ,02372          | ,44274                | -,85673                                   | ,90417  |
| ЯВ                     | Equal variances assumed     | ,038                                    | ,846 | ,181                         | 88     | ,857            | ,08399          | ,46354                | -,83720                                   | 1,00518 |
|                        | Equal variances not assumed |   |      | ,181                         | 87,857 | ,857            | ,08399          | ,46349                | -,83712                                   | 1,00510 |

|                |                             |       |      |        |        |      |          |         |          |         |
|----------------|-----------------------------|-------|------|--------|--------|------|----------|---------|----------|---------|
| ТВ             | Equal variances assumed     | ,030  | ,862 | ,055   | 88     | ,956 | ,02174   | ,39224  | -,75776  | ,80124  |
|                | Equal variances not assumed |       |      | ,055   | 87,689 | ,956 | ,02174   | ,39237  | -,75805  | ,80153  |
| ДВ             | Equal variances assumed     | ,626  | ,431 | ,796   | 88     | ,428 | ,25988   | ,32637  | -,38872  | ,90848  |
|                | Equal variances not assumed |       |      | ,795   | 86,744 | ,429 | ,25988   | ,32693  | -,38995  | ,90971  |
| ІВ             | Equal variances assumed     | ,068  | ,795 | -,373  | 88     | ,710 | -,14032  | ,37573  | -,88699  | ,60636  |
|                | Equal variances not assumed |       |      | -,373  | 86,647 | ,710 | -,14032  | ,37640  | -,88850  | ,60787  |
| СВ             | Equal variances assumed     | ,438  | ,510 | -,355  | 88     | ,724 | -,13340  | ,37587  | -,88037  | ,61357  |
|                | Equal variances not assumed |       |      | -,355  | 87,942 | ,723 | -,13340  | ,37528  | -,87920  | ,61240  |
| ГВ             | Equal variances assumed     | ,019  | ,890 | ,613   | 88     | ,541 | ,18379   | ,29960  | -,41160  | ,77919  |
|                | Equal variances not assumed |       |      | ,615   | 87,892 | ,540 | ,18379   | ,29907  | -,41055  | ,77813  |
| Спектр_пс_здор | Equal variances assumed     | ,507  | ,478 | -1,385 | 88     | ,170 | -3,17787 | 2,29431 | -7,73732 | 1,38159 |
|                | Equal variances not assumed |       |      | -1,387 | 87,968 | ,169 | -3,17787 | 2,29101 | -7,73079 | 1,37506 |
| Дінер          | Equal variances assumed     | 1,969 | ,164 | -1,404 | 88     | ,164 | -1,58202 | 1,12656 | -3,82083 | ,65679  |
|                | Equal variances not assumed |       |      | -1,410 | 86,374 | ,162 | -1,58202 | 1,12198 | -3,81230 | ,64827  |
| Любомирська    | Equal variances assumed     | ,229  | ,634 | -1,186 | 88     | ,239 | -,78360  | ,66049  | -2,09619 | ,52899  |
|                | Equal variances not assumed |       |      | -1,189 | 87,885 | ,238 | -,78360  | ,65929  | -2,09382 | ,52663  |

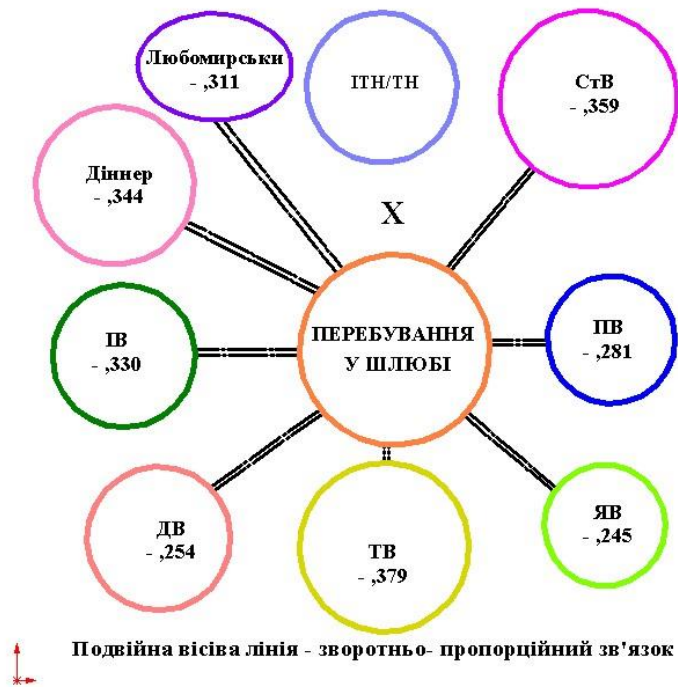
**Кореляція по Пірсону**

Буде окремо (альбомний формат аркушу)

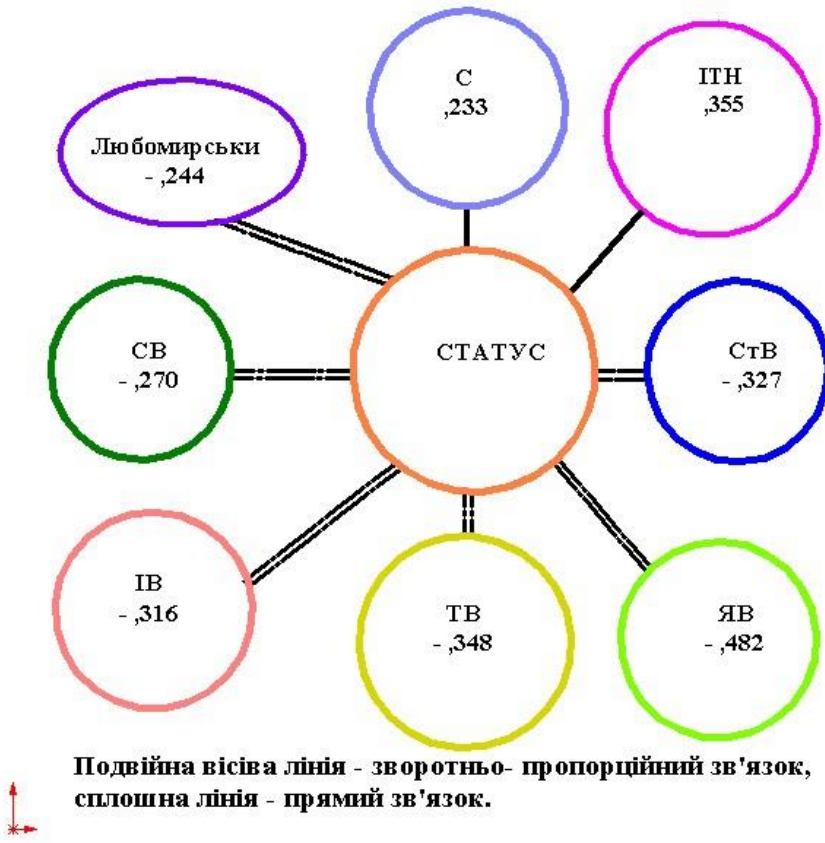
Діаграми «Кореляційні зв'язки»



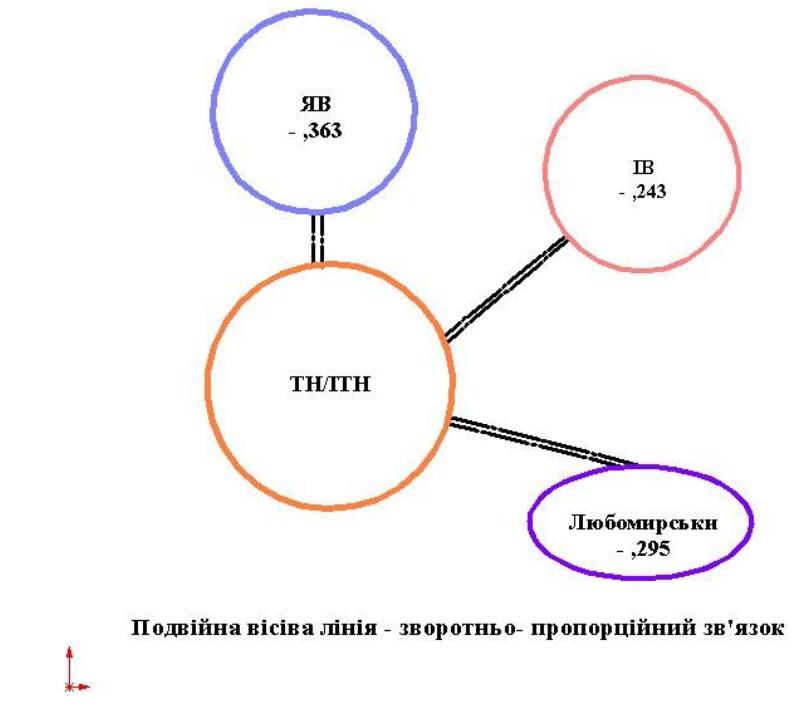
Мал.1



Мал.2



Мал.3



Мал.4