



УДК 159.9

Погорелов Сергей Александрович

Аспирант кафедры социальной психологии и социологии управления,
Кубанский государственный университет
pogorelbud@mail.ru

Демин Андрей Николаевич

Доктор психологических наук, профессор,
Кубанский государственный университет
andreydemin2014@yandex.ru

Sergey A. Pogorelov

Postgraduate student of the Department of Social Psychology and Sociology of Management,
Kuban State University
pogorelbud@mail.ru

Andrey N. Diomin

Doctor of Psychological Sciences, Professor,
Kuban State University
andreydemin2014@yandex.ru

НЕОПРЕДЕЛЕННОСТЬ ЖИЗНЕННЫХ СИТУАЦИЙ И ВРЕМЕННАЯ ПЕРСПЕКТИВА ЛИЧНОСТИ**THE UNCERTAINTY OF LIFE SITUATIONS AND THE TIME PERSPECTIVE OF THE INDIVIDUAL**

Аннотация. Статья посвящена исследованию взаимосвязи между показателями неопределенности и временной перспективой личности. Авторы исходят из того, что временная перспектива личности имеет связи с феноменом неопределенности, поскольку ее компоненты открыты для множественных интерпретаций личностью (прошлое), содержат варианты возможного реагирования в текущей ситуации (настоящее) и включают в себя планы (переход из настоящего в будущее, оформление будущего). Использовались методики: шкала толерантности к неопределенности Д. Маклейна; опросник «Стресс субъективной и объективной неопределенности» (ССОН) В.И. Моросановой, шкала «Индекс прекарности» (А.Н. Демин); опросник временной перспективы личности Ф. Зимбардо (в адаптации Сырцовой А., Соколовой Е. Т., Митиной О.В.). Опрошено 237 человек: 114 мужчин (48 %) и 123 женщины (52 %); средний возраст мужчин составил 35,4 лет, средний возраст женщин – 33,9 года. Корреляционный анализ свидетельствует о том, что показатели толерантности к неопределенности и Индекса прекарности (неопределенность в профессионально-трудовой сфере) тесно связаны с параметрами временной перспективы личности. Одновременно выявлено что стресс субъективной и объективной неопределенности практически не коррелирует с параметрами временной перспективы. Высказывается предположение, согласно которому механизм адаптации к общей неопределенности жизненных обстоятельств и механизм адаптации к неопределенности в профессионально-трудовой сфере имеют разную структуру связей с прошлым, настоящим и будущим.

Ключевые слова: неопределенность, толерантность к неопределенности, временная перспектива, психологическое благополучие, стресс неопределенности, Индекс прекарности.

Abstract. The article is devoted to the study of the relationship between indicators of uncertainty and the time perspective of a personality. The authors proceed from the fact that the temporal perspective of a personality has connections with the phenomenon of uncertainty, since its components are open to multiple interpretations by a personality (the past), contain options for a possible response to the current situation (the present) and include plans (transition from the present to the future, shaping the future). The following methods were used: D. McLain's Uncertainty Tolerance scale; V. McLain's Stress of Subjective and Objective Uncertainty questionnaire. I. Morosanova, the scale "Precarity index" (A.N. Demin); questionnaire of the time perspective of the personality of F. Zimbardo (adapted by Syrtsova A., Sokolova E. T., Mitina O.V.). 237 people were interviewed: 114 men (48%) and 123 women (52%); the average age of men was 35.4 years, the average age of women was 33.9 years. Correlation analysis indicates that the indicators of tolerance to uncertainty and the Precarity Index (uncertainty in the professional and labor sphere) are closely related to the parameters of a person's time perspective. At the same time, it was revealed that the stress of subjective and objective uncertainty practically does not correlate with the parameters of the time perspective. It is suggested that the mechanism of adaptation to the general uncertainty of life circumstances and the mechanism of adaptation to uncertainty in the professional and labor sphere have a different structure of connections with the past, present and future.

Keywords: uncertainty, tolerance to uncertainty, time perspective, psychological well-being, stress of uncertainty, precarity index.

Введение

Становление и развитие современной личности происходит на фоне глобализации, технологических инноваций, политических и экономических кризисов. Многообразие этих переменных создает неопределенную и ненадежную среду для личности. Исследование личности в ситуации неопределенности – актуальное и перспективное направление в психологии.

Жизнеспособность, благополучие и качество жизни человека, во многом зависят от его возможностей справляться с неопределенностью. В психологической науке такая возможность человека нашла свое выражение в конструкте, называемом «толерантность к неопределенности». Д. МакЛейн формулировал его как спектр реакций (от отвержения до влечения) на стимулы, которые воспринимаются индивидом как незнакомые, сложные, изменчивые или дающие возможность нескольких принципиально различных интерпретаций [7]. На данный момент в зарубежной психологии существует два сходных по смыслу термина: толерантность к двусмысленности (tolerance for ambiguity) и собственно толерантность к неопределенности (tolerance for uncertainty) [3].

В подходах, развиваемых в России и СНГ, толерантность к неопределенности трактуется как интегральная личностная характеристика. Наиболее значимое исследование в таком подходе было проведено Д.А. Леонтьевым и Е.Ю. Мандриковой, результатом которого стал вывод о том, что личность, имеющая выраженную толерантность к неопределенности, стремится к неизвестности [5].

Постоянное нахождение человека в состоянии стресса непосредственно влияет на его эмоциональный фон, здоровье, взаимоотношения с окружающими людьми, работоспособность, выносливость, способность успешно адаптироваться к новым условиям жизни. Все это обостряет востребованность выработки у него особого качества устойчивости к действию фактора неопределенности внешней и внутренней среды, которое можно обозначить термином «толерантность к неопределенности» [9].

Многие авторы ограничиваются общими показателями неопределенности, игнорируя неопределенность в разных сферах жизни. Примером может служить неопределенность в сфере трудовой занятости – одной из важнейших линий жизненного пути. Обращение к данной сфере обусловлено резко выросшей нестабильностью и неопределенностью условий и содержания занятости [1].

Важным аспектом изучения неопределенности является обращение к феномену временной перспективы, позволяющему лучше понять воздействие неопределенности на жизнедеятельность личности и ее состояние психологического благополучия. Ф. Зимбардо утверждал, что отношение личности ко времени является неосознаваемым процессом. Данный процесс необходим для разделения целостного потока существования на категории: прошлое, настоящее и будущее. В результате возникает система когнитивно-эмоциональных установок, которая структурирует опыт личности, формирует оценку настоящего, обеспечивает прогноз и планирование будущего [4].

В настоящее время в отечественной психологии используют модель временной перспективы Ф. Зимбардо, включающей пять компонентов: негативное прошлое, позитивное прошлое, гедонистическое настоящее, фаталистическое настоящее, будущее [8].

Основная часть

Мы исходим из того, что временная перспектива личности имеет связи с феноменом неопределенности, поскольку ее компоненты открыты для множественных интерпретаций личностью (прошлое), содержат варианты возможного реагирования в текущей ситуации (настоящее) и включают в себя планы (переход из настоящего в будущее, оформление будущего).

Цель статьи: изучить связь неопределенности жизненных ситуаций с временной перспективой личности.

Методики исследования:

- шкала толерантности к неопределенности Д. Маклейна [7];
- опросник «Стресс субъективной и объективной неопределенности» (ССОН) В.И. Моросановой [6];
- шкала «Индекс прекарности» (А.Н. Демин), ориентированная на измерение статусно-поведенческой неопределенности в разных условиях занятости [2];
- опросник временной перспективы личности Ф. Зимбардо (в адаптации Сырцовой А., Соколовой Е. Т., Митиной О.В) [8], позволяющий измерить пять аспектов восприятия прошлого, настоящего и будущего.

При подборе методик учитывался тот факт, что неопределенность может быть, как общей, так и предметно-ориентированной (проявляющейся в конкретной сфере жизнедеятельности, пример – Индекс прекарности трудовой занятости).

Выборка исследования: 237 испытуемых. Разделение по полу, следующее: 114 мужчин (48 %) и 123 женщины (52 %). Возраст женщин варьируется от 22 до 63 лет, средний возраст 33,9 лет. Возраст мужчин варьируется от 22 до 68 лет, средний возраст составил 35,4 года. Уровень образования испытуемых: среднее специальное и высшее.

Результаты

В результате корреляционного анализа данных были выявлены статистически значимые связи между изучаемыми переменными (Таблица 1).

Таблица 1

Матрица корреляций между показателями уровня неопределенности жизненных условий и показателями временной перспективы

Аспекты временной перспективы	Толерантность к неопределенности	Субъективная неопределенность	Объективная неопределенность	Индекс прекарности
Негативное прошлое	-,248***	-,105	,098	-,068
Позитивное прошлое	-,030	-,007	-,017	,131*
Фаталистическое настоящее	,193**	,065	-,007	-,172**
Гедонистическое настоящее	-,145*	,084	,012	-,229***
Будущее	-,242***	-,041	,152*	-,153*

Примечание: *** – значимо при $p < 0,001$; ** – значимо при $p < 0,01$; * – значимо при $p < 0,05$.

Table 1

A matrix of correlations between indicators of the level of uncertainty of living conditions and indicators of the time perspective

Aspects of the time perspective	Tolerance to uncertainty	Subjective uncertainty	Objective uncertainty	Precairy index
Negative past	-,248***	-,105	,098	-,068
Positive past	-,030	-,007	-,017	,131*
Fatalistic present	,193**	,065	-,007	-,172**
Hedonistic Present	-,145*	,084	,012	-,229***
Future	-,242***	-,041	,152*	-,153*

Note: *** – significant at $p < 0.001$; ** – significant at $p < 0.01$; * – significant at $p < 0.05$.

Обратим внимание на следующие зависимости.

Шкала толерантности к неопределенности имеет тесные связи и с прошлым, и с настоящим, и с будущим. В частности, стойкость к неопределенности может купировать неприятие собственного прошлого ($r = -0,248$, при $p < 0,001$) и ограничивать ориентацию на получение быстрого удовольствия, получение благ здесь-и-сейчас (связь с гедонистическим настоящим ($r = -0,145$, при $p < 0,05$)).

Положительная связь толерантности к неопределенности с фаталистическим настоящим ($r = 0,193$, при $p < 0,01$) может свидетельствовать о том, что человек принимает сложившиеся условия жизни, видит в этом волю судьбы и поэтому не склонен строить развернутые планы (связь с будущим, $r = -0,242$, при $p < 0,001$). По-видимому, при высоком уровне толерантности к неопределенности личность переводит фокус внимания преимущественно на события настоящего, в частности на те элементы, которые заставляют ее принять сложившуюся ситуацию. Речь идет о нерушимых вещах, определяющих жизнь человека. Именно они становятся объектом внимания личности с высоким уровнем толерантности к неопределенности. События прошлого и возможные события будущего растворяются в сознании человека. Выскажем предположение, что перед нами особый механизм адаптации к общей неопределенности жизненных обстоятельств.

Адаптация к неопределенности в профессионально-трудовой сфере имеет, по-видимому, иной механизм. С одной стороны, рост неопределенности (Индекс прекарности) блокирует функцию построения планов на будущее (отрицательная связь с ориентацией на будущее $r = -0,153$, при $p < 0,05$), ограничивает ориентацию на получение быстрого удовольствия и благ (связь с гедонистическим настоящим $r = -0,229$, при $p < 0,001$). С другой стороны, он снижает показатели фаталистического настоящего ($r = -0,172$, при $p < 0,01$) и опирается на позитивное отношение к прошлому ($r = 0,131$, при $p < 0,05$).

Важно обратить внимание на малое количество значимых связей между шкалами опросника «Стресс субъективной и объективной неопределенности» и опросником временной перспективы Зимбардо. Между шкалами этих методик была обнаружена всего одна положительная значимая связь: между уровнем объективной неопределенности и ориентацией на будущее ($r = 0,152$, при $p < 0,05$). Согласно тексту методики, к объективным факторам неопределенности отнесены: поток плохих новостей; климатические факторы; трудности с определением, где правда, а где – ложь; сложности с пониманием, кто враги, а кто – друзья; трудности построения профессиональных планов; возрастающая неопределенность будущего [6]. По-видимому, перечисленные факторы неопределенности являются слишком глобальными и абстрактными, поэтому их сложно «привязать» к показателям временной перспективы, которые являются более конкретными и лично ориентированными.

Другое объяснение отсутствия связей между стрессом неопределенности и временной перспективой заключается в ориентации данного опросника на юношеский возраст.

Выводы

Подводя итог анализу выявленных корреляционных связей, отметим четыре момента. Во-первых, существуют зависимости между феноменом неопределенности и временной перспективой личности. Во-вторых, содержание этих связей отличается в случае с общей неопределенностью и в случае с неопределенностью в профессионально-трудовой сфере. В-третьих, мы предполагаем, что механизм адаптации к общей неопределенности жизненных обстоятельств и механизм адаптации к неопределенности в профессионально-трудовой сфере имеют разную структуру связей с прошлым, настоящим и будущим. В-четвертых, стресс неопределенности нуждается в дополнительных инструментах измерения.

Литература

1. Демин А.Н. Психология precarious занятости: становление предметной области, основные проблемы и подходы к их изучению // *Организационная психология*. – 2021. – Т. 11, № 2. – С. 98–23
2. Демин А.Н. Индекс precariousности для психологического изучения российского рынка труда / А.Н. Демин // *Организационная психология*. – 2022. – Т. 12., № 4. – С. 103–122.
3. Дубенцов М.И. Категория неопределенности в психологической науке и профессиональном самоопределении личности / М.И. Дубенцов // *Современные научные исследования и инновации*. – 2011. – № 6. – URL: <https://web.snauka.ru/issues/2011/10/3078> (дата обращения: 26.04.2026).
4. Зимбардо Ф. Парадокс времени. Новая психология времени, которая улучшит вашу жизнь: исправь Прошлое, наслаждайся Настоящим и управляй Будущим / Ф. Зимбардо, Дж. Бойд. – Санкт-Петербург : Речь, 2010. – 349 с. – ISBN 978-5-9268-0900-5.
5. Леонтьев Д.А. Моделирование «экзистенциальной дилеммы»: эмпирическое исследование личностного выбора / Д.А. Леонтьев, Е.Ю. Мандрикова // *Вестник Московского университета. Сер. 14. Психология*. – 2005. – № 4. – С. 37–42.
6. Моросанова В.И. Диагностика стресса субъективной и объективной неопределенности: разработка и валидизация опросной методики / В.И. Моросанова, А.М. Потанина, А.К. Пащенко. // *Российский психологический журнал*, 2024. – №3 – С. 112–132.
7. Осин К.Н. Факторная структура русскоязычной версии шкалы общей толерантности к неопределенности Д. Маклейна / К.Н. Осин // *Психологическая диагностика*, 2010. – № 2. – С. 65-86.
8. Сырцова А. Адаптация опросника временной перспективы личности Ф. Зимбардо / А. Сырцова, Е.Т. Соколова, О.В. Митина // *Психологический журнал*. – 2008 год. – Т. 29, №3. – С.101–109.
9. Чагова М.А. История и современное развитие проблемы толерантности к неопределенности в психологической науке / М.А. Чагова // *PEM: Psychology. Educology. Medicine*. – 2014. – №1. – URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/istoriya-i-sovremennoe-razvitie-problemy-tolerantnosti-k-neopredelennosti-v-psihologicheskoy-nauke> (дата обращения: 26.04.2026).

Reference

1. Demin A.N. Psychology of precarious employment: the formation of a subject area, the main problems and approaches to their study // *Organizational psychology*. – 2021. – Vol. 11, No. 2. – pp. 98-23
2. Demin A.N. Precarity index for the psychological study of the Russian labor market / A.N. Demin // *Organizational psychology*. – 2022. – Vol. 12., No. 4. – pp. 103-122.
3. Dubentsov M.I. The category of uncertainty in psychological science and professional self-determination of personality / M.I. Dubentsov // *Modern scientific research and innovations*. – 2011. – No. 6. – URL: <https://web.snauka.ru/issues/2011/10/3078> (date of reference: 04/26/2026).
4. Zimbardo F. The paradox of time. A New psychology of time that will improve your life: Fix the Past, Enjoy the Present and Manage the Future / F. Zimbardo, J. Boyd. – St. Petersburg : Speech, 2010. – 349 p. – ISBN 978-5-9268-0900-5.
5. Leontiev D.A. Modeling the "existential dilemma": an empirical study of personal choice / D.A. Leontiev, E.Y. Mandrikova // *Bulletin of the Moscow University. Ser. 14. Psychology*. 2005. No. 4. pp. 37-42.
6. Morosanova V.I. Diagnosis of stress of subjective and objective uncertainty: development and validation of a survey methodology / V.I. Morosanova, A.M. Potanina, A.K. Pashchenko. // *Russian Psychological Journal*, 2024, No. 3, pp. 112-132.
7. Osin K.N. The factor structure of the Russian–language version of the scale of general tolerance to uncertainty by D. McLane / K.N. Osin // *Psychological diagnostics*, 2010. – No. 2. - pp. 65-86.
8. Syrsova A. Adaptation of the questionnaire of the time perspective of the personality of F. Zimbardo / A. Syrsova, E.T. Sokolova, O.V. Mitina // *Psychological Journal*, 2008, vol. 29, No. 3, pp.101-109.
9. Chagova M.A. History and modern development of the problem of tolerance to uncertainty in psychological science / M.A. Chagova // *PEM: Psychology. Educology. Medicine*. – 2014. – No. 1. – URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/istoriya-i-sovremennoe-razvitie-problemy-tolerantnosti-k-neopredelennosti-v-psihologicheskoy-nauke> (date of request: 04/26/2026).