

**Улюкин Игорь Михайлович,**  
кандидат медицинских наук, научный сотрудник,  
Военно-медицинская академия им. С.М. Кирова, Санкт-Петербург

**Орлова Елена Станиславовна,**  
кандидат медицинских наук, старший научный сотрудник,  
Военно-медицинская академия им. С.М. Кирова, Санкт-Петербург

**Сечин Алексей Александрович,**  
начальник научно-исследовательской лаборатории,  
Военно-медицинская академия им. С.М. Кирова, Санкт-Петербург

## **ВЗАИМОСВЯЗЬ ТОЛЕРАНТНОСТИ К НЕОПРЕДЕЛЕННОСТИ И СКУКИ КАК ПАССИВНОГО ПСИХИЧЕСКОГО СОСТОЯНИЯ У ЛИЦ МОЛОДОГО ВОЗРАСТА**

**Аннотация.** В настоящее время считается, что человеческая жизнь - это цепочка принятия деловых и личностных решений, поэтому разные авторы полагают, что трансформация современного общества, высокая динамика изменений социально-экономической и социально-психологической сфер требуют значительного темпа развития для адекватного отражения происходящих изменений в условиях неопределённости, что отчасти отмечают и условия принятия решений

**Ключевые слова:** клиническая психология, лица молодого возраста, толерантность к неопределённости, скука, медико-психологическое сопровождение.

### **ВВЕДЕНИЕ**

Известно, что в современном мире человек постоянно сталкивается с различными трудностями (в частности, социального, материального, личного и межличностного характера). Нестабильность в сфере экономики, политики и культуры, сложная эпидемиологическая ситуация в мире (обусловленная, в том числе, пандемиями ВИЧ-инфекции и инфекции COVID-19) оказывают непосредственное влияние на физическое, психическое и моральное состояние индивида, тогда как высокоразвитые технологии, мобильные коммуникации ускоряют темп жизни, делая ее информационно насыщеннее и одновременно эмоционально напряженнее [1].

Как полагают, связь экзистенциальной исполненности и благополучия проявляется во многих аспектах бытия человека, связанных с принятием себя, реализации своего потенциала, взаимодействии с другими и обретением смысла жизни [2]. В настоящее время считается, что человеческая жизнь - это цепочка принятия деловых и личностных решений, поэтому разные авторы полагают, что трансформация современного общества, высокая динамика изменений социально-экономической и социально-психологической сфер требуют значительного темпа развития для адекватного отражения происходящих изменений в условиях неопределённости, что отчасти отмечают и условия принятия решений.

В посттрадиционных же обществах (которые, по разным данным - без привязки к определённой области исследования - обладают, в частности, такими признаками, как нестабильность, неопределённость, неясность, пробелы; наличие негативных процессов, связанных с социокультурной деятельностью человека; неоднозначная детерминация всех социальных процессов, связанных с деятельностью человека - рационализм, универсализм, функциональная специализация), после того, как западная цивилизация дала так называемому «среднему человеку» достаточно высокий уровень материального благополучия, стало отмечаться появление скуки как массового явления, так как индивиду уже не надо все время «биться за жизнь», - и, вместе с тем, обилие товаров привело к



кризису желаний, а необходимая для научения глубина умственной работы заменилась на поверхностное скольжение по волнам глобальной Сети. Было отмечено, что предрасположенность молодежи к скуке связана с такими девиациями, как злоупотребление алкоголем, наркотиками и расстройствами пищевого поведения [3]. Есть и мнение о том, что склонность к скуке является одной из особенностей феномена прокрастинации [4]; было отмечено, что психологическими факторами, способствующими, в частности, академической прокрастинации, являются страх неудачи и перфекционизм [5], тем более, что прокрастинация отрицательно влияет на субъективное благополучие [6].

На этом фоне в последнее время возрастает интерес к диагностике толерантности/интолерантности к неопределенности (ТН/ИТН), поскольку человек все чаще вынужден принимать решения в условиях неопределенности (так как он осознаёт, в какой степени для него характерны продуктивные способы разрешения ситуаций неопределенности).

Принимать вызовы неопределенности и осуществлять продуктивные решения в условиях неопределенности – таковы личностные предпосылки регуляции выбора со стороны толерантности к неопределенности. По данным разных авторов, неопределенность (uncertainty, ambiguity) условий выбора не является только их внешней характеристикой, потому что как в построении образа целостной ситуации, так и в оценивании отдельных альтернатив человек полагается на имеющиеся у него знания (пополняет их) и предвосхищает, прогнозирует возможные изменения ситуации (в том числе и своим выбором). Поэтому собственно выбор означает, что ситуация неопределенности получила разрешение, завершена выбором (т.е. человек определился в выборе); осмысленность выбора при этом связана и с реализацией опоры на свои интеллектуальные возможности. Считается, что выбор человека всегда осознан, хотя от него могут оставаться скрытыми как смысловые, так и другие регуляторы направленности субъективных предпочтений [7].

Толерантность к неопределенности в настоящее время означает готовность субъекта принимать продуктивные решения в условиях неопределенности, противоречивости, новизны ситуации, неполноты информации, неизвестности последствий выбора; при этом отмечено, что выраженность рациональности принятия решений сопровождается хорошей саморегуляцией, гибкостью поведения, уверенностью в собственной успешности в ситуациях неопределенности, тогда как при снижении рациональности и преобладании склонности к риску происходит усиление неадаптивного стремления к трудностям, поиск новых и острых ощущений, фиксированность на возникающих препятствиях при возникновении фрустрации, появление высокого уровня эмоциональности на уровне темперамента [8]; нивелирующее воздействие на возможность принятия рискованного решения оказывает развитие волевых качеств личности [9]. По данным разных авторов, важно понимание преодоления неопределенности как акта выбора и как этапов интеллектуальных стратегий человека при возможном риске (так как характерная черта рискованных задач – наличие неопределенности).

## **ЦЕЛЬ ИССЛЕДОВАНИЯ**

Изучение взаимосвязи толерантности к неопределенности и скуки как пассивного психического состояния у лиц молодого возраста с целью улучшения их медико-психологического сопровождения.

## **МАТЕРИАЛЫ И МЕТОДЫ.**

В экспериментально-психологическом исследовании приняли участие 200 лиц молодого возраста (мужчины / группа «М» – 100 человек / 50,0%; женщины / группа «Ж» – 100 человек / 50,0%; средний возраст «М» = 20,5±1,8, «Ж» = 19,2±1,2 года,  $p < 0,05$ ), на момент исследования практически здоровых и выполнявших свои функциональные обязанности в полном объеме.



Все обследованные лица имели законченное среднее образование, поэтому предполагалось, что опрошенный способен оценить характер собственных переживаний, возникающих при прочтении утверждения, и привести их в соответствие с предложенной в методике шкалой. Исследование носило индифферентный характер (обследованные не были заинтересованы в его результатах).

Диагностика толерантности/интолерантности к неопределенности (ТН/ИТН) была проведена по опроснику С. Баднера [10] в модификации Т.В. Корниловой и М.А. Чумаковой [11], так как рассмотрение этих понятий считается необходимым при анализе интеллектуально-личностного потенциала человека, необходимого для его социального существования, и происходит в двух направлениях (принятие условий неопределенности – их определение, умение действовать в них; и избегание неопределенности – страха неопределенности, стремление к ясности). Опросник предполагает анализ двух шкал: «Толерантность к неопределенности (ТН)» и «Интолерантность к неопределенности (ИТН)». Уровни ТН и ИТН предлагается расценивать как «Низкий», «Ниже среднего», «Немного ниже среднего», «Средний», «Немного выше среднего», «Выше среднего», «Высокий». Показатели опросника унифицированы и не зависят от пола и возраста испытуемых, хотя выявлены различия в диагностируемых показателях в зависимости от специфики профессиональной принадлежности испытуемых. Полагают, что толерантность к неопределенности связана с высокими показателями межличностного эмоционального интеллекта [11].

Состояние скуки как отрицательно окрашенной эмоции или настроения, пассивного психического состояния, характеризующегося снижением активности, отсутствием интереса к какой-либо деятельности, окружающему миру и другим людям было изучено по Многомерной шкале состояния скуки (Multidimensional State Boredom Scale, MSBS) [12], русскоязычная адаптации которой была выполнена А.М. Голубевым и Е.А. Дорошевой [13].

Опросник состоит из шкал «Невовлеченность», «Раздражительность», «Подавленность», «Невнимание», «Субъективное замедление времени». Суммарная оценка состояния скуки представляет собой сумму баллов по всем шкалам опросника.

Исследование проводилось групповым методом в течение 40 мин. У всех обследованных было получено добровольное информированное согласие на участие в исследовании. Работа выполнена в соответствии с положениям нормативных документов о защите личности в связи с автоматической обработкой персональных данных [14]. Статистическая обработка данных проведена с использованием пакета прикладных программ «Statistica for Windows» в соответствии с общепринятыми методами вариационной статистики [15].

## РЕЗУЛЬТАТЫ

Показатели скуки у лиц молодого возраста приведены в Таблице 1.

Таблица 1

Показатели скуки у лиц молодого возраста (M±m)

Показатели скуки	группы	
	М	Ж
Невовлеченность	24,65±11,63	21,76±8,56
Раздражительность	12,68±6,47	10,83±4,64
Подавленность	9,88±4,23	9,3±3,58
Невнимание	11,53±6,31	9,73±4,16
Субъективное замедление времени	11,66±5,6	10,63±4,37
Суммарная оценка состояния скуки	71,4±32,18	62,25±12,61



Показатель суммарной оценки состояния скуки в группе «М» сравним с данными других авторов [16], однако в том исследовании группа была смешанная (отсутствовали данные отдельно по мужчинам и женщинам, что, вероятно, определялось задачами работы исследователей).

Из всех параметров скуки в нашем исследовании наибольшее значение в обеих группах имела «Невовлеченность» ( $t < 0,05$ ), которая может быть детерминирована, в частности, неудовлетворенностью респондента его кругом жизненных ситуаций.

Показатели скуки в группах «М» и «Ж» в основном достоверно не различаются ( $p > 0,05$ ); однако необходимо отметить, что некоторое различие в группах было по показателям «Раздражительность» ( $p = 0,053$ ) и «Невнимание» ( $p = 0,054$ ), что, вероятно, обусловлено гендерной несхожестью обследованных лиц.

Важно отметить тесную положительную корреляцию между всеми показателями скуки в обеих группах (в группе «М»  $r = 0,75-0,86$ , в группе «Ж»  $r = 0,73-0,89$ ); то есть, данные о корреляции между шкалами опросника указывают на направление возможной психопрофилактической работы.

При исследовании интолерантности / толерантности к неопределенности в группах обследованных лиц отмечено, что показатели по группам носят средний характер (таблица 2). Статистического различия между показателями ИТН / ТН в группах не выявлено ( $p = 0,33$  и  $p = 0,98$ , соответственно), а наибольшее значение в каждой группе имеет показатель ИТН ( $p < 0,05$  в обоих случаях).

**Таблица 2**

**Показатели толерантности к неопределенности у обследованных лиц (M±m, %)**

Показатели интолерантности			Показатели толерантности		
Средний балл, M±m	группы		Средний балл, M±m	группы	
	М	Ж		М	Ж
	30,77±4,95	29,94±4,98		27,22±3,12	27,21±3,59
Уровень, %			Уровень, %		
высокий	19,0	13,0	высокий	0,0	0,0
выше среднего	14,0	18,0	выше среднего	0,0	0,0
немного выше среднего	25,0	19,0	немного выше среднего	4,0	7,0
средний	35,0	42,0	средний	34,0	30,0
немного ниже среднего	5,0	5,0	немного ниже среднего	27,0	37,0
ниже среднего	1,0	1,0	ниже среднего	20,0	7,0
низкий	1,0	2,0	низкий	15,0	19,0

Некоторое отличие в уровнях показателей обусловлено, вероятно, гендерным различием групп (так как считается, что индивид каждый раз заново осознает, каким образом он соотнесет свой выбор и с требованиями ситуации, и с требованиями к себе, в частности, с личностными ценностями).

Корреляционная связь между показателями ИТН и ТН в группе «М» расценивалась как очень слабая ( $r = 0,17$ ), а в группе «Ж» – как умеренная ( $r = 0,32$ ).

При анализе корреляционных связей между показателями скуки и толерантности в группе «М» установлено, что во всех случаях эти связи являются очень слабыми отрицательными, как и – основном – в группе «Ж» (за исключением в этой группе корреляционной связи между показателями ТН и Суммарной оценки состояния скуки: в данном случае она расценена как слабая отрицательная,  $r = -0,22$ ).



## ОБСУЖДЕНИЕ

Известно, что феномены внутреннего мира не существуют объективно в том смысле, в котором существует физический мир; мнения о их наличии выносятся, как правило, опосредованно через функции, которые они стабильно выполняют (психология) либо перестают выполнять в силу различных патологических причин (психиатрия). Полагают, что границы психических функций зыбки, как и их содержание, непостоянны и зависят от множества причин (в частности, от исторического этапа, культуры, генетики). Проведенное нами исследование показало, что в процессе адекватного современным условиям медико-психологического сопровождения молодые люди в обеих группах нацелены на достижение успеха в избранной ими сфере деятельности посредством принятия условий неопределенности (их анализа, умением действовать в них) и невыраженностью показателей скуки, так как известно – человек реагирует на ситуацию набором когнитивных, эмоциональных и поведенческих реакций.

Традиционно считается, что суть бытия человека – постоянное преодоление неопределенности, незаданности любых форм и оснований его решений и действий, на фоне того, что какова бы ни была картина мира и человека в нем, с человека не снимается ответственность за его собственную жизнь, за те каждодневные решения (включая судьбоносные и обыденные), которые он принимает. Разные уровни ИТН / ТН, вероятно, отражают индивидуальные различия обследованных лиц в отношении к неопределенности, принятию и преодолению условий неопределенности.

Показатели скуки в группах «М» и «Ж» в основном достоверно не различаются (однако необходимо отметить, что некоторое различие в группах было по показателю «Раздражительность»  $p=0,053$ , а по показателю «Невнимание» –  $p=0,054$ ), что, вероятно, обусловлено гендерной несхожестью обследованных лиц.

Полученные данные о корреляции как между параметрами «Многомерной шкалы состояния скуки», так и между показателями скуки и толерантности указывают на направление потребных и возможных мероприятий психопрофилактической работы.

## ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Проведенное нами исследование показало, что в процессе адекватного современным условиям медико-психологического сопровождения молодые люди в обеих группах нацелены на достижение успеха в избранной ими сфере деятельности посредством принятия условий неопределенности (их анализа, умением действовать в них) и невыраженностью показателей скуки, так как известно – человек реагирует на ситуацию набором когнитивных, эмоциональных и поведенческих реакций; это необходимо учитывать при проведении потребных и возможных мероприятий медико-психологического сопровождения.

### Список литературы:

1. Galiev R.R. Research review of personality resilience. Society: Sociology, Psychology, Pedagogics. 2022; 1: 129–133. doi: <https://doi.org/10.24158/spp.2022.1.16> (In Russian)
2. Dulinets T.G., Ben'kova O.A., Savel'eva T.G., et al. Personal Well-being and Existential Fulfillment: Theoretical and Philosophical Aspect. Philosophy and Culture. 2022; 10: 75–91. doi: [10.7256/2454-0757.2022.10.39033](https://doi.org/10.7256/2454-0757.2022.10.39033). (In Russian)
3. Sommers J., Vodanovich S.J. Boredom proneness: its relationship to psychological- and physical-health symptoms. J. Clin. Psychol. 2000; 56 (1): 149-55. doi: [10.1002/\(sici\)1097-4679\(200001\)56:1<149::aid-jclp14>3.0.co;2-y](https://doi.org/10.1002/(sici)1097-4679(200001)56:1<149::aid-jclp14>3.0.co;2-y).
4. Steel P., Klingsieck K.B. Academic procrastination: Psychological antecedents revisited. Aust. Psychologist. 2016; 51 (1): 36–46. <https://doi.org/10.1111/ap.12173>.
5. Sudirman S.A., Reza F.A., Yusri N.A., et al. Putting Off Until Tomorrow: Academic Procrastination, Perfectionism, and Fear of Failure. Internat. J. of Islamic Educat. Psychology. 2023; 4 (1): 136–153. doi: <https://doi.org/10.18196/ijiep.v4i1.17576>.



6. Soomro B.A., Shah N. Is procrastination a «friend or foe»? Building the relationship between fear of the failure and entrepreneurs' well-being. *J. of Entrepreneurship in Emerging Economies*. 2022; 14 (6): 1054-1071. doi: 10.1108/JEEE-12-2019-0191.
7. Kornilova T.V. Rigidity, tolerance for uncertainty and creativity in the system of intellectual and personality potential. *Lomonosov Psychology J.* 2013; 4: 36-47. (In Russian)
8. Belykh T.V. Integral Individuality of Students with Different Combinations of Rationality and Risk Appetite in Decision-Making. *Izvestiya of Saratov University. Ser. «Educational Acmeology. Developmental Psychology»*. 2019; 8 (1): 70–77. doi: <https://doi.org/10.18500/2304-9790-2019-8-1-70-77>. (In Russian)
9. Meshcheryakov D.A. Characteristics of will as predictors of risk inclination of military university students in the process of professional military socialization. *Izvestiya of Saratov University. Ser. «Educational Acmeology. Developmental Psychology»*. 2021; 10 (2 / 38): 139–149. doi: <https://doi.org/10.18500/2304-9790-2021-10-2-139-149>. (In Russian)
10. Budner S. Intolerance of ambiguity as a personality variable. *J. Pers.* 1962; 30: 29-50. doi: 10.1111/j.1467-6494.1962.tb02303.x.
11. Kornilova T.V., Chumakova M.A. Tolerance and intolerance of ambiguity in the modification of Budner's questionnaire. *Экспериментальная психология [Experimental Psychology]*. 2014; 7 (1): 92–110 (In Russian)
12. Fahlman S.A., Mercer-Lynn K.B., Flora D.B., Eastwood J.D. Development and Validation of the Multidimensional State Boredom Scale. *Assessment*. 2013; 20 (1): 68–85. doi: 10.1177/1073191111421303.
13. Golubev A.M., Dorosheva E.A., Odnova I.A. Adaptation of the Russian-language version of Multidimensional State Boredom Scale: preliminary results. *Reflexio*. 2018; 11 (2): 86-113. doi: <https://doi.org/10.25205/2658-4506-2018-11-2-86-113>. (In Russian)
14. Oganessian T.D. The Right to Personal Data Protection: Historical Aspect and Modern Conceptualization in the Age of Big Data. *Zhurnal zarubezhnogo zakonodatel'stva i sravnitel'nogo pravovedeniya (J. of Foreign Legislation and Comparative Law)*. 2020; 2: 48–63. doi: 10.12737/jflcl.2020.010. (In Russian).
15. Junkerov V.I., Grigoriev S.G., Rezvantsev M.V. Mathematical and statistical processing of medical research data. Saint Petersburg: VMA Publ. House. 2011. 318 p. (In Russian).
16. Dorosheva E.A., Golubev A.M. Peculiarities of Measuring Boredom Proneness: Psychometric Properties of Russian Language Version of BPS. *Sibirskiy Psikhologicheskii Zhurnal (Siberian J. of psychology)*. 2023; 87: 68–85. (In Russian). doi: 10.17223/17267080/87/4.

