

Міністерство освіти і науки України
Національний університет «Острозька академія»
Навчально-науковий центр
Заочно-дистанційного навчання
Кафедри психології

Кваліфікаційна робота
на здобуття освітнього ступеня магістра на тему:
**«Взаємозв'язок національної ідентичності та толерантності до
невизначеності студентської молоді»**

Виконала студентка 2 курсу,
групи МзПП-21_ спеціальності «Психологія»
Плотнікова Світлана Степанівна

Керівник – доктор психологічних наук, професор,
Каламаж Руслана Володимирівна

Рецензент – доктор психологічних наук, професор
Жигайло Наталя Ігорівна

Острог, 2025

ЗМІСТ

ВСТУП.....	3
РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНІ ОСНОВИ ДОСЛІДЖЕННЯ НАЦІОНАЛЬНОЇ ІДЕНТИЧНОСТІ ТА ТОЛЕРАНТНОСТІ ДО НЕВИЗНАЧЕНОСТІ.....	7
1.1 Основні теоретичні підходи до вивчення національної ідентичності	7
1.2 Толерантність до невизначеності: визначення, складові, психологічні механізми.....	13
1.3 Теоретичний аналіз взаємозв'язку між національною ідентичністю та толерантністю до невизначеності.....	22
Висновки до розділу 1.....	28
РОЗДІЛ 2. ОРГАНІЗАЦІЯ ТА РЕЗУЛЬТАТИ ЕМПІРИЧНОГО ДОСЛІДЖЕННЯ ВЗАЄМОЗВ'ЯЗКУ НАЦІОНАЛЬНОЇ ІДЕНТИЧНОСТІ ТА ТОЛЕРАНТНОСТІ ДО НЕВИЗНАЧЕНОСТІ...31	31
2.1. Обґрунтування процедури та методів емпіричного дослідження.....	31
2.2. Аналіз та інтерпретація отриманих даних.....	42
Висновки до розділу 2.....	54
РОЗДІЛ 3. ПРАКТИЧНІ РЕКОМЕНДАЦІЇ ТА СПОСОБИ ЗАСТОСУВАННЯ ОТРИМАНИХ РЕЗУЛЬТАТІВ.....	57
3.1. Рекомендації щодо розвитку толерантності до невизначеності та національної ідентичності у студентської молоді.....	57
3.2. Способи застосування отриманих даних у навчально-виховному процесі вищих навчальних закладів.....	61
Висновки до розділу 3.....	66
ВИСНОВКИ.....	69
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ.....	74
ДОДАТКИ.....	83

ВСТУП

Актуальність дослідження. Сучасні соціокультурні процеси, зумовлені глобалізацією, війнами, міграцією та міжкультурними контактами, вимагають від особистості здатності зберігати власну ідентичність, залишаючись відкритою до нових, часто невизначених ситуацій. В умовах трансформацій українського суспільства питання національної ідентичності набуває особливої ваги – воно визначає не лише самоусвідомлення людини як частини нації, але й її ставлення до соціальних змін, інших культур і нових викликів.

Формування національної ідентичності студентської молоді на сучасному етапі відбувається на тлі значного кола суспільних проблем: війна, масові міграції, відсутність у суспільстві чіткої системи виховної роботи, зокрема національно-патріотичного виховання, зростання ролі Інтернету, соцмереж, блогосфери та інших новітніх комунікативних явищ порівняно з традиційними ЗМІ. За допомогою інтернет-технологій формується нове покоління громадян, які звикли самовиражатися та брати участь в обговоренні будь-яких проблем, безкомпромісно висловлювати власну точку зору (Р. Каламаж, В. Ільницький).

Толерантність до невизначеності є важливою складовою зрілої особистості, що дозволяє конструктивно реагувати на складні, непередбачувані обставини (В. Волошина-Нарожна, Г. Громова, С. Кузікова, Р. Каламаж, Є. Тимощук та інші). Водночас рівень національної ідентичності може впливати на готовність приймати невизначеність; з одного боку, сильна ідентичність сприяє внутрішній стабільності, а з іншого - може знижувати відкритість до чужого.

Тому дослідження того, як національна ідентичність пов'язана з толерантністю до невизначеності, яка структура взаємозв'язку та як ці компоненти корелюють одне з одним є надзвичайно актуальним у контексті розвитку українського суспільства, формування громадянської свідомості та психологічної стійкості особистості в умовах соціальних змін і невизначеності.

Метою дослідження є виявлення особливостей взаємозв'язку між рівнем національної ідентичності особистості та її толерантністю до невизначеності, а

також розробка відповідних практичних рекомендацій для студентів та викладачів ЗВО

Для досягнення поставленої мети були визначені наступні **завдання**:

1. Проаналізувати теоретичні підходи до вивчення феномену національної ідентичності в сучасній психології.
2. Розкрити сутність поняття толерантності до невизначеності, її психологічні механізми та чинники.
3. Дослідити можливі взаємозв'язки між національною ідентичністю та толерантністю до невизначеності за даними попередніх емпіричних досліджень.
4. Емпірично дослідити особливості взаємозв'язку національної ідентичності студентів ЗВО та толерантності до невизначеності.
5. Сформулювати практичні рекомендації щодо розвитку національної ідентичності студентів у контексті її взаємозв'язку з толерантністю до невизначеності.

Об'єктом дослідження є національна ідентичність та толерантність до невизначеності як психологічні характеристики особистості.

Предметом дослідження є характер та особливості взаємозв'язку між рівнем сформованості національної ідентичності та толерантністю до невизначеності студентів ЗВО.

Гіпотези дослідження

Існує взаємозв'язок між рівнем національної ідентичності та толерантністю до невизначеності: особи з більш зрілою, усвідомленою національною ідентичністю виявляють вищу толерантність до невизначеності.

Методологічну основу дослідження становлять принципи сучасної гуманістичної та соціальної психології, які розглядають особистість як активного суб'єкта самопізнання, самовизначення та взаємодії зі світом.

Теоретичну базу складають праці про структуру та функції ідентичності науковців Е. Еріксона, Дж. Марсія, Ч. Тейлора, концепції соціальної ідентичності Г. Таджфела, Дж. Тернера, праці українських науковців М. Боришевського, М.

Савчина, Г. Гандзілевської, Н. Оксентюк, І. Пасічника, М. Шугай, Л. Король, а також психологічні моделі толерантності до невизначеності Д. Бандера, М. Френча, Е. Френца, Д. Маклейна, Г. Громової.

У процесі дослідження використовувались такі **методи** як:

Теоретичні: аналіз, синтез та узагальнення.

Емпіричні: методика “Шкала толерантності до невизначеності” (MSTAT-II) Д. Маклейна, тест «Рівень емоційної стійкості» за авторством Є. Тарасова та Шкала тривоги Спілбергера (State-Trait Anxiety Inventory, STAI), опитувальник рівня національної ідентичності О. Гори.

Математико-статистичні методи: кореляційний аналіз (коефіцієнт Пірсона та Спірмена), описова статистика для визначення рівнів вираженості змінних.

Вибіркова сукупність. У дослідженні взяли участь студенти віком від 17 до 20 років, що навчаються у закладах вищої освіти Хмельницького Національного Університету та Хмельницької гуманітарно-педагогічної академії спеціальностей «Психологія», «Соціальна робота», «Дошкільна освіта», «Початкова Освіта», «Інформаційні технології». Загальна кількість респондентів становила 133 особи, із яких 66% жінки і 34% чоловіки.

Наукова новизна полягає в тому, здійснено комплексний аналіз взаємозв'язку між національною ідентичністю та толерантністю до невизначеності у контексті індивідуально-психологічних та соціально-культурних факторів. Уточнено теоретичне розуміння взаємодії між структурними компонентами національної ідентичності (когнітивним, емоційним і поведінковим) та рівнем толерантності до невизначеності.

Емпірично виявлено особливості взаємозв'язку між толерантністю до невизначеності та рівнями сформованості національної ідентичності, розширено уявлення про національну ідентичність не лише як культурно-соціальний феномен, а й як чинник психологічної адаптивності.

Практичне значення отриманих результатів заключається у можливості використання отриманих даних в психологічному консультуванні для розробки програм, спрямованих на формування зрілої національної ідентичності, що

підтримує адаптивність у ситуаціях невизначеності, а також у сфері освіти для підвищення рівня громадянської свідомості студентів і розвитку міжкультурної компетентності.

Апробації: Основні положення магістерської роботи на тему *«Вплив національної ідентичності на толерантність до невизначеності у студентської молоді»* було представлено шляхом подання матеріалів до публікації у науковому збірнику «Психологія XXI століття: теоретичні та практичні дослідження» (випуск 22), Хмельницький інститут імені Блаженнішого Володимира ПрАТ «ВНЗ “МАУП”».

Матеріали статті подано до публікації. Тези доповіді на I Всеукраїнській науково-практичній конференції здобувачів вищої освіти *«ЛЮДИНА У ВІЙНІ: ПСИХОЛОГІЧНА СТІЙКІСТЬ, ТРАВМА, ВІДНОВЛЕННЯ»* (23 грудня 2025 р., м. Хмельницький, форма проведення — заочна). Тези подано до публікації у збірнику матеріалів конференції (електронне видання у форматі PDF).

Структура роботи. Магістерська робота складається зі вступу, трьох розділів, висновків, списку 68 використаних джерел і 5 додатків. Основна частина роботи викладена на 72 сторінках, містить 1 таблицю, 5 рисунків.

РОЗДІЛ 1

ТЕОРЕТИЧНІ ОСНОВИ ДОСЛІДЖЕННЯ НАЦІОНАЛЬНОЇ ІДЕНТИЧНОСТІ ТА ТОЛЕРАНТНОСТІ ДО НЕВИЗНАЧЕНОСТІ

1.1. Поняття та структура національної ідентичності

Національна ідентичність є однією з ключових складових особистісної та соціальної самосвідомості людини. Вона визначає відчуття приналежності до певної національної спільноти, включає знання про культурні, історичні та соціальні особливості своєї нації, а також регулює поведінку, цінності та взаємодію з представниками інших культур і націй.

У сучасних умовах глобалізаційних процесів національна ідентичність набуває особливого значення, оскільки слугує не лише джерелом внутрішньої стабільності, але й чинником адаптації до соціальних змін та невизначеності.

У контексті національної ідентичності (наприклад, в Україні після здобуття незалежності) глобалізація може стати поштовхом до відродження національних традицій. Після набуття незалежності в Україні спостерігається активне відновлення національної культури, мови, традицій, що є реакцією на загрози глобалізації та культурної асиміляції [53].

Науковці визначають національну ідентичність як багатовимірне явище, що включає когнітивні, емоційні та поведінкові компоненти [2,3с.].

Когнітивний компонент передбачає знання про свою націю, її історію, традиції та культурні цінності. Емоційний компонент охоплює почуття гордості за свою національну приналежність, відчуття емоційного зв'язку з нацією, а також наявність позитивного або негативного ставлення до інших націй. Поведінковий компонент проявляється у практичних діях, що демонструють приналежність до нації, таких, як участь у національних святах, використання національної мови, дотримання культурних норм та традицій.

Ідентичність розглядають не лише як внутрішнє психологічне явище, але й як соціально-структурований феномен. Згідно з теорією соціальної ідентичності Теджфела, особистість формує власну ідентичність через категоризацію себе як члена певної соціальної групи, до якої належить нація [3,35с.]. Така приналежність забезпечує відчуття стабільності та самоповаги, а також визначає межі між “своїми” та “іншими”. Водночас соціальна ідентичність має динамічний характер: вона змінюється залежно від соціального контексту, міжгрупових взаємодій та культурних трансформацій.

Національна ідентичність може проявлятися у різних формах, однією з них є етнічна ідентичність, яка ґрунтується на спільності походження, історичних коренів, культурних традицій та мови. Вона підкреслює спадкоємність поколінь і збереження культурних цінностей та суспільно-соціального устрою нації. Другою формою є громадянська або політична ідентичність, що визначається належністю до політичної спільноти, дотриманням прав та обов’язків громадянина, прийняттям законів і норм держави [11]. Часто ці дві форми взаємодіють і перетинаються, доповнюючи одна одну, але інколи вони можуть існувати в напрузі, коли політичні чи культурно-соціальні процеси суперечать одне одному.

Структура національної ідентичності включає кілька взаємопов’язаних аспектів. Символічний аспект відображає важливі символи нації - прапор, герб, гімн, що є символами держави. Вони формуються в історико-суспільному процесі на певній території, тому є одночасно і частиною національної культури. Культурний аспект охоплює знання, звичаї, традиції, релігійні практики та мову. Культура виступає певною “матрицею” національної самоідентичності, забезпечуючи внутрішню інтеграцію і соціалізацію особистості.

Психологічний аспект включає переживання приналежності до нації, гордість за неї, рівень емпатії до представників своєї та інших націй, а також психологічну стійкість до зовнішніх впливів та трансгенераційні сценарії та світогляд цієї нації [14]. Соціально-поведінковий аспект проявляється через конкретні дії, що підтверджують приналежність до нації: участь у культурних і

громадських заходах, волонтерська діяльність та підтримка національних інституцій.

Національна ідентичність є динамічним процесом, який формується протягом усього життя під впливом сім'ї, навчальних інститутів, соціального оточення, медіа та міжкультурного досвіду [13]. На різних етапах розвитку особистості пріоритети та виразність окремих компонентів ідентичності можуть змінюватися.

Наприклад, у дитинстві та юності переважає когнітивний компонент - знання про національні особливості, у підлітковому віці більш виражений емоційний компонент, тоді як у дорослому житті відбувається інтеграція когнітивних, емоційних і поведінкових аспектів у практичну соціальну діяльність.

Сучасні дослідження підкреслюють, що глобалізація та розвиток міжкультурних комунікацій можуть одночасно розширювати горизонти та створювати ризик розмивання національної ідентичності [23].

Світ став мультикультурним і мультиполярним. З одного боку, це добре, а з іншого боку це створює ризик поступової втрати національними культурами своїх унікальних рис та їх заміщення глобальними стандартами. Такі процеси призводять до гомогенізації та зникнення культурного розмаїття [24].

Емпіричні дослідження українських науковців показують, що високий рівень усвідомленої національної ідентичності пов'язаний із більшою громадянською активністю, стійкістю до стресових ситуацій та здатністю конструктивно реагувати на соціальні трансформації [1]. Натомість, надмірна ригідність у самоусвідомленні національної приналежності може обмежувати міжкультурну взаємодію та формувати упереджене ставлення до представників інших груп.

Отож, національна ідентичність виступає складним багатовимірним явищем, що об'єднує когнітивні, емоційні та поведінкові компоненти, включає культурні, символічні та соціальні аспекти і розвивається динамічно протягом життя. Вона відіграє ключову роль у формуванні психологічної стійкості,

соціальної інтеграції та адаптивності особистості, що визначає її значення у дослідженні взаємозв'язку з толерантністю до невизначеності.

Дослідження національної ідентичності у психології та соціології охоплює різні теоретичні підходи, кожен з яких акцентує на певних аспектах цього явища та створює власні моделі його структури і розвитку. Серед них виділяють психологічні, соціально-психологічні та когнітивно-соціальні концепції, що дозволяють розглядати національну ідентичність як багатовимірний та динамічний процес.

Психологічний підхід, ґрунтується на працях Е. Еріксона та Дж. Марсії, розглядає національну ідентичність як частину ширшої особистісної ідентичності. Згідно з цією концепцією, формування ідентичності є складним психічним процесом, що включає усвідомлення власної приналежності до певної соціальної та культурної спільноти, інтеграцію цінностей і норм у власну систему світосприйняття та побудову цілісного образу себе. Еріксон підкреслює, що кризові періоди, характерні для підліткового та раннього дорослого віку, є критичними для розвитку усвідомленої національної ідентичності, оскільки саме у цей час особистість активно шукає баланс між приналежністю до групи та індивідуальною автономією [30].

Дж. Марсія розширює цю ідею, пропонуючи чотири типи ідентичності: досягнута, дифузна, передчасно визначена та кризова [51]. У контексті національної ідентичності, ці типи описують, наскільки особистість усвідомлено інтегрує знання про свою націю, приймає культурні цінності та демонструє поведінкову активність, що підтверджує належність до національної спільноти. Дослідження Дж.Марсія свідчать, що досягнута національна ідентичність характеризується високою когнітивною усвідомленістю, позитивними емоційними переживаннями та активною соціальною позицією, тоді як дифузна або кризова ідентичність може бути пов'язана з невпевненістю, емоційною нестабільністю та низьким рівнем громадянської активності.

Соціально-психологічний підхід, представлений у працях Г. Теджфела та Дж. Тернера, акцентує увагу на соціальній категоризації та міжгруповій динаміці

[43]. Згідно з теорією соціальної ідентичності, особистість формує свою самооцінку та соціальну приналежність через ідентифікацію з певною групою - у цьому випадку нацією [31]. Цей процес містить внутрішнє прийняття норм і цінностей групи, позитивну оцінку членства в ній та психологічне відчуття “своїх” і “чужих”. Соціально-психологічний підхід проводить паралель, завдяки якій ми можемо зрозуміти, чому національна ідентичність є важливим чинником міжгрупових взаємодій, формування стереотипів, упереджень та готовності до співпраці з представниками інших націй.

Когнітивно-соціальний підхід підкреслює роль пізнавальних процесів у формуванні національної ідентичності. Дослідники цієї школи вважають, що особистість будує внутрішню модель своєї нації, інтегруючи знання про її історію, культуру, традиції та соціальні норми. Ця модель слугує основою для інтерпретації соціальних подій, регулювання поведінки та прийняття рішень у міжкультурних ситуаціях [50]. Когнітивна структура національної ідентичності дозволяє прогнозувати поведінку особистості, її толерантність до інших культур і готовність адаптуватися до динамічних умов.

Особливу увагу у сучасних дослідженнях приділяють динамічній моделі національної ідентичності, яка розглядає її як процес, що постійно змінюється під впливом соціокультурних, політичних та економічних факторів. Згідно з цією моделлю, ідентичність не є статичною характеристикою, вона розвивається через взаємодію особистості з соціальним оточенням, переживаннями кризових ситуацій, культурним досвідом та глобалізаційними процесами [41]. Такий підхід дозволяє врахувати різні форми національної самоідентичності - від гнучкої, відкритої до іншого досвіду, до ригідної, що обмежує міжкультурну взаємодію.

Крім того дослідники виділяють мультикомпонентні моделі національної ідентичності, які включають когнітивний, емоційний та поведінковий компоненти. Когнітивний компонент охоплює знання про націю, її історію та культурні особливості, емоційний - переживання приналежності, гордості та поваги до нації, поведінковий - активну участь у соціокультурних практиках та

підтримку національних інституцій. Інтеграція цих компонентів формує цілісну національну ідентичність, здатну забезпечувати психологічну стабільність та адаптивність особистості у різних соціальних контекстах.

Значне місце також займає підхід до національної ідентичності через призму міжкультурного порівняння, що дозволяє виявити, як глобальні тенденції, мультикультурне середовище та міжнародні контакти впливають на усвідомлення своєї приналежності до нації [37].

Дослідження Патріка Лакса і його колег у цьому напрямі показують, що відкритість до іншого досвіду і здатність інтегрувати зовнішні впливи у власну національну ідентичність сприяє підвищенню толерантності до невизначеності, а надмірна ригідність - навпаки, зменшує адаптивність особистості у глобалізованому світі. Таким чином, існує кілька основних теоретичних підходів до вивчення національної ідентичності: психологічний, соціально-психологічний, когнітивно-соціальний, динамічний та мультикомпонентний. Кожен із них висвітлює певні аспекти процесу формування ідентичності, її структури та функціонування, доповнюючи один одного і створюючи комплексне уявлення про це явище.

У сукупності ці підходи дозволяють зрозуміти, як національна ідентичність взаємодіє з емоційними, когнітивними та поведінковими аспектами особистості, а також як вона впливає на здатність людини адаптуватися до соціальних і культурних змін, що є важливим для подальшого аналізу взаємозв'язку з толерантністю до невизначеності [55].

1.2. Толерантність до невизначеності: визначення, складові, психологічні механізми

Толерантність до невизначеності є однією з ключових характеристик особистості, що визначає її здатність ефективно функціонувати у складних, неоднозначних і непередбачуваних умовах соціальної реальності. Вона

безпосередньо пов'язана з когнітивними, емоційними та поведінковими механізмами регуляції, а також із ширшими феноменами адаптації, ідентичності й світоглядної гнучкості [44]. У сучасних умовах швидких суспільних трансформацій, воєнних конфліктів, інформаційної турбулентності та глобальної взаємозалежності здатність до прийняття невизначеності виступає показником психологічної зрілості й соціальної стійкості особистості.

Поняття “толерантність до невизначеності” (tolerance for ambiguity) було введене в науковий обіг ще у 1940-х роках американською психологинею Ельзою Френкель-Брунсвік. Вона описала його як тенденцію особистості сприймати неоднозначні, суперечливі або недостатньо визначені стимули як бажані та стимулюючі, на відміну від людей, які переживають їх як загрозу чи джерело тривоги [29]. Таким чином толерантність до невизначеності первинно розглядали як стиль сприйняття і мислення, який визначає реакції на складність і суперечливість навколишнього світу.

Подальший розвиток цього поняття пов'язаний з роботами Ф. Баднера, який у 1962 році запропонував класичне визначення: толерантність до невизначеності - це схильність сприймати невизначені ситуації як бажані, тоді як інтолерантність - як джерело загрози [48]. Він виокремив три типи ситуацій, що викликають відчуття невизначеності:

1. новизна - коли людина стикається з незнайомими об'єктами або подіями;
2. складність - коли ситуація перевищує когнітивні можливості для її швидкого осмислення;
3. суперечливість - коли отримана інформація містить несумісні або взаємовиключні елементи.

Таким чином, толерантність до невизначеності визначає, наскільки індивід здатний зберігати внутрішню рівновагу, ефективність мислення і поведінкову гнучкість у подібних умовах [12]. Згідно з підходом А. Маслоу, толерантність до невизначеності є невід'ємною характеристикою самоактуалізованої особистості. Маслоу підкреслював, що люди, які досягли високого рівня психологічного

розвитку, не потребують жорстких рамок і визначеностей - вони приймають світ у його складності та суперечливості, відкриті до нового досвіду й не схильні до стереотипізації.

У подальших теоретичних моделях (Рокич, 1960-ті; Маклейн, 1993; Крюгланські, 2004; Сорентіно, 2011) толерантність до невизначеності розглядається як багатовимірна властивість, що поєднує когнітивний, емоційний і поведінковий аспекти. Когнітивна толерантність означає готовність сприймати складні або суперечливі стимули без спрощення. Емоційна - здатність регулювати тривогу, що виникає в умовах неоднозначності, поведінкова - схильність до активного пошуку нової інформації, адаптивного вирішення проблем і гнучкого прийняття рішень.

У сучасній когнітивно-поведінковій парадигмі толерантність до невизначеності тлумачать як індивідуальну відмінність у сприйнятті й оцінці ситуацій, що містять неповну або суперечливу інформацію [42]. Високий рівень толерантності асоціюється з гнучкістю мислення, відкритістю до змін і здатністю приймати альтернативні точки зору. Низький рівень, навпаки, пов'язаний із потребою в структурованості, ригідності мислення, конформізмом і схильністю до уникання новизни.

Значний внесок у розвиток концепції зробив Г. Гофстеде, який розглядав толерантність до невизначеності у контексті культурних вимірів. За його моделлю, суспільства з високим рівнем уникання невизначеності характеризуються прагненням до стабільності, суворого дотримання правил і нетерпимістю до відхилень. Натомість, культури з низьким рівнем уникнення невизначеності приймають ризик, експеримент, багатоманітність і більш високу інноваційну активність [46].

Психологічні механізми толерантності до невизначеності формуються на перетині когнітивних, емоційних і мотиваційно-вольових процесів. Вони забезпечують узгодження між внутрішнім світом особистості та зовнішніми умовами, які часто є непередбачуваними. Толерантність до невизначеності не є

вродженою властивістю, а набувається у процесі соціалізації, особистісного розвитку та професійного становлення.

Одним із провідних когнітивних механізмів є когнітивна складність, що передбачає здатність людини оперувати багатьма змінними одночасно, не спрощуючи реальність. Людина з високим рівнем когнітивної складності спроможна розглядати проблему з кількох перспектив, враховувати суперечливі дані й створювати більш глибокі, багатовимірні ментальні моделі [57]. Саме ця властивість робить можливим прийняття неоднозначності без потреби її зводити до “чорно-білого” мислення.

Другим важливим механізмом є інтегративне мислення. Воно передбачає здатність синтезувати різномірні елементи досвіду - логічні, емоційні, інтуїтивні - у єдину когнітивну структуру. Інтегративне мислення формує основу для гнучких рішень у ситуаціях, де немає єдиного правильного виходу [56].

Особливу роль відіграє й метакогнітивна свідомість, тобто усвідомлення власних мисленнєвих процесів і обмежень. Люди з розвиненими метакогнітивними навичками легше адаптуються до нової інформації, здатні визнати помилку й переглянути позицію. Це знижує страх перед невідомим, адже зростає відчуття контролю над власним способом мислення. Емоційно-регуляторні механізми також є досить важливими. Емоційна регуляція є ключовим аспектом у процесі формування толерантності до невизначеності [47]. На думку Маслоу, здатність зберігати внутрішній спокій у непередбачуваних ситуаціях є ознакою психологічного здоров'я. Люди з високою толерантністю до невизначеності характеризуються низьким рівнем реактивної тривожності, довірою до власного досвіду та готовністю діяти без повної інформації.

В емоційній сфері важливим є механізм прийняття - внутрішня установка, спрямована не на уникнення, а на інтеграцію невизначеності у свій досвід. Прийняття невизначеності знижує інтенсивність емоційних коливань і сприяє розвитку емоційної стабільності. Не менш важливою є толерантність до фрустрації, що означає, здатність переносити незадоволення, затримку чи відсутність очікуваного результату без деструктивних реакцій. Вона є

своєрідним “буфером” між зовнішнім хаосом і внутрішнім порядком особистості.

Також важливим компонентом є мотиваційно-вольові механізми. Мотиваційна сфера толерантності до невизначеності ґрунтується на потребі в пізнанні, тобто внутрішньому прагненні до пошуку, аналізу та осмислення нового досвіду [34]. Люди з високою потребою у пізнанні вбачають у невизначеності не загрозу, а можливість розвитку.

Вольові аспекти проявляються через саморегуляцію - здатність зберігати мету, попри суперечливі або змінні умови. Саморегульована особистість контролює імпульсивні реакції, оцінює ситуацію з позицій довгострокових цілей і діє відповідно до внутрішніх цінностей, а не емоційного імпульсу. Ключову роль відіграє й мотивація досягнення - прагнення не уникати невдач, а шукати нові можливості для реалізації потенціалу. У цьому сенсі толерантність до невизначеності є складовою психологічної гнучкості, що забезпечує розвиток через досвід проб і помилок.

У свою чергу соціальне оточення значною мірою впливає на розвиток толерантності до невизначеності [36]. Відкриті системи освіти, де заохочується критичне мислення, діалог і різноманітність думок, сприяють формуванню цієї риси. Навпаки, середовища, що підкріплюють конформізм і страх помилки, знижують здатність людини діяти у неоднозначних обставинах.

На колективному рівні важливим є культурний стиль соціальної взаємодії. У культурах, орієнтованих на співпрацю й плюралізм, толерантність до невизначеності стає соціальною нормою, тоді як у культурах із високим рівнем авторитаризму й контролю її розглядають як небажану. Згідно з психоаналітичними підходами Еріха Фромма та Еріка Еріксона, толерантність до невизначеності формується у процесі розвитку базової довіри до світу. Якщо у дитинстві індивід отримує стабільний досвід прийняття, підтримки й передбачуваності, він формує базову впевненість, що світ є безпечним навіть тоді, коли не все зрозуміло [49]. Натомість, досвід нестабільності, страху чи

жорсткого контролю породжує інтолерантність - потребу в абсолютній визначеності та схильність до уникання нового.

Психоаналітична традиція також пов'язує толерантність до невизначеності з его-силою, тобто здатністю "Я" витримувати напругу між суперечливими імпульсами і зовнішніми обставинами. Сильне, інтегроване "Его" не потребує постійної впевненості, адже спирається на внутрішню цілісність. Проте в екзистенційній психології невизначеність розглядають як фундаментальну характеристику людського буття. Здатність приймати невизначеність означає готовність зустрічатися з власною скінченністю, випадковістю і свободою. Таким чином, толерантність до невизначеності набуває світоглядного змісту - це не лише психологічна риса, а й екзистенційна позиція, що виражає прийняття неповноти знань і обмеженості контролю.

З позиції сучасної позитивної психології вищезазначений феномен є складовою психологічної стійкості (resilience). Люди які приймають невизначеність, швидше відновлюються після стресу, зберігають почуття сенсу та активності навіть у кризових умовах [54]. Вона виступає ресурсом адаптації, що дозволяє зменшити вплив тривоги та уникати дезорганізації поведінки. У міжособистісних стосунках толерантність до невизначеності сприяє емпатії, прийняттю різноманітності та конструктивному розв'язанню конфліктів. Людина, здатна до прийняття неоднозначності, не потребує негайних висновків і оцінок, вона витримує "паузу невідомого", що відкриває простір для діалогу. Важливим аспектом є також і вплив загального духовно-ціннісного рівня розвитку суспільства адже кожен із нас є прямим відображенням мас, особливо молодь яка знаходиться на етапі формування, «Молодь, як суб'єкт і об'єкт духовної культури, у своїх інтересах, цінностях, орієнтирах, потребах, вчинках відображає рівень духовної культури суспільства, в якому вона живе. В той же час пристосування до духовної культури розвиває духовні потреби, формує інтелектуальні, естетичні інтереси людини, відображує внутрішнє багатство, ступінь духовної зрілості, тобто, той рівень якостей особистості, який прийнято називати духовністю.» (Жигайло, Кохан, 2020, с.20)

Толерантність до невизначеності формується під впливом комплексного поєднання соціально-психологічних чинників, які визначають спосіб взаємодії особистості з непередбачуваними ситуаціями, новим досвідом і міжособистісними конфліктами. Розвиток цієї якості відбувається не в ізоляції, а в контексті соціального середовища, взаємодії з іншими людьми, культури та історичного досвіду суспільства.

Один із найважливіших компонентів є вплив сімейного середовища [38]. Сім'я є першою соціальною групою, яка визначає базові установки особистості щодо невизначеності.

Дослідження показують, що стиль виховання впливає на формування когнітивної та емоційної готовності до нових ситуацій. Авторитарний стиль, який характеризується суворим контролем та заборонами, формує у дитини потребу у стабільності та передбачуваності, що знижує її толерантність до невизначеності [28]. Натомість демократичний, підтримуючий стиль, що включає обговорення, співпрацю та стимулювання самостійності, сприяє розвитку когнітивної гнучкості та прийняття неоднозначності. Важливим аспектом сімейного впливу є приклад батьків, їхня здатність демонструвати спокій у непередбачуваних ситуаціях, конструктивне ставлення до помилок та готовність приймати нове. Діти, які спостерігають, як батьки вирішують проблеми без паніки та стресу, формують відповідні внутрішні моделі поведінки, що забезпечують психологічну стійкість.

Наступним етапом формування є освітнє середовище. Школа та вищий навчальний заклад виступають важливими чинниками розвитку толерантності до невизначеності «В умовах невизначеності, розвиток саморегуляції в освітньому процесі стає важливим чинником доцільного вибору освітнього та кар'єрного шляху, досягнення життєвого та професійного успіху, розвитку стійкої та адаптивної особистості. Гнучкість у виборі стратегій, здатність до швидкої адаптації до змін, є ключовими елементами успішного подолання невизначеності» (Тимошук Є. А., Каламаж Р. В., 2025, 87с.). Освітні програми, які заохочують критичне мислення, дискусії, проектну діяльність та вирішення

проблем у нестандартних умовах, стимулюють когнітивну гнучкість [33]. Особливо важливими є методи активного навчання, зокрема проблемне навчання, кейс-метод та стимуляційні ігри, які занурюють студентів у ситуації з неповною інформацією та суперечливими даними. Дослідження показують, що участь у таких навчальних процесах підвищує здатність до аналізу, синтезу та інтеграції різного роду інформації, що є когнітивною основою толерантності до невизначеності.

Також роль відіграє педагогічний стиль викладача. Демократичний, відкритий до запитань і помилок підхід формує у студентів відчуття безпеки та стимулює до експериментування, тоді як авторитарний стиль може породжувати страх перед невідомим та уникнення ризику. Соціальні групи, до яких належить особистість, формують норми, цінності та очікування поведінки. У колективах з високою підтримкою індивідуальних ініціатив і різноманітності думок формуються умови для розвитку толерантності до невизначеності [27]. У таких групах людина може експериментувати, робити помилки та отримувати зворотній зв'язок без ризику соціальної відторгнення.

Навпаки, у середовищах з жорсткими нормами та високим рівнем контролю невизначеність сприймають як загрозу, що сприяє розвитку інтолерантності, страху перед ризиком і уникання нових досвідів. Особливу роль відіграє взаємодія з однолітками. Соціальні порівняння, обговорення нових ідей, підтримка однолітків у кризових ситуаціях сприяють розвитку впевненості в собі та здатності приймати неповні або суперечливі дані.

У свою чергу культурний контекст визначає соціальні стандарти ставлення до невизначеності. Дослідження Хофстеде демонструють, що культури з високим рівнем уникнення невизначеності формують у своїх членів схильність до контролю, страху перед новим та залежності від правил. В культурах з низьким уникненням невизначеності, навпаки, заохочуються інновації, гнучкість і готовність діяти у нових умовах.

Історичні умови також впливають на формування толерантності. Тривала політична нестабільність, соціальні кризи та економічні потрясіння можуть як

знижити, так і підвищити толерантність до невизначеності [32]. Наприклад досвід успішного подолання труднощів може зміцнити віру в здатність адаптуватися, тоді як повторювані невдачі та загрози формують страх перед невідомим.

Індивідуальні характеристики особистості також є визначальними у формуванні толерантності до невизначеності, як зазначає у своїй статті Г. Чайка, до них належать:

1. Когнітивні (діалектичне мислення, здатність приймати рішення).
2. Емоційно-вольові характеристики (стійкість у кризових ситуаціях, переносимість сумнівів).
3. Стратегії саморегуляції (навички подолання невизначеності, управління ризиками).

Соціально-психологічні чинники формують толерантність до невизначеності через складну систему взаємодій. Сім'я задає початкову установку та модель реагування, школа та колектив в свою чергу підтримують когнітивний і соціальний розвиток, культура та історичний досвід формують нормативну рамку і цінності [35]. Усі ці фактори взаємодіють, визначаючи кінцевий рівень толерантності у конкретної особистості.

Підсумовуючи огляд чинників формування толерантності до невизначеності, зазначимо, що їх можна умовно поділити на: індивідуальні (особистісні) характеристики, мікросоціальні (сім'я, друзі, колективи), макросоціальні (культура та історичний контекст), освітні (стиль навчання, педагогічна підтримка) тощо. Взаємодія цих чинників забезпечує формування комплексної здатності особистості сприймати, оцінювати та ефективно реагувати на неоднозначні, непередбачувані або суперечливі обставини.

1.3. Теоретичний аналіз взаємозв'язку між національною ідентичністю та толерантністю до невизначеності

Взаємозв'язок національної ідентичності та толерантності до невизначеності, охоплює когнітивні, емоційні, поведінкові та культурні рівні функціонування особистості. У сучасній психологічній науці це питання

розглядають через призму інтеграції декількох теоретичних парадигм: соціальної психології, когнітивної психології, етно-психології а гуманістичної психології.

Національна ідентичність визначає, яким чином особистість конструює реальність і оцінює соціальні ситуації. З когнітивної точки зору (Брунер, Келлі), вплив національної ідентичності на мислення виступає як система категорій і схем, які допомагають упорядковувати інформацію. Водночас вони можуть як сприяти адаптації до невизначеності, так і обмежувати її. Люди з гнучкою, інтегративною національною ідентичністю здатні зберігати прихильність до своєї культури, не відмовляючись від відкритості до нових ідей та світу. Для таких індивідів невизначеність сприймається як можливість, а не загроза. Натомість ригідна етноцентрична ідентичність може підвищувати тривожність у ситуаціях, що виходять за межі знайомих культурних схем.

Когнітивний аспект взаємозв'язку демонструє, що національна ідентичність функціонує як фільтр сприйняття інформації, який регулює ступінь психологічної комфортності у невизначених обставинах. Здатність зберігати відкритість у межах власної культурної самоідентифікації виступає основою толерантності до невизначеності.

Емоційний компонент національної ідентичності тісно пов'язаний з переживанням приналежності, гордості та психологічної стабільності [18]. Ці емоції виконують регуляторну функцію, знижуючи рівень тривожності перед непередбачуваними ситуаціями. К. Роджерс та А. Маслоу підкреслювали, що відчуття “психологічного дому” або стабільності, що надає ідентичність, дозволяє особистості спокійно контактувати із новим досвідом. Іншими словами, внутрішня цілісність, підтримана національними символами, традиціями та культурними нормами, створює емоційний фундамент, який пом'якшує вплив невизначеності.

Емпіричні дослідження (Yan Long, Fangying Quan, Yong Zheng) показують, що студенти з високим рівнем національної ідентичності демонструють нижчий рівень тривожності у ситуаціях академічної або соціальної невизначеності, тоді

як особи з слабо сформованою ідентичністю частіше схильні до уникливої поведінки та емоційної нестабільності.

Національна ідентичність формує певні очікування щодо соціальної поведінки та норм, що, у свою чергу, впливає на толерантність до невизначеності [22]. У соціально-психологічному підході, наголошується на тому, що культура надає рамки допустимого, формуючи у особистості уявлення про “звичне” та “незвичне”. Відповідно, ми можемо провести та відслідкувати певні паралелі. В культурах з високим рівнем колективізму національна ідентичність часто пов’язана зі суворими соціальними нормами, що може зменшувати готовність до ризику та прийняття невідомого. Натомість в індивідуалістичних культурах національна ідентичність підкреслює автономію, самостійність та інноваційність, що стимулює гнучке ставлення до невизначеності.

В українському контексті національна ідентичність поєднує два елементи обох типів - сильна культурна спадщина сприяє стабільності, а сучасні трансформації себто глобалізація, інтеграція до європейського простору стимулюють гнучкість і готовність до нових досвідів. Російсько-українська війна стимулює згуртованість та наочно показує важливість приналежності до нації, з іншої сторони пандемія атомізувала суспільство, роздрібнивши людей в своїх домівках, наслідки цього суспільство відчуває досі. «Російська воєнна агресія суттєво вплинула на життєдіяльність кожного громадянина України, його особистісну ідентичність. Онлайн-опитування українців, яке в березні 2022 р. проводила соціологічна компанія Factum Group, засвідчило, що в Україні порівняно з минулим роком, коли на українців впливала пандемія коронавірусу, відчуття згуртованості суттєво зросло – більше ніж удвічі» (Степико М.Т., 2022, с.77). Це створює особливий тип взаємозв’язку, одночасне прагнення до збереження традицій і здатність адаптуватися до змін.

Також варто згадати про мотиваційні аспекти, толерантність до невизначеності у контексті національної ідентичності має сильне мотиваційне підґрунтя. З одного боку, належність до певної нації забезпечує відчуття

захищеності та сенсу згідно з Франклом, з іншого боку мотивує до пошуку нового досвіду та самореалізації [29].

Це особливо проявляється у молоді, де формування національної свідомості співпадає з формуванням особистісних цінностей і прагненням до самостійного прийняття рішень. У цьому віковому періоді високий рівень національної ідентичності стимулює емоційну стійкість і сприйнятливність до змін, а низький, відповідно, - підвищену тривожність та уникнення нових ситуацій.

На практичному рівні взаємодія національної ідентичності та толерантності до невизначеності проявляється у поведінкових стратегіях. Особистість, яка має чітке усвідомлення своєї культурної приналежності, частіше застосовує стратегії саме адаптивного реагування, тобто пошук інформації для зменшення невизначеності, використання культурних символів і традицій як ресурсу для саморегуляції, конструктивну взаємодію у міжкультурних ситуаціях, прийняття ризику та нових викликів в межах культурних рамок тощо.

Люди з нестійкою або суперечливою національною ідентичністю частіше демонструють унікаючу, догматичну або конфліктну поведінку у відповідь на невизначеність [25]. Сучасні психологічні дослідження підтверджують існування стійкого взаємозв'язку між національною ідентичністю та толерантністю до невизначеності. Емпіричні дані показують, що особистості з високим рівнем усвідомленої національної ідентичності демонструють кращу когнітивну гнучкість, стійкість до стресу та ефективні стратегії адаптації до нових або суперечливих умов (Yanwen Fan 2025).

У експериментальних дослідженнях, що використовують методики оцінки когнітивної гнучкості та невизначеності, відзначено, що учасники з чітко сформованою національною ідентичністю легше інтегрують суперечливу інформацію, приймають ризики та демонструють конструктивну поведінку у групових заняттях [21]. Ці результати підтверджують ідею когнітивної та емоційної синхронізації між стабільністю національної ідентичності та

адаптивною толерантністю до невизначеності. Водночас дослідження вказують на обмежувальну роль ригідної ідентичності: етноцентризм і жорсткі культурні стереотипи підвищують тривожність у непередбачуваних ситуаціях і обмежують можливості для соціальної взаємодії. Особливо це проявляється у міжкультурних контактах та ситуаціях, що вимагають швидкого прийняття рішень без повної інформації.

Взаємозв'язок національної ідентичності та толерантності до невизначеності має також історичний вимір. У періоди соціальної нестабільності, економічних криз або політичних трансформацій роль національної ідентичності у формуванні психологічної стійкості стає особливо значущою. Дослідження показують, що у періоди криз високий рівень усвідомленої національної ідентичності сприяє більш конструктивній адаптації до невизначених обставин та зниженню ризику соціальної дезадаптації (Бойко, 2025; Гафітуліна, 2018).

Глобалізаційні процеси також впливають на цей взаємозв'язок. Розширення міжкультурних контактів, інтеграція у світовий економічний та інформаційний простір створює нові виклики для збереження національної ідентичності [39]. У цьому контексті адаптивна національна ідентичність виступає ресурсом, який підтримує психологічну гнучкість та здатність діяти у нових, непередбачуваних умовах, водночас зберігаючи почуття культурної приналежності.

Перетин національної ідентичності та толерантності до невизначеності проявляється на трьох рівнях - когнітивний, тобто національна ідентичність надає структуровані схеми для сприйняття та оцінки нових ситуацій. Це дозволяє прогнозувати розвиток подій та розробляти адекватні стратегії поведінки. Емоційний рівень, почуття гордості, приналежності та психологічного захисту зменшує страх перед невідомим і сприяє конструктивній взаємодії з новими викликами. Соціальний рівень, культурні та соціальні норми, підтримка колективу та взаємодія з іншими соціальними групами забезпечують безпечний простір для експериментування, прийняття ризику та адаптації до змін.

Така інтеграція створює динамічну систему, у якій національна ідентичність виступає базовим ресурсом для формування толерантності до невизначеності. Вона поєднує стабільність та гнучкість, дозволяючи особистості залишатися відкритою до нового досвіду, не втрачаючи власного культурного та соціального коріння.

Сучасні психологічні моделі пропонують кілька пояснень цього взаємозв'язку [40]. Модель когнітивної гнучкості - національна ідентичність забезпечує структуру для оцінки ситуацій, а когнітивна гнучкість визначає рівень толерантності до невизначеності. Модель соціальної ідентичності - стверджує, що сильна групова ідентичність зменшує соціальну тривожність та покращує здатність приймати нові соціальні правила. Емоційно-регуляційна модель - почуття приналежності та гордості за націю виступає регулятором емоцій у непередбачуваних ситуаціях, знижуючи страх та підвищуючи адаптивність.

Всі ці моделі підтверджують, що національна ідентичність та толерантність до невизначеності взаємопов'язані і формують комплексну систему адаптивної поведінки особистості. Загалом цей взаємозв'язок можна охарактеризувати як синергетичний. Сильна усвідомлена національна ідентичність слугує джерелом психологічної стабільності, когнітивної структури та емоційної підтримки, що підвищує толерантність до невизначеності, при цьому рівень вищезазначеної толерантності залежить напряду від гнучкості національної ідентичності, соціально-психологічного контексту тобто сім'ї, колективів, культури етносу, історичного та глобального фону, індивідуальних когнітивних та емоційних особливостей, виходячи із результатів праць таких науковців як Бойко С., Гафітуліна А.В., Таджфел Г., Тернер Дж.

Таким чином вивчення взаємозв'язку цих двох феноменів є критично важливим для розуміння соціально-психологічної адаптації сучасної молоді, формування конструктивних стратегій поведінки в умовах глобалізації та нестабільності, а також розробки психологічних і освітніх програм, спрямованих на підвищення когнітивної, емоційної та поведінкової гнучкості особистості.

Висновки до розділу 1

У першому розділі було здійснено теоретико-методологічний аналіз феноменів толерантності до невизначеності та національної ідентичності, визначено їх зміст, психологічну структуру, функції, взаємозв'язки з іншими особистісними характеристиками, а також окреслено особливості їх формування у період студентської молодості. Проведене теоретичне узагальнення дозволяє розглядати ці поняття не ізольовано, а як взаємопов'язані елементи системи ціннісно-мотиваційного, емоційного й когнітивного розвитку особистості, які визначають її адаптивність у сучасному суспільстві.

Національна ідентичність у психологічному контексті розглядається як усвідомлене відчуття належності до певної нації, прийняття її цінностей, культури, традицій і соціальних норм (Е. Еріксон, Дж. Марсія, О. Гора, Г. Гандзілевська, Н. Оксентюк, М. Шугай, Л. Король та ін.). Це складне багатовимірне утворення, яке об'єднує когнітивний, емоційно-ціннісний і поведінковий рівні. Національна ідентичність формується поступово, проходячи стадії етнічного самовизначення, усвідомлення належності, прийняття цінностей і внутрішньої інтеграції. Її розвиток тісно пов'язаний із процесами соціалізації, впливом сім'ї, освітнього середовища, медіа, міжкультурної взаємодії.

Аналіз наукових підходів (Д. Баднер, А.Френкел-Брунsvік, Г. Розенцвейг, Е. Френкель, А. Круглянскі, П. Шуятерман, К. Кляйн, Г. Громова, С. Кузікова, Є. Тимошук, Р. Каламаж та ін.) дає можливість розглядати толерантність до невизначеності студентів ЗВО як інтегративну особистісну характеристику, яка відображає їх здатність сприймати неоднозначні, суперечливі або непередбачувані ситуації без надмірної тривоги, зберігаючи внутрішню рівновагу, продуктивність мислення і здатність до саморегуляції.

Визначено, що толерантність до невизначеності студентів доцільно розглядати у єдності когнітивного (готовність сприймати нову, неоднозначну інформацію, здатність мислити гнучко, враховувати альтернативні точки зору тощо), емоційного (емоційна стабільність, здатність до самоконтролю афекту,

регуляції тривожності, довіра до власних рішень) і поведінкового компонентів (схильність діяти в умовах невизначеності без уникнення, готовність до ризику, експериментування, пошуку нових рішень).

У ході теоретичного аналізу з'ясовано, що толерантність до невизначеності тісно пов'язана із такими психологічними характеристиками, як самостійність, впевненість у собі, відкритість до досвіду, когнітивна гнучкість, емоційна стійкість і самоефективність. Вона є передумовою адаптації особистості до змін, формування креативності та стратегічного мислення, що набуває особливої актуальності у сучасних соціальних реаліях, позначених швидкими соціокультурними й технологічними трансформаціями.

Висока толерантність до невизначеності свідчить про зрілість пізнавальної сфери, готовність особистості діяти в умовах неповної інформації, а низька - про схильність до категоричності, страх помилки, підвищену тривожність і потребу у контролі.

Проведений аналіз засвідчує, що національна ідентичність та толерантність до невизначеності взаємопов'язані й ґрунтуються на спільних психологічних механізмах — розвитку самосвідомості, емоційної стабільності, когнітивної гнучкості, ціннісної орієнтації та соціальної відповідальності. Толерантність до невизначеності виступає важливим чинником адаптації особистості до соціокультурних трансформацій, знижує рівень тривожності та сприяє інтеграції нового досвіду. Водночас сформована національна ідентичність забезпечує психологічну опору в умовах невизначеності, надає чітку систему ціннісних і культурних орієнтирів та стандартів, а також підтримку групової належності, що підвищує впевненість у власних рішеннях. Таким чином, між цими феноменами існує взаємопідсилювальний зв'язок, який сприяє гармонійному розвитку особистості та її успішній соціальній інтеграції в умовах невизначеності.

Таким чином, теоретичний аналіз, здійснений у першому розділі, створив наукову основу для подальшого емпіричного дослідження, визначив ключові змінні, гіпотези та напрями інтерпретації отриманих результатів. Виявлені закономірності дозволяють зробити висновок, що розвиток національної

ідентичності та толерантності до невизначеності сприятиме соціально-психологічній адаптації у мінливому світі.

РОЗДІЛ 2

ОРГАНІЗАЦІЯ ТА РЕЗУЛЬТАТИ ЕМПІРИЧНОГО ДОСЛІДЖЕННЯ ВЗАЄМОЗВ'ЯЗКУ НАЦІОНАЛЬНОЇ ІДЕНТИЧНОСТІ ТА ТОЛЕРАНТНОСТІ ДО НЕВИЗНАЧЕНОСТІ СТУДЕНТІВ ЗВО

2.1. Обґрунтування процедури та методів емпіричного дослідження

У сучасних соціально-психологічних дослідженнях проблема вибору методів має принципове значення, адже саме адекватність методологічного інструментарію визначає валідність, надійність і глибину отриманих результатів. Вивчення взаємозв'язку самоідентичності індивіда як члена певної нації та толерантності до невизначеності потребує комплексного підходу, який дозволяє одночасно охопити як індивідуально-психологічні, так і соціокультурні рівні досліджуваних феноменів.

Проблема полягає в тому, що обидва поняття - “національна ідентичність” та “толерантність до невизначеності” є багатовимірними конструктами, які поєднують когнітивні, емоційні та поведінкові компоненти [4]. Відповідно, для їх вивчення необхідно використовувати не один інструмент, а комбінацію методів, які дозволяють отримати достовірну, багатовимірну картину.

Основна логіка дослідження полягає у виявленні не просто фактів, а закономірностей - тобто тих психологічних механізмів, які зумовлюють, яким чином національна ідентичність може впливати на ставлення людини до невизначеності, а толерантність до невизначеності - на сприйняття себе як частини певної нації у контексті суспільних змін, трансформацій, криз тощо. Для цього потрібне поєднання кількісних і якісних методів, адже лише через об'єднання статистичних показників і глибинного розуміння досвіду респондентів можна досягти повного аналізу.

Тому дослідження побудовано на принципах змішаної методології, що передбачає інтеграцію стандартизованих опитувальників і якісних інтерпретацій

інтерв'ю. Це дозволяє отримати не тільки кількісні співвідношення між змінними, а й зрозуміти, як саме ці феномени проявляються у свідомості та поведінці молодих людей.

Методологічна база спирається на концепції соціальної ідентичності Теджфела та Тернера, когнітивної регуляції поведінки, а також теорію толерантності до невизначеності Баднера. Відповідно до цих підходів, дослідження передбачає одночасне вивчення: когнітивного компоненту, що включає в себе знання про свою національну належність, усвідомлення культурних особливостей, розуміння значущості спільноти; афективного компоненту, до якого входить емоційне ставлення до своєї національної групи, гордість, почуття приналежності, прийняття “іншого”; поведінкового компоненту, зокрема, готовності діяти у відповідності до національних і гуманістичних цінностей, прояви толерантності до невизначеності у реальних життєвих ситуаціях [5].

Таким чином, дослідницька стратегія повинна охопити і суб'єктивний досвід і соціальні орієнтації респондентів. У дослідженні дотримано низки принципів, які визначають наукову коректність:

Принцип системності - обидва феномени, національна ідентичність і толерантність до невизначеності розглядаються як системні утворення, що мають внутрішню структуру і динаміку.

Принцип об'єктивності - результати отримуються через стандартизовані методики, що забезпечують можливість кількісного порівняння та уникнення суб'єктивних спотворень та колізій.

Принцип валідності - всі обрані інструменти пройшли психометричну апробацію і демонструють високі показники надійності виходячи за даними попередніх досліджень.

Принцип етичності - участь респондентів є добровільною, всі дані анонімні, а мета дослідження пояснюється у доступній формі.

Ці принципи утворюють рамку, в межах якої забезпечується достовірність та репрезентативність емпіричного матеріалу. Для вимірювання національної

ідентичності та толерантності до невизначеності було обрано кілька стандартизованих опитувальників, адаптованих для українського контексту. Основні причини такого вибору полягають у наступному: по-перше, кількісні методи дозволяють встановити рівень вираженості кожного феномену та виявити статистично значущі кореляції між ними; по-друге, стандартизовані тести забезпечують порівнюваність результатів, що важливо для аналізу студентів різних спеціальностей, по-третє, ці методики мають психометричну надійність, що мінімізує вплив випадкових факторів.

Комбінування кількісних і якісних методів створює трикутник достовірності - стандартизовані тести забезпечують об'єктивність, інтерв'ю додають глибини та контексту, статистичний аналіз дозволяє виявити закономірності. У результаті, дані з різних джерел взаємно перевіряють і доповнюють одне одного, що підвищує наукову точність і пояснювальну силу результатів.

Особливу увагу приділено українському соціокультурному контексту, адже саме він задає специфіку формування національної ідентичності. Після 2014 року та особливо після 2022-го, національна самосвідомість українців зазнала істотної трансформації, від декларативної до усвідомлено-цілісної. Це потребує інструментів здатних відобразити сучасні реалії[6].

Дослідження побудоване на трьох рівнях - індивідуальному, що включає в себе особистісні особливості, рівень тривожності, простежити їх взаємозв'язок і соціально-психологічні чинники та розкрити смислові механізми, через які ці явища взаємодіють.

Таким чином, методологічна концепція цього дослідження поєднує емпіричну точність і психологічну глибину[7]. Це створює основу для подальшого аналізу вибірки, опису інструментарію та практичної реалізації дослідження.

Характеристика вибірки. Вибірка у психологічному дослідженні є одним із найважливіших компонентів, адже саме від її репрезентативності залежить достовірність висновків і можливість узагальнення результатів. Для аналізу

взаємозв'язку самоідентифікації приналежності до нації та толерантності до невизначеності вибір студентської молоді є методологічно виправданим, оскільки саме ця соціально-вікова група перебуває на етапі активного формування світогляду, ідентичності, цінностей та ставлення до майбутнього.

У дослідженні взяли участь студенти віком від 17 до 20 років, що навчаються у закладах вищої освіти Хмельницького Національного Університету та Хмельницької гуманітарно-педагогічної академії спеціальностей «Психологія», «Соціальна робота», «Дошкільна освіта», «Початкова Освіта», «Інформаційні технології». Загальна кількість респондентів становила 133 особи, із яких 66% жінки і 34% чоловіки.

Студентський вік є особливим періодом психосоціального розвитку. Він характеризується процесом переходу від підліткової залежності до дорослої автономії, від пошуку себе до становлення цілісної системи ідентичності. У цей час формуються уявлення про власну національну належність, моральні орієнтири, громадянську позицію[8].

За Еріксоном, провідною кризою цього віку є криза ідентичності, яка виявляється у спробах знайти баланс між індивідуальністю та соціальною приналежністю. Саме тому дослідження національної ідентичності серед студентів є не лише доцільним, а й психологічно виправданим, тому що ця тема для них природно актуальна.

Водночас, молодь є особливо чутливою до ситуацій невизначеності, оскільки на цьому етапі життєвого шляху вони часто стикаються з необхідністю приймати рішення щодо майбутнього - професії, особистого життя, громадянської активності. Тому толерантність до невизначеності у студентів виступає показником їхньої психологічної зрілості, гнучкості та здатності адаптуватися до змін.

У сучасних умовах - після пандемії, під час війни та соціально-економічних трансформацій рівень невизначеності в житті української молоді надзвичайно високий. Вони навчаються, працюють, волонтерять у ситуації нестабільності, де постійно потрібно приймати рішення без повної інформації

[9]. Це робить дослідження їхньої толерантності до невизначеності ще більш значущим.

Українська студентська молодь сьогодні є представником нового покоління, яке формувалося вже після здобуття незалежності, але пережило і продовжує проживати значні суспільні трансформації та потрясіння: Революцію Гідності, війну, міграційні процеси, цифрову революцію. Ці події істотно вплинули на систему цінностей і уявлень про націю, свободу, справедливість і відповідальність.

У студентів домінують цінності самореалізації, свободи, соціальної активності, однак зростає й усвідомлення важливої національної єдності, культурної самобутності, історичної пам'яті (Чайка Г., 2025). Саме тому дослідження взаємозв'язку між національною ідентичністю та толерантністю до невизначеності в цій групі дозволяє зрозуміти не лише індивідуальні, а й соціально-ментальні тенденції розвитку українського суспільства.

Студенти є водночас носіями і агентами соціальних змін. Їхня національна самосвідомість не є статичною - вона формується в середовищі глобальної інформаційної взаємодії, де переплітаються український, європейський та світовий дискурси. Таке середовище сприяє гнучкому типу ідентичності, але може створювати внутрішні суперечності між бажанням зберегти автентичність і прагненням інтегруватися у світовий простір.

Психологічний портрет студентської молоді сьогодні характеризується поєднанням високої адаптивності та вразливості. Вони виростили у світі швидких змін, інформаційного перенасичення та швидкого розвитку цифрових технологій. Водночас постійний потік кризових подій створює хронічне відчуття невизначеності. Молоді люди навчилися існувати в умовах постійної непередбачуваності, але це не означає, що вони сприймають її без емоційних наслідків [10].

У цьому сенсі рівень толерантності до невизначеності може слугувати одним із індикаторів психологічної зрілості - одні адаптуються і розвивають гнучкість, інші демонструють підвищену тривожність, уникання нових ситуацій

або надмірний контроль. Важливу роль у формуванні як національної ідентичності, так і толерантності до невизначеності відіграє освітнє середовище. Університет - це не лише місце отримання знань, а й соціальний простір, де відбувається практика демократії, комунікації, відповідальності.

Таким чином, характеристика вибірки повинна включати й освітньо-соціальні параметри, що формують середовище розвитку досліджуваних феноменів. Репрезентативність вибірки забезпечується завдяки її різноманітності за кількома критеріями:

Гендерний баланс

Різні спеціальності

Різні курси навчання

Таке поєднання дозволяє мінімізувати однобічність і зробити висновки більш універсальними. Однак дослідження має й обмеження, які слід враховувати - вибірка представлена лише студентами, тому результати не можна безпосередньо екстраполювати на всі вікові групи. Проте саме студентська молодь є найбільш показовою у вивченні динаміки ідентичності, адже тут вона перебуває в активній стадії формування.

Усі учасники дослідження брали участь добровільно. Перед початком було вербально повідомлено про мету, тривалість та принципи анонімності. Студенти могли в будь-який момент відмовитися від участі без жодних наслідків. Дотримано принципів етики психологічного дослідження - конфіденційність, повага до особистої гідності, уникнення маніпуляцій і тиску. Дані збиралися у груповому форматі, без зазначених імен. Тестування проводилося офлайн.

Саме студентська молодь дозволяє найкраще реалізувати мету дослідження - виявити взаємозв'язок між національною ідентичністю та спроможністю толерування невизначеності[15]. Вони живуть у період швидких змін, шукають відповіді на питання "Хто я?" і "Яке моє місце у світі?", тому природно демонструють як прояви національної самосвідомості, так і реакції на невизначеність.

Отож, вибірка студентської молоді є методологічно обґрунтованою, соціально актуальною і психологічно релевантною. Вона поєднує різні спеціальності, курси, що дозволяє побачити узагальнені тенденції студентство[16]. Молоді люди виступають водночас індикатором і двигуном змін, тому вивчення рівня їхньої толерантності до невизначеності у зв'язку з національною ідентичністю дає змогу зрозуміти, як формується нова генерація української нації - гнучка, усвідомлена, відкрита до світу, але міцно вкорінена у своїй культурній основі.

Для вивчення взаємозв'язку між національною ідентичністю та толерантністю до невизначеності було використано комплекс психодіагностичних методик, які дозволяють оцінити як когнітивно-емоційні, так і поведінкові аспекти зазначених феноменів. Вибір інструментарію ґрунтувався на принципах наукової валідності, надійності, адаптованості до українського контексту та релевантності поставленим завданням дослідженням.

Зокрема, для оцінки рівня толерантності до невизначеності було використано шкалу Баднера (додаток А), а для визначення рівня національної ідентичності - Методика дослідження рівня сформованості національної ідентичності студентів О. Гора (додаток Б). Ці інструменти дозволяють дослідити когнітивні, емоційні та поведінкові складові, а також визначити тип ставлення до невизначеності (від уникнення до прийняття) та скорочену шкалу інтолерантності до невизначеності IUS-12 для зворотної кореляції (додаток В). Також шкала тривожності Спілберга для визначення рівня тривожності (додаток Г) та тест "Емоційна стійкість" (додаток Д), для подальшого аналізу і визначення кореляції індивідуально-психологічних факторів із вищезазначеними феноменами.

Психодіагностичний блок дослідження складався з трьох основних частин: опитувальників, спрямованих на оцінку рівня сформованості національної ідентичності, методик для вимірювання толерантності до невизначеності та опитувальника і тесту для виявлення супутніх соціально-психологічних чинників, що можуть впливати на зазначені змінні.

Для визначення рівня та структури національної ідентичності було використано декілька підходів. Основною методикою виступала Методика дослідження рівня сформованості національної ідентичності студентів за авторством О. Гори.

Оцінювання толерантності до невизначеності здійснювалася за допомогою методики визначення толерантності до невизначеності С. Баднера. Шкала включала твердження на кшталт: “Я відчуваю себе комфортно, коли не маю всіх відповідей”, “Мене дратує, коли події розвиваються непередбачувано”, “Я можу приймати рішення, навіть не маючи повної інформації”. Відповідно оцінювались за низьким, середнім та високим рівнем по чотирьом пунктам, загальний показник, новизна, складність та нерозв’язність як основні джерела толерантності.

З метою деталізації результатів також було використано шкалу інтолерантності до невизначеності (IUS), яка вимірює рівень тривоги, дискомфорту та уникнення ситуацій, пов’язаних із невизначеністю. Це дозволило порівняти позитивну (толерантну) та негативну (інтолерантну) реакцію на невідоме і співвіднести її з показниками національної ідентичності.

Оскільки формування національної ідентичності та толерантності до невизначеності відбувається у контексті соціального досвіду, було застосовано кілька додаткових інструментів. В тому числі опитуваним пропонувалося вказати чи беруть вони участь у суспільній чи волонтерській діяльності, це дозволяє оцінити рівень залученості студентів у волонтерські, культурні та громадські ініціативи. Це дало змогу з’ясувати, чи пов’язана активна громадянська позиція з вищим рівнем толерантності до невизначеності.

До загального пакету дослідження входила анкета, яка збирала дані про вік, стать, спеціальність, курс навчання, етнічне походження, мову спілкування в родині, участь у культурних чи громадських заходах. Ці змінні дозволили проаналізувати, чи мають соціокультурні чинники значення у формуванні досліджуваних феноменів.

Кожен опитувальник оброблявся за окремими алгоритмами, рекомендованими авторами методик. Для інтегрального аналізу даних використовувалися середні бали, стандартизовані показники, а також кореляційні коефіцієнти для виявлення взаємозв'язків між змінними.

Процедура проведення емпіричного дослідження була спроектована таким чином, щоб забезпечити комплексне вимірювання двох основних феноменів - національної ідентичності та толерантності до невизначеності, а також пов'язаних з ними психологічних характеристик, таких як емоційна стійкість, рівень тривожності. Дослідження проводилося поетапно, із дотриманням етичних принципів, наукової валідності та стандартизованих психодіагностичних умов.

Перший етап полягав у підготовці методичного інструментарію, формуванні вибірки та забезпеченні умов проведення. До участі було залучено близько 133 студента віком від 17 до 20 років, які навчаються у вищих навчальних закладах Хмельницької гуманітарно-педагогічної академії та Хмельницького Національного Університету за спеціальностями «Психологія» 34 студента, 1 курс – 13 студентів, 2 курс – 9 студентів, 3 курс – 7 студентів, 4 курс – 6 студентів, «Педагогіка» 26 студентів, 1 курс – 12 студентів, 2 курс – 4 студента, 3 курс – 7 студентів, 4 курс- 3 студента, «Початкова Освіта» 27 студентів, 1 курс – 11 студентів, 2 курс – 5 студентів, 3 курс – 4 студента, 4 курс- 2 студента, «Дошкільна освіта» 21 студент, 1 курс – 6 студентів, 2 курс – 5 студентів, 3 курс – 6 студентів, 4 курс -4 студента, «Інформаційні технології» 25 студентів, 1 курс – 5 студентів, 2 курс – 8 студентів, 3- курс – 9 студентів, 4 курс – 3 студента.

На другому етапі здійснювалось безпосереднє тестування учасників за обраними методиками. Процес проходив переважно у груповому форматі, часто з делегуванням на штатного психолога закладу з подальшим поверненням результатів дослідження.

Психодіагностичний пакет складався з таких інструментів:

Методика визначення толерантності до невизначеності Баднера - даний інструмент вимірює загальну готовність особи до ситуацій невизначеності, сприйняття новизни, складності та неструктурованості. Оцінка здійснювалася за 5-бальною шкалою, де високі бали свідчать про виражену толерантність.

IUS-12 - шкала інтолерантності до невизначеності - використана у стандартизованій українській адаптації. Ця коротка форма дозволяє виміряти два ключові фактори: емоційну реактивність на невизначеність і когнітивну ригідність.

Методика дослідження рівня сформованості національної ідентичності студентів (О. Гори) - спрямована на виявлення рівня усвідомлення власної належності до національної спільноти, ціннісних орієнтацій та ставлення до культурного контексту.

Шкала ситуативної та особистісної тривожності Спілбергера застосовувалася з метою оцінки рівня особистісної та ситуативної тривожності як потенційного медіатора між емоційною стабільністю та готовністю до невизначеності.

Тест “Емоційна стійкість” - використовувався для виявлення рівня здатності зберігати емоційну рівновагу, самоконтроль і психічну стабільність у стресових ситуаціях.

На третьому етапі збір та обробка первинних даних за кожною методикою.

На четвертому етапі було проведено описовий, порівняльний і кореляційний аналіз. Спершу визначалися середні арифметичні значення, стандартні відхилення та розподіл показників у межах норми. Далі здійснювалися порівняння за *t*-критерієм Стюдента та кореляційний аналіз за критерієм Пірсона (для виявлення зв'язків між змінними). Окрему увагу приділено дослідженню зв'язків між національною ідентичністю та толерантністю до невизначеності, інтолерантністю до невизначеності, емоційною стійкістю та рівнем тривожності, емоційною стійкістю й показниками національної самоідентифікації.

Також проводився аналіз відмінностей показників у студентів різних спеціальностей.

П'ятий етап був відведений на інтерпретацію результатів. Отримані числові дані були не лише статистично оброблені, але й інтерпретовані. Особливу увагу приділено тому, як рівень національної ідентичності може виступати захисним чинником при переживанні невизначеності.

Заключний етап полягав у синтезі результатів усіх методик і формуванні системного уявлення про взаємозв'язки досліджуваних феноменів. Було сформовано декілька ключових аналітичних таблиць і графіків, що демонструють професійні відмінності в показниках національної ідентичності й толерантності до невизначеності, кореляційні зв'язки між толерантністю до невизначеності, емоційною стабільністю, узагальнену структуру взаємозалежностей, де національна ідентичність виконує інтегративну, смислотворчу функцію [2].

Результати були перевірені на предмет внутрішньої узгодженості та репрезентативності, що забезпечило їх достовірність і можливість подальшого практичного застосування.

2.2. Аналіз та інтерпретація отриманих даних

Після збору емпіричних даних за допомогою психодіагностичних методик, наступним етапом дослідження став їх аналіз та інтерпретація. Основна мета цього етапу полягала у виявленні взаємозв'язків між показниками толерантності до невизначеності, рівнем національної ідентичності, емоційною стійкістю, ситуативною та особистісною тривожністю. У процесі аналізу даних було використано комплекс статистичних методів, що дали змогу отримати як описову, так і аналітичну характеристику вибірки.

На першому етапі було проведено описовий аналіз результатів, визначено середні значення (M), стандартне відхилення (SD), мінімальні та максимальні

показники. Це дало змогу окреслити загальні тенденції і зіставити їх із нормативними даними для кожної методики. Для виявлення зв'язків між показниками застосовувався кореляційний аналіз за коефіцієнтом Пірсона (r). Для перевірки надійності інструментів був використаний коефіцієнт Кронбаха α , який показав високий рівень внутрішньої узгодженості всіх методик ($\alpha=0.678-0.691$). Це забезпечує достовірність отриманих результатів та можливість подальшої інтерпретації кореляцій та інших статистичних показників.

Обробка даних здійснювалась у SPSS Statistics та Microsoft Excel, що дозволяло здійснювати як числовий, так і графічний аналіз. Отримані результати дали змогу створити інтегровану модель взаємозв'язків між ключовими психологічними показниками, що дозволяє побачити толерантність до невизначеності як центральний фактор, що опосередковує вплив емоційної стійкості, тривожності та національної ідентичності. Таким чином, даний підхід до аналізу даних забезпечив логічну цілісність дослідження та заклав основу для формулювання подальших рекомендацій та висновків

Метою емпіричного етапу дослідження було виявлення характеру та особливостей взаємозв'язку між національною ідентичністю та толерантністю до невизначеності студентської молоді. На підставі узагальнення теоретичних положень, розглянутих у попередньому розділі, передбачалося, що високий рівень національної ідентичності може бути чинником психологічної стійкості в умовах соціальної й особистісної невизначеності.

Для діагностики рівня національної ідентичності студентів використовувалася Методика дослідження рівня сформованості національної ідентичності за авторством О. Гори, яка дає змогу оцінити її когнітивний, емоційно-ціннісний та поведінковий компоненти. Інтерпретація результатів здійснювалася за критеріями автора, що дозволяють визначити низький, середній і високий рівень сформованості національної ідентичності (рис 2.1).

Рівень національної ідентичності (за авторством О. Гори)

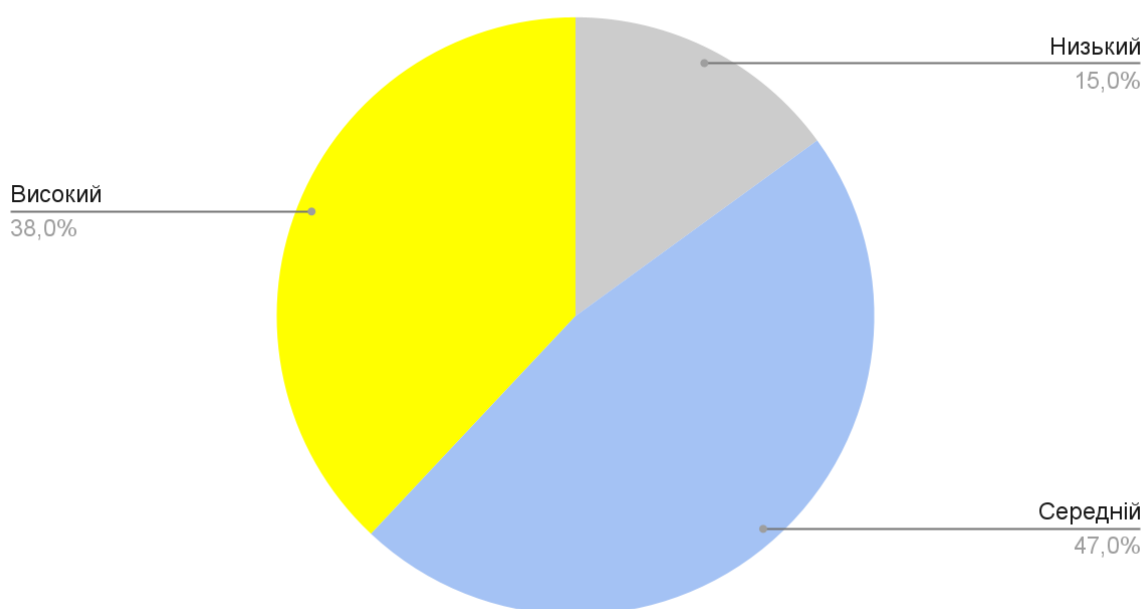


Рис.2.1. Розподіл рівнів національної ідентичності студентів

За даними аналізу результатів, високий рівень національної ідентичності виявлено у 38% респондентів, середній рівень у 47%, а низький рівень у 15% студентів. Це свідчить про те, що більшість студентів демонструють сформоване усвідомлення своєї належності до української нації, ціннісне прийняття національних символів, культури та традицій, а також готовність діяти в інтересах національної спільноти. Дещо нижчим був рівень когнітивного компонента, який передбачає знання історичних фактів та усвідомлення ролі особистості в збереженні національної самобутності (рис. 2.2).

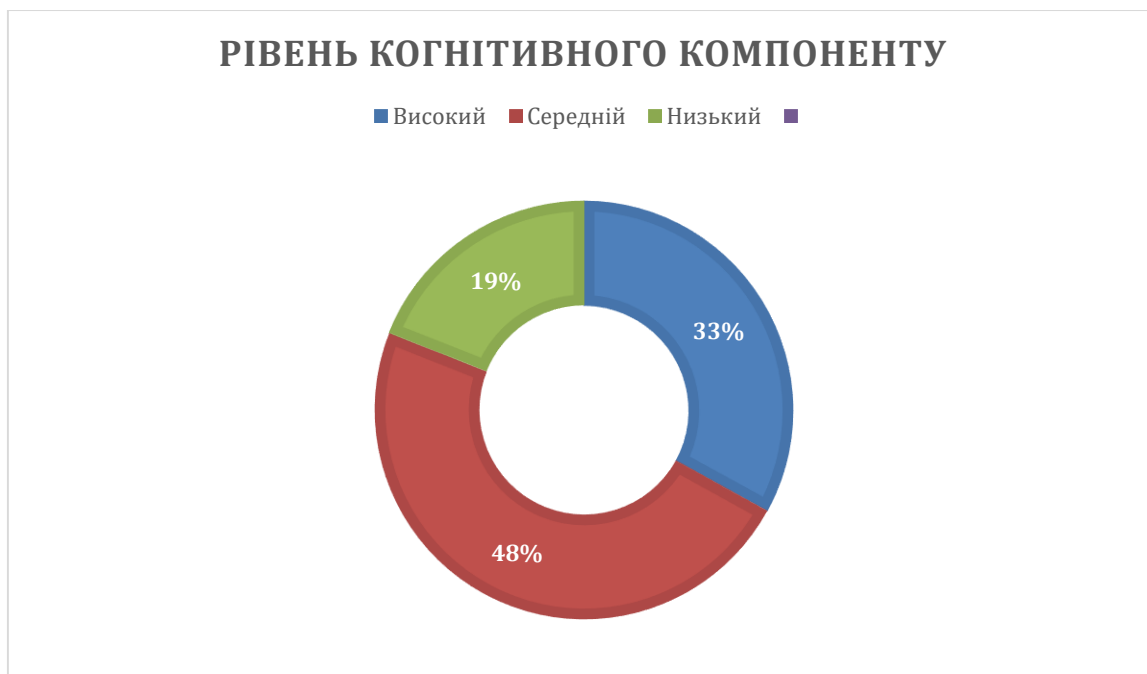


Рисунок 2.2. Рівень когнітивного компоненту у респондентів

Поведінковий компонент мав варіативний характер: лише частина респондентів брала участь у волонтерських, громадських або культурно-освітніх ініціативах, спрямованих на підтримку національних цінностей (рис. 2.3).



Рисунок 2.3. Рівень залученості респондентів у суспільну діяльність

Для визначення рівня толерантності до невизначеності застосовано методику Баднера, що дозволяє оцінити ступінь прийняття або уникнення ситуацій невизначеності (рис.2.4).

За шкалою Баднера було виявлено, що високий рівень толерантності до невизначеності мають 31% опитаних, середній рівень - 49%, а низький рівень - 20%.

Толерантність до невизначеності (С. Баднер)

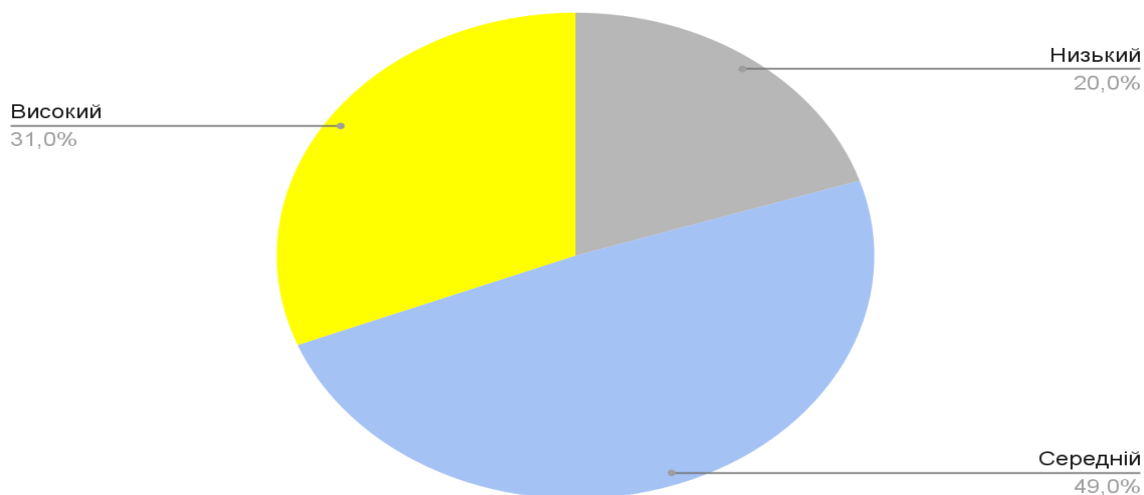


Рис.2.4. Рівень толерантності до невизначеності у студентів

Студенти з високими показниками толерантності до невизначеності характеризувалися відкритістю до нових досвідів, схильністю до аналізу проблемних ситуацій без тривоги, а також готовністю приймати зміни в особистому та соціальному житті. Особи з низькою толерантністю, навпаки, відзначалися вираженим прагненням до структурованості, передбачуваності та контролю над подіями, що нерідко супроводжувалося підвищеною тривожністю у ситуаціях новизни.

За Шкалою ситуативної та особистісної тривожності Спілбергера виявлено, що більшість студентів мають середній рівень тривожності. Водночас значна частка демонструє як високий, так і низький рівень, що вказує на індивідуальні відмінності у психологічній стійкості студентської молоді (рис.2.5).



Рисунок 2.5. Рівень ситуативної та особистісної тривожності за Спілбергером

Результати свідчать, що високий рівень тривожності асоціюється з нижчою толерантністю до невизначеності, особливо у студентів із недостатньо сформованою національною ідентичністю. Це підкреслює необхідність впровадження програм психологічної підтримки та тренінгів із розвитку емоційної регуляції для підвищення адаптивності та зниження рівня тривожності серед студентів.

За результатами шкали інтолерантності до невизначеності IUS-12, середній показник становив 32,4 бала з максимально можливих 60. Отже, більшість студентів проявляли помірну інтолерантність, що свідчить про певний рівень напруженості в ситуаціях, де відсутні чіткі орієнтири або очікувані результати. При цьому статистично значущі гендерні відмінності не були виявлені ($p > 0,05$), проте спостерігалася тенденція до вищих показників інтолерантності у студенток, що узгоджується з даними досліджень Веріноки Панчишиної, Ayda Tekok-Kilic, Jan C Frijters, Christine Tardif-Williams, 2023).

Кореляційний аналіз за критерієм Пірсона показав наявність статистично значущого зворотного зв'язку між показниками національної ідентичності (за методикою О. Гори) та інтолерантністю до невизначеності (за шкалою IUS-12):

$r = -0,42$, $p < 0,01$. Тобто, чим вищим є рівень національної ідентичності, тим нижчий рівень інтолерантності до невизначеності, а отже, більша здатність особистості сприймати неоднозначні ситуації як природну частину соціальної реальності.

Також виявлено позитивний кореляційний взаємозв'язок між емоційно-ціннісним компонентом національної ідентичності та показником загальної толерантності до невизначеності за шкалою Баднера ($r = 0,38$, $p < 0,01$), що може свідчити про роль національної ідентичності як ресурсу емоційної стабільності та психологічної гнучкості у ситуаціях невизначеності.

Отримані результати підтверджують, що національна ідентичність виконує стабілізуючу функцію у структурі особистості, сприяючи формуванню психологічної готовності до взаємодії з невизначеними ситуаціями. Вона виступає не лише соціальною категорією, але й внутрішнім ресурсом адаптації, що дозволяє індивіду зберігати внутрішню послідовність і смислову цілісність у часи соціальних змін, війни чи культурних трансформацій, в свою чергу студентство також сильно травмоване соціальними кризами, що значною мірою впливає на формування толерантності до невизначеності.

Отримані результати дослідження засвідчили, що формування національної ідентичності та толерантності до невизначеності у студентської молоді має багатовимірний і контекстно залежний характер. Після проведення базового аналізу рівнів і показників у попередньому розділі постало завдання виявити, які саме соціокультурні та освітні чинники найбільше впливають на ці два феномени, а також як вони взаємодіють між собою у процесі становлення особистості сучасного українського студента.

Національна ідентичність і толерантність до невизначеності не формуються у вакуумі - вони завжди є продуктом соціального досвіду, історичних подій, культурних цінностей та міжособистісної взаємодії. Результати дослідження показали, що соціокультурний контекст, у якому перебуває молодь, суттєво впливає на те, як саме вибудовується зв'язок між цими двома психологічними утвореннями.

В свою чергу, соціокультурні зміни - відкритість до світу, мобільність, доступ до глобальних інформаційних потоків створюють ситуацію постійного вибору, де традиційні ідентичності співіснують із новими, більш динамічними. Це вимагає від особистості підвищеної толерантності до невизначеності. Таким чином, сучасна студентська молодь одночасно переживає процеси ідентифікації та деідентифікації: з одного боку - укорінення в національну культуру, з іншого - відкритість до універсальних цінностей, мультикультуралізму, нових форм самовираження (І. Сікорська 2019).

Студенти гуманітарних напрямів, себто психологія, дошкільна освіта, початкова освіта, іноземна філологія, показали вищий рівень національної ідентичності за методикою О. Гори - $M=72,5$ б. та вищу толерантність до невизначеності за шкалою Баднера - $M=41,2$ б., ніж студенти спеціальності інформаційні технології, в яких цей показник складав $M=65,1$ б. та $M=36,7$ б. відповідно. Це може пояснюватися тим, що гуманітарна освіта передбачає більший рівень рефлексії, роботу з культурними смислами, текстами, символами, що стимулює осмислення власної національної приналежності та водночас формує відкритість до багатоманітності інтерпретацій [3].

Таким чином, освітній контекст виступає середовищем соціального навчання, де відбувається засвоєння не лише знань, але й цінностей. Згідно результатів за методикою О. Гори, високий рівень залученості у проєктну діяльність, волонтерство, міжкультурні обміни - все це підвищує як відчуття громадянської приналежності, так і здатність до прийняття невизначених життєвих ситуацій.

Одним із факторів, що посилюють вплив соціокультурного контексту, є інформаційний простір. Учасники з активною громадянською позицією, які частіше споживали аналітичний, освітній або культурний контент за результатами методики О. Гори близько 64 студентів, цікавилися своєю історією та національністю мали вищий рівень когнітивного усвідомлення національної ідентичності та нижчі показники інтолерантності згідно методики (IUS-12), де $M=27,8$ б. Натомість ті, хто орієнтувався переважно на розважальний або

поверхневий інформаційний контент, демонстрували гірші результати ($M=36,7$ б.), що перевищується з вищезазначеними результатами досліджень про взаємозв'язок національної ідентичності на толерантність до невизначеності.

Хоча вся вибірка належала до студентської молоді, невеликі вікові варіації дозволили зафіксувати тенденції: у старших студентів (20 років) інтолерантність була дещо вищою $M=26,2$ балів, ніж у молодших (17-19 років) $M=28,9$ балів. Це може бути пов'язано з накопиченням життєвого досвіду, більшою участю у соціальних проєктах і волонтерських ініціативах, а також із формуванням стабільніших смислових орієнтацій.

Для системного узагальнення було проведено множинний регресійний аналіз, який показав, що найвагомішими предикторами високого рівня толерантності до невизначеності є:

Емоційно-ціннісний компонент національної ідентичності ($\beta=0,41$)

Залученість у суспільне життя нації ($\beta=0,37$)

Разом ці фактори пояснюють близько 48% дисперсії показників толерантності. Це свідчить про те, що середовище та соціокультурна залученість мають дуже вагоме значення. Таким чином, національна ідентичність і толерантність до невизначеності взаємно підсилюються через соціокультурну інтеграцію, коли людина відчуває свою приналежність до спільноти, а спільнота, своєю чергою, підтримує відкритість і повагу до різноманітності. Освіта в цьому процесі виступає не лише інститутом передачі знань, а й механізмом ціннісної соціалізації та формування гнучкої, адаптивної свідомості.

Поглиблений аналіз отриманих емпіричних даних дозволив простежити закономірності взаємозв'язку між рівнем національної ідентичності та толерантності до невизначеності серед студентської молоді в перерізі різних спеціальностей.

Кореляційний аналіз показав, що рівень національної ідентичності має прямий позитивний зв'язок із толерантністю до невизначеності ($r=0,42$, $p<0,01$) у всій вибірці, а також із емоційною стійкістю ($r=0,47$, $p<0,01$). Натомість виявлено обернений зв'язок між рівнем національної ідентичності та

показниками ситуативної тривожності ($r=-0,35$, $p<0,01$) і особистісної тривожності ($r=-0,38$, $p<0,01$).

Кореляція між національною ідентичністю та рівнем інтолерантності підтверджує, що чітке національне самоусвідомлення може знижувати рівень тривожності перед невизначеністю.

Показники за шкалою Спілбергера продемонстрували, що студенти із сильним відчуттям національної ідентичності мають нижчий рівень як ситуативної, так і особистісної тривожності порівняно з тими, у кого національна ідентичність менш виражена. Це вказує на буферну роль ідентичності у процесах емоційної регуляції.

Аналіз за напрямками навчання показав подібні тенденції. Студенти гуманітарних спеціальностей продемонстрували вищу кореляцію між національною ідентичністю та толерантністю до невизначеності, ніж студенти технічних факультетів (табл.2.1).

Таблиця 2.1

Кореляція даних дослідження у студентів різних спеціальностей та факультетів									
Спеціальність	М (Баднер)	М(IUS-12)	М(Гора)	М(Спілбергера)	М(Тарасов)	r(Гора–Тарасов)	r(Баднер–IUS)	r(Баднер–Гора)	r(IUS–Спілбергера)
Психологія	63,7	36,5	75,9	34,7	71,2	0,52	0,48	0,62	-0,54
Дошкільна освіта	61,5	37,8	74,6	35,8	69,5	0,49	0,51	0,60	-0,49
Початкова освіта	60,2	38,6	72,5	37,0	68,0	0,46	0,46	0,58	-0,52
Інформаційні технології	58,4	41,2	69,3	39,6	65,8	0,44	0,43	0,57	-0,61

У студентів психологічного профілю, порівняно з технічними, толерантність до невизначеності вища на 4,76., а інтолерантність нижча на 5,3 б.,

рівень емоційної стійкості - вищий на 5,6 б. Їхня ситуативна тривожність (за Спілбергером) нижча в середньому на 4-5 пунктів. Це свідчить про вплив професійного мислення, орієнтованого на розуміння варіативності людської поведінки та адаптивності до ситуаційних змін.

Педагоги (початкова та дошкільна освіта) посідають проміжне положення: вони демонструють досить високий рівень національної ідентичності та стабільну емоційну рівновагу, проте мають трохи нижчу толерантність до невизначеності, що можна пояснити орієнтацією на структурованість і порядок у професійній діяльності.

На основі усіх отриманих результатів було встановлено такі ключові закономірності:

1. Висока національна ідентичність прямо пов'язана з підвищеною толерантністю до невизначеності ($r=0,42$, $p<0,01$), та вищою емоційною стійкістю ($r=0,47$, $p<0,01$).
2. Рівень інтолерантності до невизначеності зворотно корелює з рівнем національної ідентичності ($r=-0,36$, $p<0,01$) так і з емоційною стійкістю ($r=-0,40$, $p<0,01$).
3. Рівень тривожності (за Спілбергером) негативно пов'язаний як із національною ідентичністю, так і з толерантністю до невизначеності, що підтверджує взаємозалежність когнітивно-емоційних компонентів адаптації.
4. Студенти гуманітарних спеціальностей мають вищі показники за всіма позитивними шкалами та нижчі рівні тривожності.

Отримані результати підтверджують, що національна ідентичність виступає стабілізуючим фактором психіки, яка взаємопов'язана з вищою толерантністю до невизначеності. Студенти з більш чітким відчуттям належності до нації демонструють меншу тривожність, більшу готовність до ризику, гнучкість у прийнятті нової інформації та здатність до конструктивного мислення в умовах змін.

З іншого боку, знижений рівень ідентичності супроводжується підвищеною інтолерантністю, що проявляється у схильності до стереотипного мислення, уникання складних завдань, підвищеній потребі у структурованості та контролі. Таким чином, отримані дані дають підстави стверджувати, що формування національної ідентичності є не лише соціальним, а й психологічним механізмом розвитку адаптивності особистості. Толерантність до невизначеності, у свою чергу, виявляється емоційно-когнітивним проявом зрілої ідентичності, що дозволяє людині діяти впевнено, зберігаючи стійкість навіть у мінливих соціокультурних умовах.

Висновки до розділу 2

Цей розділ був присвячений аналізу емпіричних результатів, отриманих за допомогою комплексу психодіагностичних методик, спрямованих на виявлення особливостей взаємозв'язку між рівнем толерантності до невизначеності, національною ідентичністю, емоційною стійкістю та рівнем тривожності у студентської молоді. Отримані дані дозволили не лише підтвердити висунуті у попередніх розділах гіпотези, а й розкрити глибинну структуру цих зв'язків у контексті професійних і соціально-психологічних особливостей сучасного студентства.

Отримані результати свідчать, що загальний рівень толерантності до невизначеності серед студентської молоді є помірним. За методикою Д. Баднера середнє значення склало 61,4 б., що відображає здатність більшості студентів зберігати відносну впевненість у ситуаціях новизни, проте із залишковою потребою в контролі. За результатами шкали IUS-12, середній показник інтолерантності становив 38,7 б., що також підтверджує помірний рівень невпевненості та психологічної напруги перед неоднозначними подіями.

Ці результати демонструють, що студентство як соціально-психологічна група перебуває в процесі переходу від залежності до самостійності. Для цього етапу характерна певна амбівалентність - поєднання готовності до прийняття нового та страху перед невідомим. Показники тесту "Емоційна стійкість"

свідчать про відносну стабільність емоційної сфери молоді, але також вказує на потребу саморегуляційних навичок. Висока емоційна стійкість корелювала з підвищеною толерантністю до невизначеності ($r=0,41$, $p<0,01$), що підтверджує гіпотезу про роль емоційної регуляції як посередника між когнітивними й поведінковими реакціями в умовах невизначеності.

За даними шкали Спілбергера, високі показники тривожності супроводжувалися зниженням толерантності до невизначеності, а також більш вираженою інтолерантністю. Ці закономірності узгоджуються з сучасними уявленнями про те, що підвищена тривожність є емоційним бар'єром для ефективного функціонування в умовах невизначеності.

За результатами методики О. Гори, можна побачити високий ступінь національного самоусвідомлення у студентів. Отримані результати свідчать, що вищий рівень національної ідентичності прямо сприяє формуванню психологічної стабільності, яка, у свою чергу, знижує страх перед невизначеністю. Кореляційні показники між національною ідентичністю та толерантністю до невизначеності ($r=0,42$, $p<0,01$) підтверджують, що національне самоусвідомлення виконує функцію внутрішнього стабілізатора, формуючи опору на власну культурну та ціннісну систему.

Це дає підстави вважати, що слабше усвідомлення власної належності до національної спільноти може посилювати відчуття невизначеності та втрати контролю у соціальних ситуаціях.

Кореляційний зв'язок між емоційною стійкістю та толерантністю до невизначеності серед студентів гуманітарних спеціальностей був значно вищим ($r=0,49$), ніж у технічних ($r=0,31$), що свідчить про роль емоційної компетентності в подоланні психологічної напруги. Також виявлено, що студенти гуманітарних напрямів частіше демонструють активну позицію, беруть участь у волонтерських, культурних та соціальних ініціативах, що, у свою чергу, підсилює їхню ідентичність і внутрішню стійкість.

Комплексний аналіз даних показав наявність кількох стійких кореляційних взаємозв'язків між національною ідентичністю та толерантністю до

невизначеності ($r=0,42$, $p<0,01$), тобто прямий зв'язок. Між національною ідентичністю та інтолерантністю до невизначеності ($r=-0,36$, $p<0,01$), тобто зворотний зв'язок. Між емоційною стійкістю та толерантністю ($r=0,41$, $p<0,01$). Між тривожністю та інтолерантністю ($r=0,47$, $p<0,01$).

Таким чином, можна стверджувати, що емоційна стабільність виступає ключовою умовою розвитку толерантності до невизначеності, а високий рівень національної ідентичності її когнітивно-ціннісною опорою. Вони взаємодіють між собою, утворюючи внутрішній психологічний ресурс, який допомагає молодій людині ефективно адаптуватися до мінливого середовища.

Національна ідентичність як складова соціальної самосвідомості, виступає джерелом внутрішньої впевненості й стабільності, що дає змогу приймати невизначеність як природну частину життя. Емоційна стійкість забезпечує регуляцію афективних реакцій на невідомість, а зниження тривожності підвищує адаптивність.

Отже, другий розділ підтвердив, що толерантність до невизначеності є системною характеристикою особистості, тісно пов'язаною з емоційними, когнітивними та соціокультурними чинниками. Її розвиток можливий через формування зрілої ідентичності, підвищення емоційної компетентності та розвиток навичок саморегуляції, що визначає основні напрями практичних рекомендацій, представлених у наступному розділі.

РОЗДІЛ 3

ПРАКТИЧНІ РЕКОМЕНДАЦІЇ ТА СПОСОБИ ЗАСТОСУВАННЯ ОТРИМАНИХ РЕЗУЛЬТАТІВ

3.1. Рекомендації щодо розвитку толерантності до невизначеності у студентської молоді

Проведене дослідження підтвердило, що толерантність до невизначеності є однією з ключових особистісних характеристик, які забезпечують ефективну адаптацію молодої людини до динамічних соціальних і культурних змін. У студентському віці цей феномен набуває особливої актуальності, оскільки саме період здобуття вищої освіти пов'язаний із необхідністю прийняття численних життєвих рішень, самовизначенням, пошуком власної ідентичності та соціальної ролі.

Результати емпіричного аналізу в попередньому розділі показали, що вищий рівень толерантності до невизначеності корелює з усвідомленою національною ідентичністю. На цій основі можна визначити кілька напрямів психологічної підтримки розвитку цього феномену у студентської молоді: освітній, соціально-психологічний, ціннісно-мотиваційний та тренінгово-практичний.

Одним із найважливіших шляхів розвитку толерантності є створення в освітньому середовищі умов, які сприяють позитивному ставленню до невизначеності. Це означає не уникати складних або неоднозначних завдань, а навпаки - навчати студентів розглядати невизначеність як джерело можливостей.

Основні освітні стратегії можуть бути наступними: використання відкритих проблемних питань зокрема case-study, дебати, етичні дилеми, де існує декілька правильних варіантів рішень, це допомагає студентам тренувати когнітивну гнучкість та здатність працювати в умовах неоднозначності, також проєктне навчання, що є ефективною формою організації освітнього процесу, яка формує навички пошуку, аналізу, синтезу інформації, прийняття рішень за

відсутності однозначних відповідей, також міждисциплінарність, себто інтеграція знань із різних галузей, що в свою чергу сприяє розвитку системного мислення, що є базовою передумовою толерантності до невизначеності, також була б доречною підтримка культури запитування де викладач має заохочувати студентів ставити запитання, сумніватися, формулювати альтернативні гіпотези тощо, такий підхід знижує страх перед “невідомим” і розвиває критичне мислення.

Невизначеність часто сприймається як джерело тривоги або загрози, якщо особа не має відчуття соціальної підтримки яка є важливим компонентом відчуття приналежності до нації. Тому важливо формувати спільноти безпеки у студентському середовищі - групи, де приймається різноманіття думок і досвідів.

Ключові умови формування соціальної підтримки це: розвиток культури діалогу та поваги до відмінностей, підтримка групової згуртованості, психологічна профілактика тривожності. У міжособистісному спілкуванні необхідно формувати прийняття іншості, що знижує інтолерантність як до людей, так і до ситуацій. Підтримувати групову згуртованість особливо актуально у студентських групах, де часто спостерігається поляризація поглядів. Згуртованість сприяє стабілізації емоційного стану та зменшенню страху перед невизначеними подіями.

Щодо профілактики тривожності то рекомендується використання технік релаксації, майндфулнес-підходів, когнітивно-поведінкових методів, що допомагає студентам регулювати емоційні реакції на непередбачувані ситуації. Важливо зазначити, що толерантність до невизначеності не є вродженою якістю, а формується через досвід і соціальні взаємодії. Тому роль освітнього середовища полягає у створенні безпечного простору, де допускаються помилки, різні точки зору та експериментування.

Толерантність до невизначеності тісно пов'язана із системою цінностей особистості, її ставленням до себе, світу та майбутнього. У межах дослідження було виявлено, що студенти з вищими показниками толерантності характеризуються меншою тривожністю.

Для розвитку ціннісно-мотиваційної основи толерантності рекомендується проводити просвітницькі лекції та воркшопи з основною темою “невизначеність як умова особистісного зростання” та розвивати і висвітлювати всі нюанси цієї теми через поділ на мілкі підтеми. Проведення рефлексивних сесій де мають місце групові обговорення життєвих ситуацій, де учасники аналізують власні реакції на нові або непередбачувані події, за фасилітації психолога.

Мотивувальні програми самопізнання, що поєднують психологічні вправи, написання творів про життєві цілі, обговорення цінностей і смислів. Також важлива підтримка позитивної національної ідентичності, формування усвідомленого ставлення до власної культури та традицій, що знижує страх перед зовнішніми змінами, оскільки створює відчуття стабільності внутрішнього “Я”.

Варто наголосити, що саме національна ідентичність виконує функцію внутрішнього “якоря” у ситуаціях невизначеності. Людина, яка чітко усвідомлює свою культурну належність не сприймає новизну як загрозу - для неї це лише розширення горизонту досвіду.

На основі емпіричних результатів і аналізу літератури доцільно впроваджувати тренінгові програми розвитку толерантності до невизначеності. Такі програми мають поєднувати емоційні, когнітивні та поведінкові компоненти. Рекомендуються саме такі модулі тренінгу: когнітивний блок, мета якого розширити уявлення про природу невизначеності та її роль у житті людини, емоційний блок, мета якого навчити саморегуляції в умовах стресу та надати відповідні інструменти саморегуляції, поведінковий блок мета якого сформувати навички прийняття рішень у ситуаціях недостатньої інформації, рефлексивний блок який має стимулювати осмисленню власного досвіду взаємодії з невизначеністю.

Такі програми мають тривалість близько 12-20 годин, і можуть проводитися у форматі факультативів або психологічних практикумів. Розвиток толерантності до невизначеності в свою чергу потребує системного підходу. Важливу роль тут відіграють викладачі, які формують у студента позитивне

ставлення до відкритих запитань, творчості, невизначених ситуацій. Психологічна служба, що здійснює діагностику рівня толерантності, проводить профілактичні заходи і тренінги. Адміністрація закладу, яка створює атмосферу прийняття, довіри й академічної свободи. Особливо ефективним є включення теми толерантності до невизначеності в освітні програми курсів додаткових дисциплін, що межують з темою особистості та спілкування.

Отже, розвиток толерантності до невизначеності у студентської молоді є важливим завданням сучасної вищої освіти. Цей процес не обмежується лише індивідуальною психологічною роботою, а потребує комплексного підходу, який включає освітні, соціальні, тренінгові та ціннісні компоненти. Зрештою, формування толерантності до невизначеності є не лише питанням психологічної зрілості, а й необхідною умовою становлення громадянина світу, який зберігає власну культурну основу, залишаючись відкритим до різноманітності та змін

3.2. Способи застосування отриманих даних у навчально-виховному процесі вищих навчальних закладів

Сучасне суспільство перебуває в стані глибоких трансформацій, що особливо відчутно в контексті воєнного досвіду, глобалізації та культурних впливів. У цих умовах студентська молодь, як соціально активна частина суспільства, стикається з викликами, які потребують не лише знань, а й сформованої національної ідентичності та здатності до адаптації в умовах невизначеності. Розвиток цих якостей стає важливою складовою освітнього процесу у вищих навчальних закладах.

Тренінгові методики виступають один із найефективніших засобів формування особистісних характеристик, адже дозволяють не лише отримати знання, а й інтегрувати їх у власний досвід через взаємодію, рефлексію та практику. Нижче розглянемо концептуальні засади, структуру та конкретні вправи, що можуть бути використані для розвитку національної ідентичності та толерантності до невизначеності.

Формування національної ідентичності та адаптивності до змін ґрунтується на інтеграції когнітивного, емоційного і поведінкового компонентів особистості. Згідно з соціально-ідентифікаційною теорією Таджфела Т. та Дж. Тернера, ідентичність формується через усвідомлення своєї належності до соціальної групи, прийняття її цінностей і відчуття приналежності. У психологічному вимірі це виявляється у таких характеристиках, як гордість за свою країну, готовність діяти в інтересах громади, а також повага до інших націй і культур.

Толерантність до невизначеності, своєю чергою, розвивається завдяки навчанню прийняттю неоднозначності, гнучкості мислення, здатності переносити фрустрацію та змінювати поведінкові стратегії у складних умовах. Як показали результати, отримані в попередньому розділі, між рівнем національної ідентичності та толерантністю до невизначеності виявлено помірний позитивний кореляційний зв'язок ($r=0,42$; $p<0,01$). Це підтверджує, що внутрішня стабільність, пов'язана з національною самоідентифікацією, допомагає легше адаптуватися до непередбачуваних життєвих обставин.

Для розвитку когнітивно-ціннісного компонента національної ідентичності: вправа “Моя історія належності”. Учасникам пропонується написати коротке есе або намалювати дерево, де корені символізують історичні витоки родини, стовбур - цінності, що підтримують особистість, а гілки - плани та мрії. Потім кожен має пояснити, чому саме такі цінності та мрії у нього, потім попросити порівняти учасників з іншими в групі, і запропонувати спробувати провести паралелі між одне одним.

Психо-драматична техніка “Чому я такий?”. Пропонується розказати учасникам про свій досвід міжнаціональних контактів, та розказати як раніше себе почували українці. Потім запропонувати розібрати ролі і відіграти сценку/ки про звичайний побут і діалоги між різними культурами і в різних історичних умовах. Підсумувати це все рефлексією.

Емоційно-поведінковий компонент:

Вправа “Зона комфорту”. Кожен учасник позначає три сфери життя, де він відчувається впевнено і три, де він відчуває невизначеність. Потім група обговорює, як можна розширити межі власної зони комфорту, не порушуючи почуття безпеки.

Вправа “Сліпий і провідник”. Робота в парах, один учасник із зв’язаними очима, інший - провідник. Їхнє завдання - пройти короткий маршрут, покладаючись на голос і довіру.

Вправа “Невизначеність як ресурс”. Група обговорює реальні життєві ситуації (зміна навчального закладу, переїзд, невизначене майбутнє тощо), аналізуючи, які можливості приховує невідоме.

Особистісно-рефлексивний компонент:

Вправа “Майбутнє очима мого покоління”. Робота в групах, потрібно створити колаж, який відображає бачення розвитку країни. Обговорити чому саме так студенти бачать це майбутнє та на що вони опирались при його моделюванні.

Розвиток національної ідентичності та толерантності до невизначеності є взаємопов’язаними процесами, що формують основу психологічної зрілості студентської молоді. Тренінгові методики побудовані на принципах інтерактивності, рефлексії та культурного діалогу, дають можливість не лише розвинути особистісні риси, а й сприяти зміцненню громадянської позиції та психологічної стійкості.

Перш за все, результати діагностики дають змогу формувати індивідуально психологічні профілі студентів, що відображають рівень їхньої емоційної стабільності, рівень тривожності, толерантність до невизначеності та ступінь національної самоідентифікації. Це може стати базою для психологічного супроводу освітнього процесу, зокрема адаптаційних програм для першокурсників, які стикаються з новим соціальним і культурним середовищем, курсів особистісного зростання, спрямованих на розвиток гнучкості мислення, критичності та відкритості до змін. Психологічних

консультацій, що допомагають студентам краще розуміти власну ідентичність і знаходити баланс між національними цінностями та глобальними тенденціями.

Використання вищезазначених методик у діагностиці дозволяє викладачам і психологам виявляти зони ризику - наприклад, підвищену тривожність або низьку толерантність до невизначеності, які знижують академічну мотивацію й адаптивність. На основі цього можна розробити індивідуальні рекомендації і впроваджувати техніки емоційної регуляції, тренінги стресостійкості, вправи з розвитку самоусвідомлення.

Практичне застосування результатів може бути реалізоване у трьох основних напрямках:

Психолого-педагогічна робота.

Розробка курсів із розвитку емоційної компетентності та толерантності до невизначеності, що можуть бути інтегровані у дисципліни пов'язані із вивченням особистості та комунікації.

Створення тренінгових модулів

Де студенти вчаться усвідомлювати власну національну ідентичність через аналіз культурних цінностей, мови, традицій, історичної пам'яті.

Також використання методів арт-терапії, групової дискусії, елементів когнітивно-поведінкової терапії для зниження тривожності та формування більшої впевненості у собі.

Результати діагностики дозволяють кураторам академічних груп та викладачам краще розуміти внутрішню динаміку студентських колективів. Наприклад, виявлення високого рівня інтолерантності до невизначеності може бути сигналом для проведення інтегративних заходів, що стимулюють співпрацю та креативне мислення. Куратори можуть використовувати ці дані під час профорієнтаційних бесід або підготовки студентів до міжкультурного обміну.

На основі тесту Баданіна можна виокремити групи студентів з низьким рівнем емоційної стійкості, які схильні до стресу під час іспитів чи соціальних конфліктів. Для таких студентів рекомендовано впроваджувати програми

емоційної саморегуляції, наприклад, короткі щотижневі заняття з дихальних технік, рефлексії, ведення щоденників настрою. Для студентів із низькою національною ідентичністю доцільно організовувати культурно-освітні події, які поглиблюють зв'язок із власною національною культурою, мовою, символікою.

Системне застосування отриманих результатів сприяє створенню середовища психологічного комфорту та національної самоповаги у виші. Важливо, щоб викладачі усвідомлювали, що розвиток толерантності до невизначеності тісно пов'язаний із формуванням автономної, цілісної особистості, здатної до прийняття рішень у мінливому світі.

Педагогічні колективи можуть використовувати дані дослідження для оновлення змісту гуманітарних дисциплін, акцентуючи увагу на питаннях ідентичності, патріотизму, міжкультурного діалогу. Це забезпечує формування громадянської позиції студентів, зміцнення їх психологічної стійкості та соціальної відповідальності. На основі результатів можна побудувати модель психолого-педагогічного супроводу студентів, яка включає такі етапи:

Діагностичний етап - застосування зазначених методик для оцінки рівня національної ідентичності, емоційної стабільності, тривожності та толерантності до невизначеності.

Аналітичний етап - узагальнення результатів, визначення груп ризику, побудова психологічних профілів.

Корекційно-розвивальний етап - проведення тренінгів, групових дискусій, індивідуальних консультацій.

Моніторинговий етап - повторна діагностика через 3-6 місяців для оцінки ефективності втручань.

У контексті сучасної освітньої реформи в Україні результати дослідження можуть бути використані при розробці програм психологічного супроводу академічної мобільності, адаптації студентів до змін у навчальному процесі, а також під час створення інтеграційних курсів між гуманітарними та технічними спеціальностями. Також ці данні можуть лягти в основу науково-дослідницьких

проектів, присвячених вивченню психолого-педагогічних умов формування стійкої національної ідентичності в умовах глобалізації.

Висновки до розділу 3

Проведене дослідження спрямоване на вивчення особливостей толерантності до невизначеності та національної ідентичності студентської молоді дозволило визначити ключові фактори, що впливають на психологічну адаптацію та ефективність соціальної інтеграції студентів у сучасних умовах. Результати аналізу показали, що толерантність до невизначеності є однією з базових особистісних характеристик, яка забезпечує здатність молодій людині адекватно реагувати на непередбачувані події, приймати рішення у складних ситуаціях та зберігати внутрішню стабільність у динамічному соціальному середовищі. Особливу значущість цей феномен набуває у студентському віці, коли відбувається активне самовизначення, формування соціальної ролі, визначення життєвих цінностей та вибір освітньо-професійного шляху.

Розвиток толерантності до невизначеності у студентів потребує спеціально організованого освітнього середовища, яке сприяє позитивному сприйняттю новизни та складних завдань. Важливими стратегіями є використання відкритих проблемних питань, дебатів, кейс-стаді, етичних дилем, де відсутність однозначних рішень стимулює когнітивну гнучкість і критичне мислення. Проектне навчання та міждисциплінарні підходи формують системне мислення, що є базовою передумовою толерантності до невизначеності. Також значущим є розвиток культури запитування, коли викладач заохочує студентів ставити запитання, сумніватися, пропонувати альтернативні гіпотези, що сприяє зниженню страху перед «невідомим» та розширенню власного досвіду.

Соціальна підтримка в студентських групах виступає важливим фактором зниження тривожності та розвитку відчуття безпеки, яке є основою для ефективної взаємодії та прийняття різноманітних точок зору. Формування спільнот безпеки та згуртованості сприяє стабілізації емоційного стану студентів, зменшує страх перед невизначеними подіями та стимулює розвиток

прийняття іншості. Розвиток соціальної підтримки включає формування культури діалогу, поваги до відмінностей та групової згуртованості, а також використання психологічних методів профілактики тривожності, таких як техніки релаксації, майндфулнес-практики та когнітивно-поведінкові методи.

Практичне застосування отриманих результатів у навчально-виховному процесі вищих навчальних закладів передбачає використання інтерактивних методик, тренінгів, психо-драматичних вправ, арт-терапії, вправ на розширення зони комфорту та рефлексивних сесій. Такі підходи сприяють розвитку когнітивного, емоційного та поведінкового компонентів особистості, зміцнюють психологічну стійкість, громадянську позицію та здатність до міжкультурної взаємодії. Діагностичні методики дозволяють виявляти індивідуальні особливості студентів, зокрема рівень емоційної стабільності, тривожності, толерантності та інтолерантності до невизначеності та національної самоідентичності, що стає основою для розробки індивідуальних рекомендацій та програм психологічного супроводу.

Системне застосування результатів включає психолого-педагогічну роботу, створення тренінгових модулів та інтеграцію методів арт-терапії й когнітивно-поведінкової терапії для підвищення емоційної стабільності та впевненості у собі. Використання даних дослідження дозволяє кураторам та викладачам краще розуміти внутрішню динаміку студентських колективів, виявляти групи ризику та планувати інтеграційні заходи для розвитку співпраці, креативного мислення та адаптивності до змін.

Формування національної ідентичності та толерантності до невизначеності є взаємопов'язаними процесами, що забезпечують цілісний розвиток особистості. Впровадження психолого-педагогічного супроводу включає діагностичний, аналітичний, корекційно-розвивальний та моніторинговий етапи, що дозволяє оцінювати ефективність втручань та забезпечувати системний розвиток студентів. Результати можуть бути використані для адаптаційних програм першокурсників, курсів особистісного зростання, профорієнтаційної

роботи та науково-дослідницьких проєктів, що сприяє формуванню психологічно стійкої, автономної та соціально відповідальної особистості.

Таким чином, розвиток толерантності до невизначеності та національної ідентичності у студентів виступає не лише завданням психологічної адаптації, а й важливою складовою сучасної освітньої стратегії, що забезпечує формування гнучкої, критично мислячої, автономної та соціально відповідальної особистості, здатної ефективно діяти в умовах мінливого, глобалізованого світу. Комплексний підхід, який поєднує освітні, соціальні, тренінгові та ціннісні компоненти, дозволяє створити середовище, що сприяє особистісному зростанню, зміцненню громадянської позиції та психологічної стійкості студентської молоді, а отже, відповідає сучасним вимогам розвитку соціально активної молоді.

ВИСНОВКИ

У ході проведеного дослідження було здійснено комплексний аналіз взаємозв'язку між рівнем національної ідентичності та толерантністю до невизначеності у студентської молоді, з урахуванням соціокультурних і психологічних чинників. Робота поєднала емпіричний і теоретичний підходи, що дозволило не лише підтвердити наявність взаємозв'язків між зазначеними феноменами, а й визначити ті механізми, через які національна ідентичність впливає на здатність студентської молоді приймати, переживати та конструктивно діяти в умовах невизначеності.

Було розкрито багаторівневу структуру національної ідентичності, яка охоплює когнітивний, емоційно-ціннісний та поведінковий компоненти. Показано, що національна ідентичність є системоутворюючою характеристикою особистості, яка визначає її соціальну позицію, відчуття приналежності та життєву стабільність у мінливому середовищі. Толерантність до невизначеності визначено як здатність приймати багатозначність світу без тривоги, підтримувати внутрішню рівновагу попри невизначеність майбутнього.

Середні показники толерантності до невизначеності за методикою Баднера склали: психологія – 63,76, дошкільна освіта – 61,56, початкова освіта – 60,26, інформаційні технології 58,46, що вказує на переважно середній і високий рівень толерантності до невизначеності серед студентів досліджуваних спеціальностей.

Середні показники національної ідентичності за методикою О. Гори склали: психологія – 36,56, дошкільна освіта – 37,86, початкова освіта – 38,66, інформаційні технології – 41,26, що свідчить про переважно сформовану національну ідентичність серед студентів досліджуваних спеціальностей.

Кореляційний аналіз показав, що існує позитивний зв'язок між рівнем толерантності до невизначеності та національною ідентичністю студентів ($r=0,42-0,59$), що свідчить про взаємозалежність між цими двома факторами.

Дані Шкали ситуативної та особистісної тривожності Спілбергера продемонстрували, що у 39% студентів переважає середній рівень тривожності,

у 27% - високий, а у 34% - низький. Вища тривожність прямо асоціюється з нижчою толерантністю до невизначеності, особливо у студентів із недостатньо сформованою національною ідентичністю.

Встановлено, що національна ідентичність є важливим стабілізуючим чинником, який підвищує здатність молодшої людини залишатися впевненою й цілісною навіть у ситуаціях соціальної чи культурної невизначеності. Студенти з вираженим почуттям приналежності до української нації мали нижчі показники тривожності, більшу емоційну врівноваженість і вищу готовність до змін. Водночас було виявлено, що спеціальність навчання також суттєво корелює з вище зазначеним феноменом.

Національна ідентичність є не лише соціально-культурним, але й психологічним чинником, який впливає на здатність особистості діяти конструктивно в умовах змін. Толерантність до невизначеності у студентів прямо взаємопов'язана з рівнем емоційної стійкості та обернено з рівнем ситуативної тривожності. Освітнє середовище вищих навчальних закладів має потенціал для формування цих якостей через тренінгові програми, кураторську роботу та інтеграцію ціннісних аспектів національної культури в навчальний процес. Отримані емпіричні результати дають підґрунтя для розробки нових підходів до виховання психологічно гнучкої, патріотично зорієнтованої молоді, здатної ефективно діяти в умовах соціальних трансформацій.

Таким чином проведене дослідження не лише розкриває глибинну природу взаємозв'язку між національною ідентичністю та толерантністю до невизначеності, але й демонструє, що формування цих якостей є важливим завданням сучасного українського суспільства.

У професійному вимірі вищі показники були у студентів психологічного та педагогічного профілів, що може пояснюватись їхньою специфікою освіти. Отже, соціокультурний контекст і професійна спрямованість впливають на досліджувані феномени.

Аналіз середніх показників за методиками Гори та Спілбергера показав, що студенти з вищим рівнем національної ідентичності мають нижчу ситуативну

та особистісну тривожність. Середні значення: психологія – 75,96. рівень національної ідентичності та 34,76. рівень ситуативної та особистісної тривожності відповідно. Дошкільна освіта – 74,66. та 35,86., початкова освіта – 72,56. та 376., інформаційні технології – 69,3 та 39,66. відповідно. Кореляційний аналіз продемонстрував помірний негативний зв'язок між національною ідентичністю та тривожністю ($r=0,36$, $p<0,05$), що свідчить про те, що більш висока усвідомлена національна ідентичність сприяє зниженню тривожності серед студентів.

Це підтверджує те, що національна ідентичність виконує роль стабілізатора емоційної сфери, знижуючи рівень тривоги та стресу.

Доведено, що національна ідентичність є значущим чинником формування толерантності до невизначеності, а їх взаємозв'язок опосередковується рівнем емоційної стабільності та зниженням тривожності.

Практична значущість проведеного дослідження полягає у тому, що його результати дають змогу не лише глибше зрозуміти психологічну природу толерантності до невизначеності та національної ідентичності у студентської молоді, але й створюють основу для конкретних психолого-педагогічних, соціальних і культурних інтервенцій, спрямованих на розвиток цих якостей. У сучасних умовах трансформації українського суспільства, воєнних викликів і зростання тривожності серед молоді питання формування зрілої, гнучкої та національно свідомої особистості набуває не лише академічного, а й суспільного значення.

Одним із ключових напрямів практичного використання отриманих результатів є освітній контекст, виявлений зв'язок між рівнем національної ідентичності та толерантністю дає підстави стверджувати що розвиток національної свідомості напряму корелює їхню здатність до навчання. На основі цієї роботи можна розробляти освітні програми і курси з психології особистості, етичної освіти та громадянського виховання, удосконалення програм формування національної свідомості серед студентів, з акцентом на розвиток критичного мислення й емпатії, організації тренінгів особистісного зростання.

Окрему увагу варто приділити профілактиці тривожності. Отримані результати свідчать, що високі показники ситуативної тривожності зворотно корелюють із рівнем національної ідентичності ($r=-0,36$, $p<0,01$), а отже, освітні інституції можуть зменшувати рівень напруги серед студентів через створення ціннісно-змістовного освітнього середовища, де студент відчуває свою приналежність до нації, культури, спільної мети.

На основі роботи може бути розроблено низку практичних тренінгових програм на теми “Толерантність до невизначеності як ресурс адаптації” - спрямований на формування гнучкості мислення, розвиток здатності до прийняття рішень у неоднозначних ситуаціях. “Національна ідентичність і психологічна стійкість” - що поєднує рефлексивні вправи, наративні техніки та роботу з цінностями.

Перспективи дослідження - доцільним є вивчення взаємозв’язку ідентичності та толерантності до невизначеності серед інших вікових груп - військових, волонтерів тощо. Узагальнюючи, результати цього дослідження дають змогу перейти від теоретичного розуміння феноменів до реальної практики психологічної підтримки студентської молоді, яка сьогодні переживає історичний етап трансформації власної ідентичності й цінностей.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Бойко, С. (2025). Національна ідентичність як основа стійкості молоді в умовах війни: освітній та виховний потенціал. Нові технології навчання, (99), 16.
URL:https://www.researchgate.net/publication/393198542_Nacionalna_identicnist_ak_osnova_stijkosti_molodi_v_umovah_vijni_osvitnij_ta_vihovnij_potencial
2. Волошина-Нарожна В. О. До проблеми саморегульованого навчання в умовах невизначеності. Наукові записки Національного університету «Острозька академія». Серія «Психологія» : науковий журнал. Острог : Вид-во НаУОА, 2023. № 16. С. 22–27.
3. Гандзілевська Г. Б. Збереження національної ідентичності творчою діаспорою українців Австралії. Наукові записки Національного університету "Острозька академія". Серія : Психологія і педагогіка. 2013. Вип. 25. С. 28-32. URL:http://nbuv.gov.ua/UJRN/Nznuoapp_2013_25_8
4. Гафіатуліна А.В. Психологічні особливості формування національної самосвідомості студентської молоді України: автореф. дис. ... канд. психол. наук : 19.00.07. Київ, 2018. 20 с.
5. Гладких Ж.Г. Толерантність як запорука комунікативної компетентності у педагогічній діяльності. Міжнародна науково-практична конференція «соціально-психологічні технології розвитку особистості». Херсон, 2020. С. 80-83.
6. Громова Г.М. Актуальність психологічного дослідження інтолерантності особистості до невизначеності. Десяті Сіверянські соціально-психологічні читання: матеріали наук.-практ. конф. (29 листопада 2019), 2019. С. 72-76.
7. Громова Г.М. Деякі аспекти дослідження толерантності особистості до невизначеності. «Соціальна психологія сьогодні: здобутки і перспективи». Матеріали Всеукраїнського конгресу із соціальної психології. (7-8 листопада 2019, м. Київ), 2019. С. 28-36.

8. Громова Г. М. Методики дослідження зв'язків інтолерантності до невизначеності з наслідками травматичного життєвого досвіду. Наукові студії із соціальної та політичної психології. 2020. Вип. 45 (48). С. 88–99.
9. Губа Н. Теоретичний аналіз психологічних чинників, які впливають на формування толерантності / Губа Н., Гладких Ж. // Психологічні перспективи. Вип. 32. 2018. С. 97-108.
10. Гусєв А.І. До питання побудови експериментальної моделі вимірювання феномена толерантності до невизначеності // Наукові праці МАУП. Київ, 2008а. Вип. 2 (18). С. 257–262.
11. Гусєв А.І. До проблеми формування та розвитку толерантності до невизначеності // Науковий часопис Національного педагогічного університету ім. М.П. Драгоманова. Сер. 12, Психологічні науки. Київ, 2007а. № 17 (41). Ч. 1. С. 165–170.
12. Гусєв А.І. Практичні аспекти формування та розвитку толерантності до невизначеності / А.І. Гусєв // Психологічні перспективи. - 2008. - Вип. 11. - С. 58-70.
13. Гусєв А.І. Практичні аспекти формування та розвитку толерантності до невизначеності // Психологічні перспективи. 2008б. Вип. 11. С. 58–70.
14. Гусєв А.І. Проблематика толерантності до невизначеності в аспекті розвитку ідентичності особистості / А.І. Гусєв // Збірник наукових праць Інституту психології імені Г.С. Костюка АПН України / за ред. С.Д. Максименка. - К., 2007. - Т.9,ч. 2. - С. 93–99.
15. Гусєв А.І. Проблематика толерантності до невизначеності в аспекті розвитку ідентичності особистості // Збірник наукових праць Інституту психології імені Г.С. Костюка АПН України / За ред. С.Д. Максименка. Київ, 2007б. Т. 9. Ч. 2. С. 93–99.
16. Гусєв А.І. Толерантність до невизначеності як чинник розвитку ідентичності особистості: Автореф. дис. ... канд. психол. наук. Одеса, 2009.

- 17.Дуднік О. А. До проблеми толерантності до невизначеності. Наука і освіта. №5-6. 2005. С. 54–58.
- 18.Жигайло, Наталія І., і Маріанна О. Кохан. «Організаційно-психологічний механізм розвитку інформаційної духовності в умовах суспільно-економічних криз». *Наукові записки Національного університету «Острозька академія». Серія «Психологія»*, № 10, січ. 2020, с. 14–21.
- 19.Ільницький В. О., Каламаж Р. В. Рефлексивний стиль як метакогнітивний чинник формування політичної компетентності // PSYCHOLOGICAL JOURNAL. - Volume 6 Issue 2 2020. – с.94-103.
- 20.Каламаж Р. В., Ільницький В. О. Політична культура студентської молоді у контексті компетентнісного підходу. Психологічний часопис. 2018. № 3. С. 53-66. URL: http://nbuv.gov.ua/UJRN/psch_2018_3_6
- 21.Каламаж Р.В. Оксентюк Н.В. Концептуальна модель формування особистості інтелігента у ВНЗ// // Science and Education a New Dimension. Pedagogy and Psychology, 2015. Том 3. Випуск 38. С.92-95.
- 22.Король Л. Д. Український національний характер та фактори його формування. Наукові записки Національного університету «Острозька академія». Серія : Психологія і педагогіка. 2009. Вип. 13. С. 234-242.
- 23.Кириченко В.В. Психологічний аналіз толерантності особистості до невизначеності в сучасному інформаційному суспільстві. Науковий вісник Херсонського державного університету. Вип.1. 2002. С.133-138.
- 24.Литвин С. В. Толерантність до невизначеності як психологічний конструкт. Psychological journal. 2019. № 1 (21). С. 90–107.
URL:<https://doi.org/>
- 25.Матюхіна, О. А. (2025). Національна ідентичність та шляхи її утвердження в умовах мультикультуралізму. Proceedings of the National Aviation University. Series: Philosophy. Cultural, 41(1), 89–94.
URL:https://www.researchgate.net/publication/393899974_NACIONALNA_IDENTICHNIST_TA_SLAHI_ILI_UTVERDZENNA_V_UMOVAN_MULTIKULTURALIZMU

- 26.Мовчан, П. П. (2015). ЗМІСТ ПОНЯТТЯ "НАЦІОНАЛЬНА ІДЕНТИЧНІСТЬ": ТЕОРЕТИКО МЕТОДОЛОГІЧНИЙ АСПЕКТ. Інвестиції: практика та досвід, 1-5.
URL:http://www.investplan.com.ua/pdf/17_2015/21.pdf
- 27.Омельченко Л.М. Вплив ситуації невизначеності на процес соціалізації сучасної української молоді. Науковий вісник національного університету біоресурсів і природокористування України. Серія «Педагогіка, психологія, філософія». Вип. 230. 2015. С.282-288.
- 28.Осіпова О.С. Психологічні особливості толерантності до невизначеності майбутніх психологів в умовах війни // Матеріали ІІ Всеукраїнської студентської науково-практичної конференції, 16–17 травня 2024 р. / За ред. проф. В. А. Оверчук. Вінниця: Вид-во ФОП Кушнір Ю. В., 2024. С. 161-164.
- 29.Остапенко І. В., Жадан І., Скнар О., Позняк С., Дідук І. (2024). *Регіональні особливості ідентифікації молоді у воєнний час і державна освітня політика: практичний посібник* [Електронний ресурс]. — Кропивницький : Імекс-ЛТД. — 167 с. ISBN 978-966-189-734-1. URL: <https://lib.iitta.gov.ua/id/eprint/744867>
- 30.Оксентюк Н. В. Психологічна генеза рефлексії української інтелігенції : автореф. дис. ... канд. психол. наук : 19.00.07 / Оксентюк Н. В.; Нац. ун-т "Остроз. акад.". Острог, 2014. С. 20, с. 36.
- 31.Павленко Г. В. Особистісні диспозиції як чинник психологічного благополуччя особистості в контексті невизначеності. Актуальні проблеми психології: Збірник наукових праць Інституту психології імені Г. С. Костюка НАПН України. Т. VII : Екологічна психологія. 2018. Вип. 45. С. 230–239.
- 32.Павленко Г.В. Особливості диспозиції як чинник психологічного благополуччя особистості в контексті невизначеності. Актуальні проблеми психології: Збірник наукових праць Інституту психології ім.

- Г.С. Костюка НАПН України. Т.УІІ : Екологічна психологія. Вип. 45. 2018. С.230-239.
- 33.Скрипченко О. Толерантність як морально-психологічне явище. Молодь, освіта, культура і національна свідомість: збірник матеріалів Всеукраїнської науково-практичної конференції. Т.2. Київ. 2023. С.287-290.
- 34.Сладкий Д. Національна ідентичність як фактор національної та міжнародної безпеки / Д.Сладкий // Політичний менеджмент. — 2008. — № 2. — С. 110–119.
- 35.Співак Л.М. Розвиток позитивної національної ідентичності студентської молоді на навчальних заняттях з «Етнопсихології». Проблеми сучасної психології. 2018. №2. С. 135-140.
- 36.Степико М. Т. Трансформації ідентичностей громадян України в умовах російської агресії. Національний інститут стратегічних досліджень. Київ, 2023.
- 37.Терещенко К.В. Національна ідентичність як складова системи соціальної ідентичності особистості. Вісник післядипломної освіти. 2010. Вип. 1(2). С. 392-399.
- 38.Тимошук Є. А., Каламаж Р. В. Особливості саморегуляції майбутніх учителів в умовах невизначеності. Наукові записки Національного університету «Острозька академія». Серія «Психологія» : науковий журнал. Острог : Вид-во НаУОА, 2025. № 18. С. 86–96.
- 39.Федосєєва І.В. Формування толерантності як профілактика екстремізму та ксенофобії у студентському середовищі. Психологічні перспективи. 2012. Вип.20. С.260-270.
- 40.Франкл, В. Лікар та душа / В. Франкл ; пер. з нім. В. П. Шевченко. – К. : Основи, 2003. – 256 с.
- 41.Хілько С.О. Психологічні кореляти формування толерантності до невизначеності у майбутніх психологів. Збірник наукових праць К-ПНУ

- ім. І. Огієнка, Інститут психології ім. Г.С. Костюка НАПН України. № 38. 2017. С. 421-437.
- 42.Шугай М. А. Психологічний аналіз розвитку національної рефлексії в процесі навчальної діяльності молодших школярів : автореф. дис. канд. психол. наук : 19.00.07 / М. А. Шугай; Рівнен. держ. гуманіт. ун-т. Рівне, 2002. С. 20.
- 43.Ющенко І.М. Толерантність до невизначеності як чинник психологічного благополуччя студентів-випускників вищих навчальних закладів. Науковий вісник Херсонського державного університету. Серія «Психологічні науки». №4 (1). 2017. С.123-128.
- 44.Османова, А. М. (2020). Психологічні детермінанти розвитку ідентичності особистості у працях зарубіжних та вітчизняних учених. Вчені записки ТНУ імені В. І. Вернадського. Серія: психологія, 31(70), 45-52. URL:https://psych.vernadskyjournals.in.ua/journal/1_2020/8.pdf
- 45.Bayer S. The Relationship Between Basic Assumptions, Posttraumatic Growth, and Ambiguity Tolerance in an Israeli Sample of Young Adults: A MediationModeration Model / S. Bayer, R. Lev-Wiesel, M. Amir // Traumatology. – 2007. Vol. 13. P. 4-15.
- 46.Bochner S. Defining intolerance of ambiguity // The Psychological Record. 1965. № 15. P. 393–400.
- 47.Budner S. Intolerance of Ambiguity as a Personality Variable // Journal of Personality. 1962. № 30. P. 29–50.
- 48.Budner, S. (1962). Intolerance of ambiguity as a personality variable. Journal of Personality, 30, 29–50.
- 49.Buhr, K., & Dugas, M. J. (2002). The Intolerance of Uncertainty Scale: Psychometric properties of the English version. Behaviour Research and Therapy, 40 (8), 931–946.
- 50.Camerer, C., & Weber, M. (1992). Recent developments in modeling preferences: Uncertainty and ambiguity. Journal of Risk & Uncertainty, 5, 325–370. doi:10.1007/BF00122575

51. Erikson, E. H. (1968). Identity: Youth and crisis. W. W. Norton & Company. 338p.
URL: https://www.academia.edu/37327712/Erik_H_Erikson_Identity_Youth_and_Crisis_1_1968_W_W_Norton_and_Company_1
52. Furnham A., Marks J. Tolerance of Ambiguity: A Review of the Recent Literature. Psychology. 2013. Vol. 4, N 9. P. 717–728.
53. Hofstede G.J. Cultures and organizations: software of the mind. N.Y.: McGraw-Hill, 1997.
54. Ladouceur R., Talbot F., Dugas M.J. Behavioral expressions of intolerance of uncertainty in worry. Experimental findings // Behav. Modif. 1997. Vol. 21. № 3. P. 355–371.
55. 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. P. 69–82.
56. MacDonald A.P. (Jr.) Revised scale for ambiguity tolerance: reliability and validity // Psychological Reports. 1970. № 26. P. 791–798.
57. Marcia J. E. Identity in adolescence. In J. Adelson (Ed.) Handbook of adolescent psychology. – New York: Wiley, 1980. – P. 159 – 187
58. Norton R.W. Measurement of ambiguity tolerance // Journal of Personality Assessment. 1975. Vol. 39. № 6. P. 607–619.
59. Nutt P.C. The Tolerance for Ambiguity and Decision Making // The Ohio State University College of Business Working Paper Series, March 1988. P. 88—291.
60. Rosati, J. (2006). The psychology of closed mindedness – Arie W. Kruglanski [Review of the book The psychology of closed mindedness, by A. W. Kruglanski]. Political Psychology, 27(3), 506–509.
URL: https://www.researchgate.net/publication/230424724_The_Psychology_of_Closed_Mindedness_-_Arie_W_Kruglanski
61. Tajfel H. Social identity and intergroup relations / H. Tajfel. – Cambridge: Cambridge Univ.Press, 2010. – 528 p.

62. Tajfel, H. Social identity of intergroup relations // *Ann. Rev. of Psychol.* Cambridge P., 1982. – V. 33. – P. 1–39.
63. Kreitler S., Maguen T., Kreitler H. The three faces of intolerance of ambiguity. *Alemania // Archiv für psychologie.* 1975. № 127. № 3–4. P. 238–250.
64. Kreitler S., Maguen T., Kreitler H. The three faces of intolerance of ambiguity. *Alemania // Archiv für psychologie.* 1975. № 127. № 3–4. P. 238–250.
65. Bokuniewicz, S. Tolerance of uncertainty and ambiguity of the situation and anxiety as a state and as a feature. *Journal of Education Culture and Society.* 2020. № 11(2). C. 224–236. URL: <https://doi.org/10.15503/jecs2020.2.224.236>
66. Buhr, K., & Dugas, M. J. (2002). The Intolerance of Uncertainty Scale: Psychometric properties of the English version. *Behaviour Research and Therapy*, 40 (8), 931–946.
67. Bayer S. The Relationship Between Basic Assumptions, Posttraumatic Growth, and Ambiguity Tolerance in an Israeli Sample of Young Adults: A MediationModeration Model / S. Bayer, R. Lev-Wiesel, M. Amir // *Traumatology.* – 2007. Vol. 13. P. 4-15.
68. Camerer, C., & Weber, M. (1992). Recent developments in modeling preferences: Uncertainty and ambiguity. *Journal of Risk & Uncertainty*, 5, 325–370. doi:10.1007/BF00122575
69. Ladouceur R., Talbot F., Dugas M.J. Behavioral expressions of intolerance of uncertainty in worry. *Experimental findings // Behav. Modif.* 1997. Vol. 21. № 3. P. 355–371.

Методика визначення толерантності до невизначеності (С. Баднер)**Інструкція:**

Цей опитувальник містить твердження, що відображають уявлення або думки різних людей. Уважно прочитайте кожне твердження та визначте, наскільки ви з ним згодні або не згодні. У кожному випадку оберіть відповідь, яка найкраще відображає вашу думку. Пам'ятайте, що правильних і неправильних відповідей не існує – ви висловлюєте свою особисту думку та власне відчуття.

Бланк методики

№	Твердження	Абсолютно не згоден	Не згоден	Скоріше не згоден	Не знаю	Скоріше згоден	Згоден	Абсолютно згоден
1	Спеціаліст, який не може дати чіткої відповіді, ймовірно, не надто багато знає.							
2	Я хотів би пожити за кордоном якийсь час.							
3	Немає такої проблеми, яку не можна вирішити.							
4	Люди, які підпорядкували своє життя розкладу, ймовірно, позбавляють себе більшості радощів життя.							
5	Гарна робота – це та, на якій завжди зрозуміло, що робити і як це робити.							
6	Цікавіше займатися складною проблемою, ніж вирішувати просту.							

№	Твердження	Абсолютно не згоден	Не згоден	Скоріше не згоден	Не знаю	Скоріше згоден	Згоден	Абсолютно згоден
7	У довгостроковій перспективі більше можна досягти, вирішуючи маленькі, прості проблеми, ніж великі та складні.							
8	Часто найцікавіші люди – це ті, хто не боїться бути оригінальним і відмінним від інших.							
9	Звичне завжди краще за незнайоме.							
10	Люди, які наполягають на відповіді «так» або «ні», просто не розуміють, наскільки все насправді складно.							
11	Людина, яка веде спокійне, розмірене життя без особливих сюрпризів і несподіванок, насправді має бути вдячною долі.							
12	Багато найважливіших рішень приймаються на основі неповної інформації.							

№	Твердження	Абсолютно не згоден	Не згоден	Скоріше не згоден	Не знаю	Скоріше згоден	Згоден	Абсолютно згоден
13	Я більше люблю вечірки зі знайомими людьми, ніж ті, на яких більшість людей мені зовсім незнайомі.							
14	Вчителі та наставники, які нечітко формулюють завдання, дають шанс проявити ініціативу та оригінальність.							
15	Чим швидше ми прийдемо до єдиних цінностей та ідеалів, тим краще.							
16	Гарний учитель – це той, хто змушує тебе розмірковувати про власний погляд на речі.							

Обробка результатів:

Необхідно підрахувати загальну суму балів за всіма шістнадцятьма пунктами. Чим вищий показник, тим респондент менш толерантний до невизначеності.

Підрахунок балів по окремих субшкалах дозволяє визначити основне джерело нетолерантності до невизначеності: новизна, складність та нерозв'язність.

Субшкали та відповідні пункти:

- **Новизна:** 2, 9, 11, 13
- **Складність:** 4, 5, 6, 7, 8, 10, 14, 15, 16
- **Нерозв'язність:** 1, 3, 12

Шкала	Низький рівень	Середній рівень	Високий рівень
Загальний показник	16–50	51–70	71–112
Новизна	4–8	9–21	22–28

Шкала	Низький рівень	Середній рівень	Високий рівень
Складність	9–20	21–36	37–63
Нерозв'язність	3–8	9–16	17–21

Методика О. Гори

Опитувальник, мета якого полягає в дослідженні вираженості всіх трьох компонентів національної ідентичності.

1. Представником якої національності Ви себе вважаєте? _____

В наступних питаннях позначте знаком «+», якщо Ваша відповідь «так», і знаком «-», якщо ваша відповідь «ні».

2. З представниками моєї нації мене зближують: а) мова; б) спільність походження; в) спільне проживання; г) зовнішній вигляд; д) релігія; ж) національна культура; з) національність батьків; е) відчуття духовної спільності; і) традиції та обряди; к) спільна історична пам'ять ; л) інше _____

3. Українська політична нація повинна мати українські культурні ознаки: а) мову; б) державну символіку; в) основні державні традиції.

4. Говорячи «Я – українець», «Я – білорус» та ін. (в залежності від Вашої національності), я відчуваю: а) незрозуміле почуття близькості, спорідненості зі своїм народом; б) гордість; в) гідність; г) патріотизм; д) спорідненість зі своєю культурою; е) сором; ж) жаль; з) бажання щось змінити; е) злість; і) байдужість; к) ніяких почуттів.

5. Говорячи «Я – громадянин України», я відчуваю: а) незрозуміле почуття близькості, спорідненості зі своїм народом; б) гордість; в) гідність; г) патріотизм; д) спорідненість зі своєю культурою; е) сором; ж) жаль; з) бажання щось змінити; е) злість; і) байдужість; к) ніяких почуттів. Уважно прочитайте наступні твердження, знаком «+» відзначте потрібне

6. Якби у мене з'явилась можливість змінити своє громадянство, я б такою можливістю скористався (лась): а) так, при першій же нагоді; б) затрудняюсь відповісти; в) ні, в будь-якому випадку залишусь на Україні.

7. Я відчуваю почуття особистої гордості, коли дізнаюся про перемоги представників України на міжнародних фестивалях, конкурсах, змаганнях: а) так, завжди; б) інколи; в) ніколи.
8. Для мене дуже важлива моя національність: а) згоден; б) частково згоден; в) не згоден.
9. Чи є у Вас бажання певними елементами свого одягу підкреслити свою національну приналежність? а) так, завжди; б) в певних ситуаціях; в) ніколи.
10. Чи прагнете Ви спілкуватися українською мовою? а) так, завжди; б) в певних ситуаціях; в) ніколи.
11. Назвіть шість найбільш значимих історичних постатей, які сприяли створенню української нації _____
12. Назвіть шість найбільш значимих історичних постатей, які вплинули на розвиток української культури _____
13. Ви цікавитесь національними традиціями рідної культури? а) так; б) ні
14. Я добре усвідомлюю, чим українська нація відрізняється від інших. а) так; б) не зовсім добре усвідомлюю; в) зовсім не усвідомлюю.
15. Виберіть з перерахованих нижче спільнот чотири тих, частиною яких Ви себе вважаєте більшою мірою, про кого Ви могли б сказати «ми», «наші»? а) сім'я, родичі; б) люди мого покоління; в) однокурсники; г) громадяни України; д) мої друзі; е) представники молодіжної субкультури; ж) колишні однокласники; з) учасники соціальних інтернет-мереж .
16. Запишіть не менше 10 ознак, які відрізняють Вас від представників інших націй _____

Для оцінки вираженості когнітивної складової - питання

2,3,11,12,13,14,15,16. Другий блок питань анкети (4,5,6,7,8) допомагає з'ясувати рівень вираженості афективної складової національної

ідентичності. Питання 9 та 10 анкети дозволяють оцінити вираженість конативної складової.

ДОДАТОК В

IUS

Нижче Вам пропонується ряд тверджень, які описують, як люди можуть реагувати на невизначеність у житті. Будь ласка, скористайтесь шкалою, щоб описати, до якої міри кожен пункт характеризує вас. Будь ласка, обведіть цифру (від 1 до 5), яка найкраще вас змальовує.

№	Твердження	1	2	3	4	5
1	Невизначеність не дає мені мати міцну власну думку					
2	Бути невизначеним означає бути не організованим					
3	Невизначеність робить життя нестерпним					
4	Це не чесно не мати жодних гарантій у житті					
5	Я не можу бути спокійним, якщо не знатиму, що станеться завтра					
6	Невизначеність завдає мені стресу, робить мене тривожним і неспокійним					
7	Непередбачені події дуже мене засмучують					
8	Якщо я не маю всієї потрібної інформації, це мене дратує					
9	Невизначеність не дозволяє мені жити наповненим життям					
10	Кожен має зазирати наперед, щоб уникнути сюрпризів					
11	Непередбачена дрібниця може зіпсувати усю, навіть добре сплановану, справу					
12	Коли час діяти, невизначеність може паралізувати мене					
13	Бути непевним означає, що я не підготувався до ситуації як належить					
14	Коли я не певний, я не можу продовжувати					
15	Коли я не певний, я не можу функціонувати дуже добре					
16	Здається, що інші точно знають, куди ідуть по життю, на відміну від мене					
17	Невизначеність робить мене ранимим, нещасним чи сумним					
18	Я завжди хочу знати, що майбутнє підготувало для мене					
19	Я не зношу бути заскоченим					
20	Найменший сумнів може зупинити мене від дії					
21	Я маю мати змогу організувати все заздалегідь					
22	Бути невизначеним означає, що мені бракує впевненості					
23	Я думаю, це не чесно, що інші виглядають певними свого майбутнього					
24	Непевність допомагає мені нічого не прогавити					
25	Я маю позбутись усіх непевних ситуацій					
26	Двозначність у житті приносить мені стрес					
27	Я не виношу невизначеності щодо свого майбутнього					

Підрахунок показників

Фактор 1 (невпевненість у власних діях та прийнятті рішень): скласти оцінки за пунктами 1, 2, 3, 9, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 20, 22, 23, 24, 25.

Фактор 2 (стрес і тривога через невизначеність): скласти оцінки за пунктами 4, 5, 6, 7, 8, 10, 11, 18, 19, 21, 26, 27.

ТЕСТ «РІВЕНЬ ЕМОЦІЙНОЇ СТІЙКОСТІ»

(автор: Тарасов Є.О., кандидат психологічних наук,
психотерапевт вищої категорії)

Потрібно відповісти на 10 тверджень, підрахувати бали і прочитати результати.

1. Мені часто сняться нічні кошмари

Так-2 бали. Ні-1 бал.

2. Мене дратує велика кількість людей

Так-3 бали. Ні-0 балів.

3. Мене часто мучить почуття провини

Так-3 бали. Ні-0 балів.

4. Я не забороняю собі висловлювати свої переживання, почуття

Так-0 балів. Ні-1 бал.

5. Я легко ображаюся на жарти в свою адресу

Так-3 бали. Ні-1 бал.

6. В мене часто змінюється настрій

Так-2 бали. Ні-1 бал.

7. Я потребую людей, здатних мене зрозуміти, підтримати, втішити

Так-2 бали. Ні-1 бал.

8. Я легко відчуваюся в колі нових для мене людей

Так-0 балів. Ні-2 бали.

9. Я приймаю все те, що відбувається близько до серця

Так-3 бали. Ні-0 балів.

10. Мене легко розізлити

Так-2 бали. Ні-1 бал.

Результати тесту:

• **7 балів** означає, що у вас високий рівень емоційної стійкості, який базується на стабільній психіці. Вам, швидше за все, не страшні ніякі емоційні стреси. Підтримуйте свою нервову систему в такому ж чудовому стані.

- **Від 8 до 9 балів:** ви досить врівноважені. Ви адекватно реагуєте на більшість стресових ситуацій. У вас середній рівень емоційної стійкості, тобто та норма, яка властива більшості людей.
- **Від 15 до 20 балів:** вас характеризує підвищений рівень емоційності. Вам слід опанувати прийоми і навички психічної саморегуляції (способи емоційного розвантаження), а можливо (хоча б іноді), приймати і заспокійливі збори трав.
- **Від 21 до 25 балів:** вам властива дуже висока ступінь емоційної збудливості, ваші нерви «оголені». Найкраще вам можуть допомогти впоратися з емоційною вразливістю фахівці-психологи та психотерапевти.