



Научная статья

УДК 159.9.072

<https://doi.org/10.24158/spp.2023.12.11>

## Толерантность к неопределенности студентов в связи с их копинг-стратегиями

**Яна Сергеевна Сунцова**

Удмуртский государственный университет, Ижевск, Россия,  
suntsova\_yana@mail.ru, <https://orcid.org/0000-0001-6397-1005>

**Аннотация.** Статья посвящена изучению толерантности к неопределенности студентов в связи с их копинг-стратегиями. Актуальность исследования обусловлена тем, что способность действовать в ситуациях неопределенности отражает готовность индивида к изменениям, что особенно важно в контексте глобальных изменений, касающихся повседневной жизни субъекта. Студенты являются одной из уязвимых категорий людей к переживаниям в состоянии неопределенности, обусловленным недостаточностью опыта принятия самостоятельных решений. В работе применялся кластерный анализ для определения групп студентов, отличающихся по выраженности показателей копинг-стратегий; U-критерий Манна – Уитни для установления дифференцированности проявлений копинг-стратегий и показателей толерантности к неопределенности студентов. Выделено три группы испытуемых: студенты с непродуктивными, с относительно продуктивными и с продуктивными копинг-стратегиями; изучены особенности толерантности к неопределенности студентов, относящихся к каждой из групп.

**Ключевые слова:** толерантность/интолерантность к неопределенности, копинг-стратегии, студенты-психологи

**Финансирование:** инициативная работа.

**Для цитирования:** Сунцова Я.С. Толерантность к неопределенности студентов в связи с их копинг-стратегиями // Общество: социология, психология, педагогика. 2023. № 12. С. 85–92. <https://doi.org/10.24158/spp.2023.12.11>.

Original article

## Students' Tolerance for Uncertainty in Relation to Their Coping Strategies

**Yana S. Suntsova**

Udmurt State University, Izhevsk, Russia,  
suntsova\_yana@mail.ru, <https://orcid.org/0000-0001-6397-1005>

**Abstract.** The article touches upon the issue of students' tolerance to uncertainty in relation to their coping strategies. The relevance of the study is due to the fact that the ability to act in situations of uncertainty reflects the individual's readiness for change, which is especially important in the context of global changes related to the subject's daily life. Students are one of the vulnerable categories of people to experiences in a state of uncertainty caused by a lack of experience in making independent decisions. Cluster analysis was used to determine the groups of students differing in the expression of coping strategy indicators; Mann – Whitney U-criterion was used to establish the differentiation of coping strategies manifestations and indicators of students' tolerance to uncertainty. Three groups of subjects were identified: students with unproductive, relatively productive and productive coping strategies; the peculiarities of students' tolerance to uncertainty belonging to each group were studied.

**Keywords:** tolerance/intolerance to uncertainty, coping strategies, psychology students

**Funding:** Independent work.

**For citation:** Suntsova, Ya.S. (2023) Students' Tolerance for Uncertainty in Relation to Their Coping Strategies. *Society: Sociology, Psychology, Pedagogics*. (12), 85–92. Available from: [doi:10.24158/spp.2023.12.11](https://doi.org/10.24158/spp.2023.12.11) (In Russian).

**Введение.** Толерантность к неопределенности – один из феноменов, изучаемых в настоящее время в отечественной и зарубежной психологии. Понятие появилось в психологической науке благодаря Э. Френкель-Брансвик (Frenkel-Brunswik, 1949), одним из главных тезисов концепции которой стало утверждение, что актуализирующаяся личность в большей мере ориентирована на поиск ситуаций наименее определенных, то есть тех, которые способствовали бы раскрытию ее личностного потенциала (Марченко, 2018).

Среди современных зарубежных исследований следует отметить точку зрения Марка-Луиса Вивеса, который указывает на то, что отношение человека к неопределенности является надежным и стабильным предиктором просоциального поведения (Vives, FeldmanHall, 2018).

В области изучения отношения к неопределенности выделяют также феномен интолерантности к неопределенности. Данный конструкт рассматривался С. Баднером как противоположный полюс толерантности к неопределенности (Budner, 1962). Исследования в условиях азартных игр показали, что последняя регулирует склонность к риску на начальных этапах принятия решений, в то время как интолерантность к неопределенности определяет склонность к риску после неудачного испытания (Caputi, Schoenborn, 2018). По мнению Х.К. Джач, она связана с целым рядом тревожных расстройств, включая генерализованное тревожное расстройство, социальную тревожность, панику и чувствительность к тревоге в целом (Jach, Smillie, 2019). Интолерантность к неопределенности в зарубежной психологии определяется как склонность индивида признавать, что может произойти что-то негативное, хотя и маловероятное (Gullo et al., 2023).

В отечественной психологии А.В. Карпов трактует толерантность к неопределенности как устойчивость к действию фактора неопределенности внешней и внутренней среды, устанавливаемую сочетанием когнитивных способностей к снятию неопределенности и эмоциональной тенденцией к восприятию неопределенных ситуаций как трудных, но не психотравмирующих<sup>1</sup>. Исследования А.Ш. Гусейнова показали, что личность, использующая конструктивные формы поведения в качестве ответной реакции на стрессовую ситуацию, воспринимает неопределенность как ресурс, открывающий новые возможности и собственный личностный потенциал (Гусейнов, 2018).

Хотя в зарубежной психологии конструкт интолерантности к неопределенности рассматривается как противоположный полюс толерантности к неопределенности, Т.В. Корнилова и М.А. Чумакова пересмотрели эту позицию и предложили трактовать данные феномены как независимые переменные: толерантность к неопределенности – как позитивное отношение к неизвестному, умение принимать решение в новых ситуациях; интолерантность восприятия состояния неопределенности – как угрожающее стремление к изведанному, изученному (Kornilova, Chumakova, 2014).

О.А. Цветкова выяснила, что личность в отсутствии возможностей удовлетворения потребностей разного уровня предрасположена к применению непродуктивных копинг-стратегий, повышению уровня интолерантности к неопределенности (Цветкова, 2020).

Эмпирические исследования отечественных психологов показывают, что толерантность к неопределенности связана с некоторыми личностными характеристиками, например, с субъективным контролем (Калабина, 2021), смысложизненными ориентациями (Панова, 2021) и др.

Так как интолерантность к неопределенности порождает страхи относительно неизведанного, она может являться центральным компонентом тревожного состояния (Пинаева, Злобина, 2022).

Таким образом, благодаря зарубежным психологам появился собственно конструкт «толерантность к неопределенности», который рассматривается как фактор, способствующий раскрытию личностного потенциала, выступающий предиктором поведения человека в ситуациях риска; вклад отечественных психологов заключается в конкретизации феноменов «толерантности/интолерантности к неопределенности», рассмотрении их в качестве независимых переменных, сочетающих когнитивные и эмоциональные компоненты. Российскими исследователями установлена также связь рассматриваемого феномена с такими переменными, как тревожность, субъективный контроль, смысложизненные ориентации.

Способами совладания с ситуациями неопределенности выступают копинг-стратегии. Термин этот появился в XX в. благодаря Л. Мерфи (Murphy, 1974), который подразумевал под ним постоянно изменяющиеся попытки человека справиться с различного рода требованиями, которые превышают его возможности (Афанасьева, 2021). По мнению Р. Лазаруса, условия окружающей среды активируют адаптивные возможности индивида (Lazarus, 1966). В таком случае, он будет стремиться к решению проблемы (Баландина, Панькова, 2021). А.Р. Лопес в своем исследовании утверждает, что копинг-стратегии могут со временем стать заученными, произвольными реакциями в ответ на влияние окружающей среды (Lopes, Nihei, 2021).

В отечественной психологии изучением данного феномена активно занимается Т.Л. Крюкова. Она определяет его как «целенаправленное социальное поведение, позволяющее субъекту справиться с трудной жизненной ситуацией способами, адекватными личностным особенностям и ситуации, – через осознанные стратегии действий» (Силина, Крюкова, 2021).

Н.А. Лужбина, И.А. Ральникова, Е.В. Васильева, О.М. Любимова установили, что у юношей и девушек с уровнем эмоционального интеллекта выше среднего наблюдается выраженность адаптивных копинг-стратегий (Копинг-стратегии юношей в контексте эмоционального интеллекта ..., 2019).

---

<sup>1</sup> Карпов А.В. Психология менеджмента : учебник для академического бакалавриата. М., 2005. 584 с.

Е.А. Секацкая в своем исследовании выявила взаимосвязь копинг-стратегий с базисными убеждениями личности, доказав, что совладающее поведение человека связано с субъективными представлениями человека о себе и своих возможностях (Секацкая, 2020).

В.И. Долгова, О.А. Кондратьева, П.М. Маслова обнаружили связь между толерантностью к неопределенности студентов психологического факультета с копингом, ориентированным на решение задач; между интолерантностью к неопределенности и копингом, ориентированным на эмоции (Долгова и др., 2022).

С.Р. Лещенко утверждает, что для преодоления стресса важно владеть гибким мышлением, поведением и эмоциональным реагированием (Лещенко, 2022). Исходя из этого, индивиду необходимо уметь не только принимать трудности ситуации на эмоциональном уровне, но и применять новые тактики поведения.

Таким образом, копинг-стратегии можно определить, как такое поведение индивида, которое направлено на попытки решить проблему, будь то задачи внешнего или внутреннего характера. Несмотря на то, что интерес к изучению копинг-стратегий появился первоначально в зарубежной психологии, значительный вклад в изучение данного феномена внесли отечественные психологи, рассматривавшие копинг-стратегии в связи с другими психологическими переменными, такими как эмоциональный интеллект, базисные убеждения и др.

В нашем исследовании категорией для изучения являются лица студенческого возраста. Одним из первых, кто поставил проблему студенчества как особой возрастной категории, является Б.Г. Ананьев. Он же определил возрастные рамки – 17–25 лет (Ананьев, 1974). Студенты психологического направления подготовки были выбраны в качестве эмпирической базы исследования в связи с тем, что их будущая профессиональная деятельность в области практической психологии связана с необходимостью оказания психологической помощи людям в ситуации постоянной неопределенности, вызванной малым профессиональным опытом, недостатком и противоречивостью получаемой от клиентов информации. Данный факт зачастую обуславливает сложности адаптации молодых специалистов к профессии психолога.

Цель исследования заключалась в изучении толерантности к неопределенности студентов в связи с их копинг-стратегиями.

Гипотеза исследования состояла в проверке положения о том, что у субъектов, использующих продуктивные копинг-стратегии, такие как «самоконтроль», «принятие ответственности», «положительная переоценка», «планирование решения проблемы», ниже показатели интолерантности к неопределенности. Сомнение в существующем положении обусловлено тем, что даже продуктивные копинг-стратегии помимо положительных сторон имеют и отрицательные. Например, копинг-стратегия «положительная переоценка», с одной стороны, помогает изменить угол зрения на проблему, найти в случившемся/происходящем положительные моменты, с другой – лишает человека возможности увидеть, понять, как можно было бы избежать той или иной ситуации; копинг-стратегия «самоконтроль» с положительной стороны позволяет нивелировать эмоции для того, чтобы перейти к разумным действиям, с отрицательной стороны, подавляя свои ощущения, человек не разрешает себе переживать, не дает эмоциям выходить наружу. Неспособность выражать свои истинные чувства приводит к эмоциональной холодности, к нервному напряжению, появлению проблем со здоровьем и т.п.

**Методы и методики исследования.** В исследовании приняли участие 62 студента психологического профиля подготовки (27 – мужского пола, 35 – женского) в возрасте от 19 до 22 лет (средний возраст – 20,6 лет).

В исследовании использовались методики: «Способы совладающего поведения» (Р. Лазарус), «Толерантность к неопределенности» (С. Баднер, адаптация Г.У. Солдатовой), «Личностная готовность к переменам» (А. Родник, С. Хезер, М. Голд и К.Х алл, адаптация Н.А. Бажанова и Г.Л. Бардиер).

Обработка результатов осуществлялась методами математической статистики – применялась описательная статистика (среднее арифметическое), иерархический кластерный анализ для выявления групп респондентов, отличающихся по используемым копинг-стратегиям; U-критерий Манна – Уитни для определения достоверности различий в изучаемых показателях.

**Результаты исследования и их обсуждение.** На первом этапе исследования с целью определения групп (кластеров) респондентов, отличающихся по выраженности показателей копинг-стратегий, была проведена кластеризация наблюдений. Использован иерархический кластерный анализ, на основании которого получено количество кластеров, равное 3: первый кластер – 21 человек, второй – 20 человек, третий – 21 человек. Выраженность копинг-стратегий трех групп студентов представлена в табл. 1.

**Таблица 1 – Результаты исследования копинг-стратегий студентов**

**Table 1 – Results of the Study of Students' Coping Strategies**

Показатели	Среднее значение (уровень выраженности)		
	1 группа	2 группа	3 группа
Конфронтационный копинг	11,04 (сред. ур.)	7,35 (сред. ур.)	7,90 (сред. ур.)
Дистанцирование	12,23 (сред. ур.)	7,25 (сред. ур.)	7,71 (сред. ур.)
Самоконтроль	14,90 (выс. ур.)	12,6 (сред. ур.)	11,7 (сред. ур.)
Поиск социальной поддержки	13,28 (выс. ур.)	9,2 (сред. ур.)	12,6 (сред. ур.)
Принятие ответственности	8,95 (сред.-выс. ур.)	5,35 (низ. ур.)	7,85 (сред. ур.)
Бегство-избегание	15,95 (сред.-выс. ур.)	7,8 (сред. ур.)	13,14 (сред. ур.)
Планирование решения проблемы	13,66 (выс. ур.)	13,75 (выс. ур.)	10,90 (сред. ур.)
Положительная переоценка	13,19 (сред. ур.)	12 (сред. ур.)	8,80 (сред. ур.)

Для выявления достоверности различий в выраженности изучаемых показателей копинг-стратегий у респондентов трех групп был проведен анализ различий по критерию Манна – Уитни.

У студентов первой и второй групп установлены достоверно значимые различия в выраженности шести копинг-стратегий, средние значения которых выше у респондентов первой группы. Они чаще решают возникающие проблемы посредством реализации конкретных действий, однако недостаточно целенаправленных и рационально обоснованных в проблемной ситуации («конфронтационный копинг» ( $U = 72,500$ ;  $p = 0,0001$ )); преодолевая негативные переживания, связанные с проблемой, они чаще, чем студенты второй группы, снижают ее значимость и меньше эмоционально вовлекаются в нее, нивелируя собственные переживания и недооценивая возможность действенного преодоления проблем («дистанцирование» ( $U = 47,000$ ;  $p = 0,0001$ )); у них выше контроль поведения, а также способность подавлять и сдерживать эмоции, что проявляется в трудностях выражения переживаний студентами первой группы, сверхконтроле, проявляющемся вплоть до дезадаптации («самоконтроль» ( $U = 100,00$ ;  $p = 0,004$ )); они чаще ищут информационную и эмоциональную поддержку, чем студенты второй группы, что выражается в чрезмерных ожиданиях участников исследования первой группы по отношению к окружающим («поиск социальной поддержки» ( $U = 63,500$ ;  $p = 0,0001$ )); при возникновении проблемы они более склонны к самоосуждению, переживанию вины («принятие ответственности» ( $U = 56,500$ ;  $p = 0,0001$ )); а также у них чаще наблюдается незрелость поведенческого реагирования в ситуациях стресса («бегство-избегание» ( $U = 7,500$ ;  $p = 0,0001$ )).

У студентов второй и третьей групп установлены достоверно значимые различия в выраженности пяти копинг-стратегий. Респонденты третьей группы при разрешении возникающих проблем ожидают поддержки, внимания и совета больше, чем участники исследования из второй группы («поиск социальной поддержки» ( $U = 81,000$ ;  $p = 0,001$ )); они более склонны признавать свой вклад в возникновение проблемы с пониманием личной роли в появлении актуальных трудностей («принятие ответственности» ( $U = 94,500$ ;  $p = 0,002$ )); также они чаще реагируют на возникновение трудностей по типу отрицания проблемы, фантазирования, отвлечения («бегство-избегание» ( $U = 27,500$ ;  $p = 0,0001$ ))). Студенты второй группы подходят к решению проблемы чрезмерно рационально, не допуская спонтанности в поведении («планирование решения проблемы» ( $U = 89,500$ ;  $p = 0,002$ )); им чуть более свойственно положительное переосмысление проблемы, чем студентам третьей группы, рассмотрение проблемы как стимула к личностному росту («положительная переоценка» ( $U = 86,000$ ;  $p = 0,001$ ))).

У студентов первой и третьей групп установлены достоверно значимые различия в выраженности шести копинг-стратегий, средние значения которых выше у студентов первой группы. Они чаще, чем обучающиеся из третьей группы решают возникающие проблемы за счет целенаправленной поведенческой активности, иногда излишней, проявляющейся в импульсивном поведении, трудностях в планировании действий, прогнозировании их результата, неоправданном упорстве («конфронтационный копинг» ( $U = 78,500$ ;  $p = 0,0001$ )); с целью преодоления негативных переживаний, связанных с проблемой, они чаще, чем студенты третьей группы, снижают ее значимость и меньше эмоционально вовлекаются в нее, обесценивая собственные переживания, упуская возможности действенного преодоления проблемных ситуаций («дистанцирование» ( $U = 56,000$ ;  $p = 0,0001$ )); у них выше контроль поведения, а также способность подавлять и сдерживать эмоции, что проявляется в трудностях выражения переживаний, боязни самораскрытия, чрезмерной требовательности к себе, приводящей к сверхконтролю поведения («самоконтроль» ( $U = 57,500$ ;  $p = 0,0001$ )); в стрессовых ситуациях у них чаще актуализируются инфантильные формы поведения, чем у третьей группы студентов («бегств-избегание» ( $U = 119,000$ ;  $p = 0,01$ )); участники исследования первой группы более склонны преодолевать трудные ситуации за счет анализа проблемы и ее планирования, что приводит к чрезмерной рациональности, недостаточной интуитивности и спонтанности в поведении («планирование решения проблемы» ( $U = 79,000$ ;

$p = 0,0001$ )); также им более свойственно положительное переосмысление проблемы, однако в ходе него студенты первой группы недооценивают возможности действенного разрешения проблемной ситуации («положительная переоценка» ( $U = 43,000$ ;  $p = 0,0001$ ))).

По результатам исследования копинг-стратегий респондентов трех групп первая из них была названа «студенты с непродуктивными копинг-стратегиями», вторая – «студенты с относительно продуктивными копинг-стратегиями», третья – «студенты с продуктивными копинг-стратегиями».

На втором этапе нашей работы была исследована толерантность к неопределенности студентов с разными копинг-стратегиями. Результаты ее отражены в табл. 2.

**Таблица 2** – Результаты исследования толерантности к неопределенности студентов трех групп

**Table 2** – Results of the Study of Tolerance to Uncertainty of Students of the Three Groups

Показатели	Среднее значение (уровень выраженности)		
	1 группа	2 группа	3 группа
Оценка новизны проблемы	17 (сред. ур.)	16,15 (сред. ур.)	14,52 (сред. ур.)
Оценка сложности проблемы	39 (выс. ур.)	40,65 (выс. ур.)	35,95 (выс. ур.)
Оценка неразрешимости проблемы	12,19 (сред. ур.)	12,95 (сред. ур.)	17,38 (выс. ур.)
Интолерантность к неопределенности	68,19 (выс. ур.)	69,75 (выс. ур.)	67,80 (выс. ур.)
Оценка страстности	16,42 (низ. ур.)	18,25 (низ. ур.)	15,95 (низ. ур.)
Оценка находчивости	20,47 (низ. ур.)	24,75 (сред. ур.)	19,04 (низ. ур.)
Оценка оптимизма	16,90 (низ. ур.)	20,75 (низ. ур.)	19,28 (низ. ур.)
Оценка смелости, предприимчивости	12,38 (низ. ур.)	13,75 (низ. ур.)	9,28 (низ. ур.)
Оценка адаптивности	15,95 (низ. ур.)	15,50 (низ. ур.)	16 (низ. ур.)
Оценка уверенности	16,66 (низ. ур.)	24 (сред. ур.)	13,57 (низ. ур.)
Оценка толерантности к двусмысленности	10,47 (низ. ур.)	13,75 (низ. ур.)	9,04 (низ. ур.)

*Примечание:* 1 группа – «студенты с непродуктивными копинг-стратегиями», 2 группа – «студенты с относительно продуктивными копинг-стратегиями», 3 группа – «студенты с продуктивными копинг-стратегиями».

Для выявления достоверности различий в выраженности изучаемых показателей толерантности к неопределенности респондентов трех групп был проведен анализ различий по критерию Манна – Уитни.

Между испытуемыми первой и второй групп установлены достоверно значимые различия в выраженности четырех показателей толерантности к неопределенности: «находчивость» ( $U = 121,000$ ;  $p = 0,014$ ), «оптимизм» ( $U = 139,500$ ;  $p = 0,05$ ), «уверенность» ( $U = 88,500$ ;  $p = 0,001$ ), «толерантность к двусмысленности» ( $U = 137,000$ ;  $p = 0,048$ ). Студенты, использующие относительно продуктивные копинг-стратегии, более находчивы в разрешении непростых ситуаций, они чаще обращаются к ранее неиспользованным источникам для устранения возникающих проблем, чем студенты, использующие непродуктивные копинг-стратегии; у них более выражена оптимистичность, вера в успех, способность находить возможные пути решения проблемы, а не фиксироваться на самой проблеме; они больше, чем студенты с непродуктивными копинг-стратегиями, верят в себя, более убеждены, что все проблемы можно решить; сдержаннее реагируют на отсутствие однозначных ответов, у них выше, чем у студентов с непродуктивными копингами выдержанность в ситуациях, когда неясна суть происходящего. Таким образом, использование даже относительно продуктивных копинг-стратегий, направленных на решение актуальной проблемы или задачи, способствует проявлению у студентов большей находчивости, оптимизма и уверенности в себе в неоднозначных ситуациях.

Студенты второй и третьей групп достоверно отличаются друг от друга по четырем показателям толерантности к неопределенности: «неразрешимость проблемы» ( $U = 132,000$ ;  $p = 0,041$ ), «находчивость» ( $U = 107,500$ ;  $p = 0,006$ ), «уверенность» ( $U = 58,000$ ;  $p = 0,0001$ ), «толерантность к двусмысленности» ( $U = 103,500$ ;  $p = 0,004$ ). Студенты, использующие продуктивные копинг-стратегии, чаще испытывают негативные переживания при неразрешимости проблемы, чем студенты с относительно продуктивными копинг-стратегиями. Последние более изобретательны в разрешении сложных ситуаций, чаще прибегают к незнакомым источникам для решения появляющихся проблем, чем студенты с продуктивными копинг-стратегиями; также они больше верят в себя, убеждены, что все проблемы можно решить; спокойнее реагируют на ситуации неопределенности, когда неясен исход дела, намерения и цели. Таким образом, копинг-стратегии, будучи продуктивными для решения определенных проблемных ситуаций, со временем становятся заученными, произвольными реакциями в ответ на влияние среды (Jach, Smillie, 2019), лишая человека возможности адаптации к изменчивым данным среды.

Одно достоверно значимое различие установлено в выраженности показателя «новизна проблемы» ( $U = 115,500$ ;  $p = 0,008$ ) между участниками исследования первой и третьей групп.

Студенты с непродуктивными копинг-стратегиями более склонны отдавать предпочтение привычным, а не новым ситуациям, стремясь сохранить установившийся уклад жизни, чем студенты с продуктивными копинг-стратегиями.

**Заключение.** Результаты исследования позволяют сделать следующие выводы:

1. Выявлено три группы студентов с непродуктивными, с относительно продуктивными и продуктивными копинг-стратегиями.

2. Установлено, что студенты с непродуктивными копинг-стратегиями склонны отдавать предпочтение более привычным ситуациям, редко проявляют стремление искать что-либо новое, стараясь сохранить привычный уклад жизни. Студенты с относительно продуктивными копинг-стратегиями способны проявить находчивость в разрешении проблемных ситуаций, обращаются к ранее не использовавшимся источникам информации для решения возникающих проблем, верят в себя, убеждены, что все проблемы можно решить. Студенты с продуктивными копинг-стратегиями чуть чаще проявляют стремление к новому, неизвестному, чем их сверстники с непродуктивными копинг-стратегиями.

3. Вне зависимости от используемых копинг-стратегий у студентов трех групп выявлен высокий уровень интолерантности к неопределенности.

4. Несмотря на использование продуктивных копинг-стратегий, студенты третьей группы характеризуются высокой выраженностью показателей по шкалам «Оценка сложности проблемы», «Оценка неразрешимости проблемы», низкой выраженностью показателей по шкалам «Оценка находчивости», «Оценка оптимизма», «Оценка смелости, предприимчивости», «Оценка адаптивности», «Оценка уверенности».

Гипотеза подтвердилась: у студентов, использующих продуктивные копинг-стратегии, ниже показатели интолерантности к неопределенности. «находчивость», «уверенность в себе», «толерантность к двусмысленности», «оценка разрешимости проблемы» – значения этих показателей достоверно выше у студентов с относительно продуктивными копинг-стратегиями.

Таким образом, последние, являясь эффективными для решения определенных проблемных ситуаций, со временем становятся заученными, произвольными реакциями в ответ на воздействие среды, снижая возможности адаптации человека к изменяющимся обстоятельствам. Копинг-стратегии, являясь продуктивными для определенных ситуаций, могут быть вредны в долгосрочной перспективе, если не подвергаются критическому анализу.

#### Список источников:

- Ананьев Б.Г. К психофизиологии студенческого возраста // Современные психологические проблемы высшей школы. Л., 1974. С. 3–15.
- Афанасьева Ю.А. Роль личностных особенностей подростков в формировании копинг-стратегий // Вопросы психического здоровья детей и подростков. 2021. Т. 21, № 1. С. 47–53.
- Баландина Л.Л., Панькова А.А. Копинг-стратегии в связи с соотношением студентов // Вестник Пермского государственного гуманитарно-педагогического университета. Серия № 1. Психологические и педагогические науки. 2021. № 1. С. 63–71. <https://doi.org/10.24412/2308-717X-2021-1-63-71>.
- Гусейнов А.Ш. Толерантность к неопределенности как регулятор субъектной активности личности // Общество: социология, психология, педагогика. 2018. № 12 (56). С. 127–130. <https://doi.org/10.24158/spp.2018.12.21>.
- Долгова В.И., Кондратьева О.А., Маслова П.М. Исследование взаимосвязи толерантности к неопределенности и копинг-стратегий у студентов факультета психологии // Вестник Южно-Уральского государственного гуманитарно-педагогического университета. 2022. № 6 (172). С. 260–291. <https://doi.org/10.25588/6993.2022.48.13.013>.
- Калабина Е.С. Психологические особенности студенческого возраста // Научное обозрение. Пенза, 2021. С. 73–76.
- Копинг-стратегии юношей в контексте эмоционального интеллекта / Н.А. Лужбина [и др.] // Человеческий капитал. 2019. № 8 (128). С. 164–173.
- Лещенко С.Р. Теоретический анализ копинг-стратегий в трудных жизненных ситуациях // Психология и педагогика в Крыму: пути развития. 2022. № 5. С. 97–110.
- Марченко Е.Е. Толерантность к неопределенности как значимая характеристика личности обучающихся высшей школы // Весник Брэсцкага ўніверсітэта. Серыя 3: Філалогія. Педагагіка. Псіхалогія. 2018. № 1. С. 188–196.
- Панова В.С. Взаимосвязь толерантности к неопределенности со смысложизненными и ценностными ориентациями // Психологические проблемы смысла жизни и акме. М., 2021. С. 292–297.
- Пинаева Л.И., Злобина М.В. Взаимосвязь интолерантности к неопределенности, тревоги и расстройств пищевого поведения // Reflexio. 2022. Т. 15, № 1. С. 48–65. <https://doi.org/10.25205/2658-4506-2022-15-1-48-65>.
- Секацкая Е.О. Базисные убеждения личности, представления о себе и их взаимосвязь со стратегиями совладания // Проблемы современного образования. 2020. № 6. С. 23–30. <https://doi.org/10.31862/2218-8711-2020-6-23-30>.
- Силина Е.А., Крюкова Т.Л. Семья в ситуации стресса самоизоляции: взаимосвязь гендерных установок и копинг-стратегий // Вестник Омского университета. Серия: Психология. 2021. № 1. С. 18–24. <https://doi.org/10.24147/2410-6364.2021.1.18-24>.
- Цветкова О.А. Влияние фрустрации базовых потребностей личности на толерантность к неопределенности // Новые вызовы неопределенности. Новосибирск, 2020. С. 124–126.
- Budner S. Intolerance for Ambiguity as a Personal Variable // Journal of Personality. 1962. Vol. 30, iss. 1. P. 29–50. <https://doi.org/10.1111/j.1467-6494.1962.tb02303.x>.
- Caputi M., Schoenborn H. Theory of Mind and Internalizing Symptoms During Middle Childhood and Early Adolescence: The Mediating Role of Coping Strategies // Cogent Psychology. 2018. Vol. 5, iss. 1. P. 1–15. <https://doi.org/10.1080/23311908.2018.1487270>.

- Frenkel-Brunswik E. Intolerance of Ambiguity as an Emotional and Perceptual Personality Variable // *Journal of Personality*. 1949. Vol. 18, № 1. P. 108–143. <https://doi.org/10.1111/j.1467-6494.1949.tb01236.x>.
- Gullo S., Gelo O. C. G., Bassi G., Coco G. L., Lagetto G., Esposito G., Pazzagli Ch., Salcuni S., Freda M. F., Mazzeschi C., Giordano C., Blasi M. D. The Role of Emotion Regulation and Intolerance to Uncertainty on the Relationship Between Fear of COVID-19 and Distress // *Current Psychology*. 2023. Vol. 42. P. 19658–19669. <https://doi.org/10.1007/s12144-022-03071-5>.
- Jach H., Smillie L. D. To Fear or Fly to the Unknown: Tolerance for Ambiguity and Big Five Personality Traits // *Journal of Research in Personality*. 2019. Vol. 79. P. 67–78. <https://doi.org/10.1016/j.jrp.2019.02.003>.
- Kornilova T. V., Chumakova M. A. Tolerance and Intolerance of Ambiguity in the Modification of Budner's Questionnaire // *Экспериментальная психология*. 2014. Т. 7, № 1. С. 92–110.
- Lazarus R. S. *Psychological Stress and the Coping Process*. N. Y., 1966. 466 p.
- Lopes A. R., Nihei O. K. Depression, Anxiety and Stress Symptoms in Brazilian University Students During the COVID-19 Pandemic: Predictors and Association with life Satisfaction, Psychological Well-Being and Coping Strategies // *PLoS ONE*. 2021. Vol. 16, iss. 10. P. e0258493. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0258493>.
- Murphy L. *Coping Vulnerability and Resilience in Childhood – Coping and Adaptation*. N. Y., 1974. 234 p.
- Vives M.-L., FeldmanHall O. Tolerance to Ambiguous Uncertainty Predicts Prosocial Behavior // *Nature Communications*. 2018. Vol. 9. P. 2156. <https://doi.org/10.1038/s41467-018-04631-9>.

## References:

- Afanaseva, Yu. A. (2021) The Role of Personal Characteristics of Teenagers in the Formation of Coping Strategies. *Voprosy psichicheskogo zdorov'ja detej i podrostkov*. 21 (1), 47–53. (In Russian).
- Anan'ev, B. G. (1974) K psihofiziologii studencheskogo vozrasta [On psychophysiology of student age]. In: *Sovremennye psihologicheskie problemy vysshej shkoly*. Leningrad. 280 p. (In Russian).
- Balandina, L. L. & Pankova, A. A. (2021) Coping Strategies in Correlation with Students' Self-Attitude. *Vestnik Permskogo gosudarstvennogo gumanitarno-pedagogicheskogo universiteta. Serija № 1. Psihologicheskie i pedagogicheskie nauki*. (1), 63–71. Available from: [doi:10.24412/2308-717X-2021-1-63-71](https://doi.org/10.24412/2308-717X-2021-1-63-71). (In Russian).
- Budner, S. (1962) Intolerance for Ambiguity as a Personal Variable. *Journal of Personality*. 30 (1), 29–50. Available from: [doi:10.1111/j.1467-6494.1962.tb02303.x](https://doi.org/10.1111/j.1467-6494.1962.tb02303.x).
- Caputi, M. & Schoenborn, H. (2018) Theory of Mind and Internalizing Symptoms During Middle Childhood and Early Adolescence: The Mediating Role of Coping Strategies. *Cogent Psychology*. 5 (1), 1–15. Available from: [doi:10.1080/23311908.2018.1487270](https://doi.org/10.1080/23311908.2018.1487270).
- Dolgova, V. I., Kondrat'yeva, O. A. & Maslova, P. M. (2022) Study of the Relationship Between Tolerance for Uncertainty and Coping Strategies Among Students of the Faculty of Psychology. *Vestnik Juzhno-Ural'skogo gosudarstvennogo gumanitarno-pedagogicheskogo universiteta*. (6 (172)), 260–291. Available from: [doi:10.25588/6993.2022.48.13.013](https://doi.org/10.25588/6993.2022.48.13.013). (In Russian).
- Frenkel-Brunswik, E. (1949) Intolerance of Ambiguity as an Emotional and Perceptual Personality Variable. *Journal of Personality*. 18 (1), 108–143. Available from: [doi:10.1111/j.1467-6494.1949.tb01236.x](https://doi.org/10.1111/j.1467-6494.1949.tb01236.x).
- Gullo, S., Gelo, O. C. G., Bassi, G., Coco, G. L., Lagetto, G., Esposito, G., Pazzagli, Ch., Salcuni, S., Freda, M. F., Mazzeschi, C., Giordano, C. & Blasi, M. D. (2023) The Role of Emotion Regulation and Intolerance to Uncertainty on the Relationship Between Fear of COVID-19 and Distress. *Current Psychology*. 42, 19658–19669. Available from: [doi:10.1007/s12144-022-03071-5](https://doi.org/10.1007/s12144-022-03071-5).
- Guseinov, A. Sh. (2018) Tolerance to Ambiguity as a Regulator of Personal Subjective Activity. *Society: Sociology, Psychology, Pedagogy*. (12 (56)), 127–130. Available from: [doi:10.24158/spp.2018.12.21](https://doi.org/10.24158/spp.2018.12.21). (In Russian).
- Jach, H. & Smillie, L. D. (2019) To Fear or Fly to the Unknown: Tolerance for Ambiguity and Big Five Personality Traits. *Journal of Research in Personality*. 79, 67–78. Available from: [doi:10.1016/j.jrp.2019.02.003](https://doi.org/10.1016/j.jrp.2019.02.003).
- Kalabina, E. S. (2021) Psychological Features of Student Age. In: *Nauchnoe obozrenie*. Penza, pp. 73–76. (In Russian).
- Kornilova, T. V. & Chumakova, M. A. (2014) Tolerance and Intolerance of Ambiguity in the Modification of Budner's Questionnaire. *Experimental Psychology (Russia)*. 7 (1), 92–110.
- Lazarus, R. S. (1966) *Psychological Stress and the Coping Process*. New York. 466 p.
- Leshchenko, S. R. (2022) Theoretical Analysis of Coping Strategies in Difficult Life Situations. *Psychology and Pedagogy in Crimea: Ways of Development*. (5), 97–110. (In Russian).
- Lopes, A. R. & Nihei, O. K. (2021) Depression, Anxiety and Stress Symptoms in Brazilian University Students During the COVID-19 Pandemic: Predictors and Association with life Satisfaction, Psychological Well-Being and Coping Strategies. *PLoS ONE*. 16 (10), e0258493. Available from: [doi:10.1371/journal.pone.0258493](https://doi.org/10.1371/journal.pone.0258493).
- Luzhina, N. A., Ralnikova, I. A., Vasilyeva, E. V. & Lyubimova, O. M. (2019) Copy-Strategy of Young People in the Context of Emotional Intelligence. *Chelovecheskij Kapital*. (8 (128)), 164–173. (In Russian).
- Marchenko, E. E. (2018) Tolerantnost' k neopredelennosti kak znachimaja harakteristika lichnosti obuchajushihhsja vysshej shkoly [Tolerance to uncertainty as a significant characteristic of the personality of students of higher school]. *Vestnik Brestskogo universiteta. Serija 3: Filologija. Pedagogika. Psihologija*. (1), 188–196. (In Russian).
- Murphy, L. (1974) *Coping Vulnerability and Resilience in Childhood – Coping and Adaptation*. New York. 234 p.
- Panova, V. S. (2021) Relationship of Tolerance to Uncertainty with Life Meaning and Value Orientations. In: *Psihologicheskie problemy smysla zhizni i akme*. Moscow, pp. 292–297. (In Russian).
- Pinaeva, L. I. & Zlobina, M. V. (2022) Relationships Between Intolerance of Uncertainty, Anxiety and Eating Disorders. *Reflexio*. 15 (1), 48–65. Available from: [doi:10.25205/2658-4506-2022-15-1-48-65](https://doi.org/10.25205/2658-4506-2022-15-1-48-65). (In Russian).
- Sekatskaya, E. O. (2020) Basis Personal Beliefs, Self-Perceptions, and Their Interconnection with Coping Strategies. *Problemy sovremennoogo obrazovanija*. (6), 23–30. Available from: [doi:10.31862/2218-8711-2020-6-23-30](https://doi.org/10.31862/2218-8711-2020-6-23-30). (In Russian).
- Silina, E. A. & Kryukova, T. L. (2021) Family in Situation of Self-Isolation Stress: Relationship of Gender Settings and Coping Strategies. *Herald of Omsk University. Series: Psychology*. (1), 18–24. Available from: [doi:10.24147/2410-6364.2021.1.18-24](https://doi.org/10.24147/2410-6364.2021.1.18-24). (In Russian).
- Tsvetkova, O. A. (2020) Influence of Basic Needs Frustration of a Person on Tolerance to Uncertainty. In: *Novye vyzovy neopredelennosti*. Novosibirsk, pp. 124–126. (In Russian).
- Vives, M.-L. & FeldmanHall, O. (2018) Tolerance to Ambiguous Uncertainty Predicts Prosocial Behavior. *Nature Communications*. 9, 2156. Available from: [doi:10.1038/s41467-018-04631-9](https://doi.org/10.1038/s41467-018-04631-9).

## Информация об авторе

**Я.С. Сунцова** – кандидат психологических наук, доцент, доцент кафедры общей психологии Удмуртского государственного университета, Ижевск, Россия.  
[https://www.elibrary.ru/author\\_items.asp?authorid=771527](https://www.elibrary.ru/author_items.asp?authorid=771527)

**Конфликт интересов:**

автор заявляет об отсутствии конфликта интересов.

**Information about the author**

**Ya.S. Suntsova** – PhD in Psychology, Associate Professor, Associate Professor of General Psychology Department, Udmurt State University, Izhevsk, Russia.

[https://www.elibrary.ru/author\\_items.asp?authorid=771527](https://www.elibrary.ru/author_items.asp?authorid=771527)

**Conflicts of interests:**

The author declares no conflicts of interests.

Статья поступила в редакцию / The article was submitted 21.11.2023;  
Одобрена после рецензирования / Approved after reviewing 19.12.2023;  
Принята к публикации / Accepted for publication 26.12.2023.

Автором окончательный вариант рукописи одобрен.