

ВЗАЄМОЗВ'ЯЗОК АСЕРТИВНОСТІ ОСОБИСТОСТІ З ВІДЧУТТЯМ СУБ'ЄКТИВНОГО БЛАГОПОЛУЧЧЯ ТА ЗАДОВОЛЕНІСТЮ ЖИТТЯМ СЕРЕД МОЛОДІ ПІД ЧАС ВІЙНИ

RELATIONSHIP BETWEEN PERSONALITY ASSERTIVENESS WITH SENSE OF SUBJECTIVE WELL-BEING AND SATISFACTION WITH LIFE AMONG YOUTH DURING THE WAR

У теоретичній частині статті розглянуто особливості асертивної поведінки та відчуття благополуччя, а також складові задоволеності життям серед молоді під час військових дій в країні. Проаналізовано психологічну літературу стосовно того, який прояв може мати асертивність в повсякденному житті молодих людей, з'ясовано, що асертивна поведінка може бути використана для досягнення цілей та підвищення рівня задоволеності життям. Розглянуто поняття «суб'єктивне благополуччя», його складові компоненти: соціальні, фізичні, матеріальні, психологічні, духовні. Визначено розуміння феномену «задоволеність життям». В емпіричній частині дослідження використовувались емпіричні методи, а саме методика «Дослідження рівня асертивності» (В. Каппоні, Н. Новак), методика «Шкала суб'єктивного благополуччя» в адаптації М. В. Соколової та опитувальник «Індекс задоволеності життям» в адаптації Н. В. Паніної. Також було використано статистичні методи – програма SPSS Statistic 21.0. Вибірку склали студенти-психологи, які навчаються на 1–4 курсах. Емпіричне дослідження дало змогу з'ясувати наступне: результати діагностики студентської молоді на рівні прояву таких компонентів асертивної поведінки як: незалежність, рішучість та соціальну бажаність вказали на середній рівень незалежності і автономності студентів; середній рівень рішучості під час планування та виконання цілей, доведенні своїй позиції і поглядів; найбільш характерним для студентів-психологів є низький рівень за шкалою «Соціальна бажаність», тобто вони звикли дотримуватись принципу «відвертості» в міжособистісному спілкуванні. З'ясовано, що рівень відчуття суб'єктивного благополуччя знаходиться на низькому рівні у більшій частині досліджуваних. Дослідження загального рівня задоволеності життям дало змогу відзначити, що 60% досліджуваних незадоволені своїм сучасним становищем та життям в цілому, ми припускаємо, що вагомий негативний вплив на молодь відіграє війна в країні. Проведено статистичні методи обробки даних та встановлено наявність додатних і від'ємних взаємозв'язків між досліджуваними показниками асертивності з відчуттям благополуччя та шкалами задоволеності життям.

Ключові слова: асертивність, суб'єктивне благополуччя, задоволеність життям, молодь, особистість.

The theoretical part of the article considers the features of assertive behavior and a sense of well-being, as well as components of life satisfaction among young people during hostilities in the country. The psychological literature on the manifestations of assertiveness in the daily lives of young people was analyzed, and it was found that assertive behavior can be used to achieve goals and increase life satisfaction. The concept of "subjective well-being", its constituent components: social, physical, material, psychological, spiritual. The understanding of the phenomenon of "life satisfaction" is determined. Empirical methods were used in the empirical part of the study, namely the method "Research of the level of assertiveness" (V. Capponi, N. Novak), the method "Scale of subjective well-being" adapted by MV Sokolova and the questionnaire "Index of life satisfaction" adapted N.V. Panina. Statistical methods were also used - the program SPSS Statistic 21.0. The sample consisted of students-psychologists studying in 1-4 courses. Empirical research has revealed the following: the results of the diagnosis of student youth at the level of manifestation of such components of assertive behavior as: independence, determination and social desirability indicated an average level of independence and autonomy of students; average level of determination when planning and implementing goals, proving their position and views; The most characteristic for students of psychology is a low level on the scale of "Social Desirability", ie they are accustomed to adhere to the principle of "openness" in interpersonal communication. The level of subjective well-being was found to be low in most subjects. The study of the general level of life satisfaction allowed us to note that 60% of respondents are dissatisfied with their current situation and life in general, we assume that the war in the country has a significant negative impact on young people. Statistical methods of data processing were conducted and the presence of positive and negative relationships between the studied indicators of assertiveness with a sense of well-being and life satisfaction scales was established.

Key words: assertiveness, subjective well-being, life satisfaction, youth, personality.

УДК 159.923.33-051:364.65
DOI <https://doi.org/10.32843/2663-5208.2022.37.26>

Харцій О.М.

к.психол.н,
доцент кафедри практичної психології
Українська інженерно-педагогічна
академія

Чередник А.О.

асистент кафедри практичної психології
Українська інженерно-педагогічна
академія

Постановка проблеми. Сучасне становище в Україні, яке характеризується ситуацією війни, вносить свої динамічні зміни в соціальне та особисте життя молоді. Зміни стосуються всіх сфер життєдіяльності населення та часто мають травматичний характер, окрім того, вимагають швидкої адаптації у соціально сприятливій формі. Одним з фак-

торів внутрішньої рівноваги особистості молоді людини в складних життєвих ситуаціях є відчуття суб'єктивного благополуччя, компонентом якого є загальний рівень задоволеності життям, а також здатність регулювати свою поведінку та відстоювати свої права в неоднозначних ситуаціях, тобто асертивність. Асертивність особистості відіграє велику роль під

час взаємодії з оточуючими людьми та дозволяє швидше адаптуватись до нестабільних ситуацій, а отже більш швидко відновити відчуття рівноваги, адже робить поведінку лабільною та дивергентною. Впевнена в своїх діях особистість використовує асертивну поведінку для досягнення своєї мети шляхом вдоволення власних потреб, що призводить до пришвидшення формування суб'єктивного почуття вдоволеності життям. Дослідження зв'язків асертивності молоді з відчуттям власного благополуччя та рівнем вдоволеності життям залишається актуальною проблемою сучасності.

Аналіз останніх досліджень і публікацій.

Феномен асертивності та особливості її формування, розглядаються в багатьох працях сучасних дослідників. Психологічні особливості асертивності як основи професійної взаємодії розглядаються в працях О.Р. Щіпановської, І.Г. Васильєвої, Л. М. Марчук, О.В. Брюховецької, А.А. Семез, С.К. Мельничука та інших. Асертивність як якість особистості розглядається в роботах Н.М. Подоляка, В.В.Мойсєнка, О.Є. Фальової, В.В. Білоуценка, Л.О. Ніколаєва, М.І. Шинкара, Л.М. Марчука. Відчуття суб'єктивного благополуччя стало об'єктом дослідження таких науковців як: А.В. Курової, І.Ф. Аршави, О.І. Бондарчука, О.А. Лукасевича, Н.В. Підбуцької, Н.В. Усова та інших. Задоволеність життям серед молоді в різних її проявах розглядають науковці Ж.П. Вірна, Н.В. Грищенко, Т. Ващека, О. В. Лазорко.

Однак питання особливостей взаємозв'язку асертивної поведінки особистості з відчуттям суб'єктивного благополуччя та рівнем загальної задоволеності життям саме серед представників молоді є цікавим та актуальним питанням в сучасній психологічній науці.

Постановка завдання. Мета статті – розглянути психологічні особливості взаємозв'язку асертивності з відчуттям суб'єктивного благополуччя та задоволеності життям серед молодих людей. Завдання дослідження: 1) Виявити рівень прояву асертивності студентів; 2) Визначити рівень суб'єктивного благополуччя й рівень задоволеності життям; 3) Проаналізувати характер взаємозв'язків між досліджуваними показниками.

Виклад основного матеріалу дослідження. Сьогодні як ніколи є актуальним питання про шляхи досягнення психологічного благополуччя молоді, яке має пряму вплив на загальний рівень вдоволеності життям. Асертивна поведінка може бути методом вдоволення потреб та досягнення мети в соціально сприятливому аспекті, адже створює для цього найкращі передумови. Визначення «асертивність» в перекладі з англійської означає «наполягати на своєму», «відстоювати свої права». Асертивна особистість — це людина,

що поважає себе та оточуючих, не піддається зовнішнім впливам та оцінкам, сама обирає стиль поведінки та несе за це відповідальність. Асертивній людині зазвичай притаманні: наполегливість, сміливість та вміння відкрито й безпосередньо висловлювати свої почуття й потреби [3, 4, 5]. Асертивність можна розглядати як один з елементів суб'єктивного відчуття внутрішнього благополуччя людини, адже молода людина, яка відчуває вдоволення від свого життя, ймовірно, буде дотримуватись моделей асертивної поведінки [4, с. 110]. Сучасні дослідження асертивності вказують на те, що доволі важко виділити єдину її структуру, тому в межах дослідження ми орієнтувались на дослідження Н.М. Подоляка, так асертивність має такі компоненти: афективний, що характеризується рівнем прийняття себе та інших; когнітивно-смісловий, який передбачає здатність до планування своїх дій та відповідальність за них; поведінковий, що має вказувати на готовність особистості до активних дій, з урахуванням прав інших; контроль-регулятивний, що характеризується проявом самостійності, захистом своїх думок та прав [3, с. 30].

Відчуття суб'єктивного благополуччя юнака або молоді дівчини цілком може мати прояв у вигляді асертивної поведінки, адже виступає як регулятор соціальної поведінки та входить до складової частини задоволеності життям. В дослідженні благополуччя виділяють наступні підходи: ціннісний; цільовий; соціально-психологічний; когнітивний; ситуаційний та особистісні підходи [3, с. 100]. Відчуття благополуччя, дійсно, має більше суб'єктивний характер, адже містить в собі значущі для внутрішнього світу кожної людини цінності, так благополуччя людини містить різні складові: соціальне благополуччя, яке містить задоволеність від власного соціального положення в соціумі. Також сюди можна віднести задоволеність від міжособистісних зв'язків та відчуття спільності; фізичне благополуччя, яке характеризується задовільним фізичним самопочуттям та комфортом, фізичним тонусом та загальним рівнем здоров'я, який задовольняє особистість; духовне благополуччя, що містить відчуття спільності в духовній культурі з суспільством, вірою в себе або Бога тощо; матеріальне благополуччя, яке передбачає задоволеність матеріальною сферою свого життя, своєю фінансовою спроможністю; психологічне благополуччя, яка містить відчуття цілісності, злагодженості функцій всіх психічних процесів, психологічної рівноваги. Слід зазначити, що перераховані компоненти відчуття благополуччя тісно пов'язані між собою і є складовою загальної задоволеності життям.

Відчуття задоволеності життям у молодих людей пов'язано не тільки з сьогоденням, але

й з уявленнями свого минулого життя і майбутніми перспективи. Ситуація дослідження феномену «задоволеність життям» свідчить про те, що немає загального розуміння структури та визначення цього терміну. Ми вважаємо, що задоволеність життям можна назвати повну інтеграцію людини в соціальне життя та перевагу в життєдіяльності позитивно забарвлених моментів. Коли людина може ефективно задовольнити свої потреби, віднайти шляхи комунікації з оточуючими, ставити та досягати власні цілі, а також прагне до саморозвитку, то можна припустити, що рівень її внутрішнього задоволення життям буде зростати.

Отже, можемо побачити, що відчуття суб'єктивного благополуччя, асертивна поведінка та відчуття задоволеності життям мають певну лінію перетину.

В емпіричному дослідженні взяло участь 40 студентів 1 – 4 курсів, які навчаються за спеціальністю «Практична психологія» в Українській інженерно-педагогічній академії (м. Харків), чий вік знаходиться в діапазоні від 17 до 25 років.

У дослідженні було використано наступні методи: емпіричні – методику «Дослідження рівня асертивності» В. Каппоні та Н. Новака, методику «Шкала суб'єктивного благополуччя» Г. Перуе-Баду (адаптація М.В.Соколової) та опитувальник «Індекс задоволеності життям» в адаптації Н.В. Паніної; статистичні методи – математична обробка даних за допомогою програми SPSS Statistic 21.0.

За результатами дослідження рівня прояву асертивної поведінки серед молоді було виявлено наступні показники: за шкалою А (Незалежність, автономність) високий рівень має 11,4% випробуваних, середній рівень властивий 45,8% студентів, низь-

кий рівень характерний для 42,8% групи. За шкалою Б (Впевненість, рішучість) отримано наступне: високий рівень притаманний 37% досліджуваних, середній прояв у 57% групи, лише 6 % має низький рівень. Шкала В (Соціальна бажаність): високий рівень 8,6% досліджуваних, середній рівень 22,8%, низький рівень є найбільш вираженим та складає 68,6% групи.

Якісний аналіз результатів дослідження асертивності свідчить про те, що для групи досліджуваних характерним є достатній рівень прояву незалежності від думок оточення, такі люди діють в залежності від своїх інтересів, здатні знаходити спільну мову з людьми та враховувати їх права. Однак вагома частка групи в той же час має низький рівень незалежності, що показує невпевненість в собі та залежність від думок оточуючих, можна припустити, що зміни в соціумі, які внесла війна, впливають на потребу студентів в допомозі в вирішенні складних життєвих рішень та питань, та формує почуття нестабільності в нових обставинах. Для досліджуваних характерний середній прояв рішучості під час досягнення своєї мети, вони можуть йти на компроміс аби задовольнити всі сторони, але в критичних ситуаціях впевненість в собі може похитнутись. Показники за шкалою соціальної бажаності показують, що група в своїй більшості надавала відповіді в залежності від своєї реальної поведінки, тобто дотримувалась правила чесності й відвертості.

Дослідження рівня відчуття суб'єктивного благополуччя дало змогу виявити особливості відчуття благополуччя в таких аспектах як: емоційний стан, соціальне положення та фізичні симптоми. Отримати результати наступні результати наведені на рис. 1.

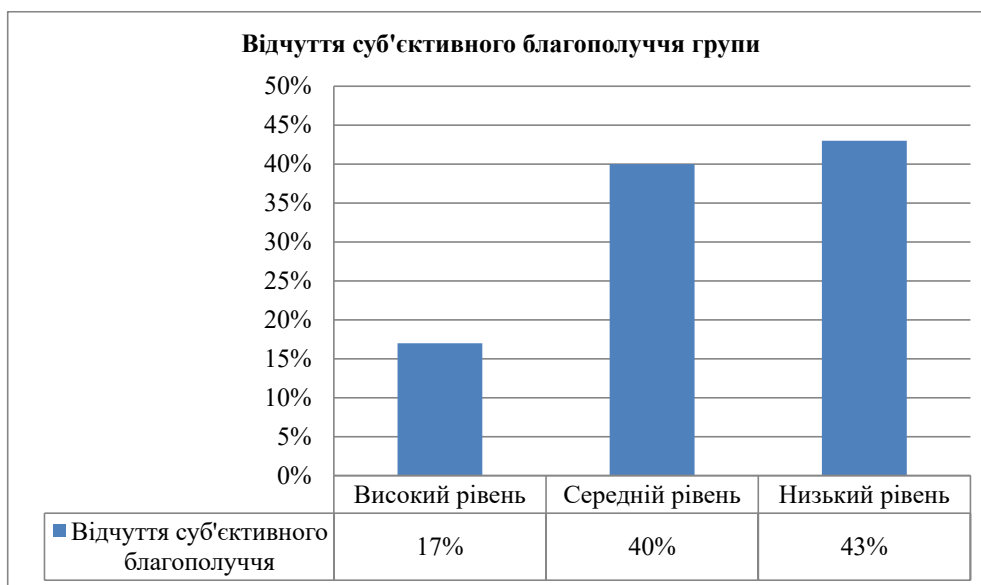


Рис. 1. Показники за методикою «Шкала суб'єктивного благополуччя»

Як видно з рис. 1 високий рівень відчуття благополуччя характерний для 17% досліджуваних, їх показники знаходяться в діапазоні 1-3 стени. Для даної групи характерним є стабільний емоційний фон, задоволеність своєю повсякденною діяльністю та якістю її виконання, такі особистості зазвичай позитивно взаємодіють з оточуючими при вирішенні проблемних ситуацій. В складних умовах війни вони відчують себе максимально адаптованими до змін. 40% групи має показники суб'єктивного благополуччя, який знаходиться в діапазоні 4-7 стени, що може свідчити про відносно стабільний настрій, відсутність серйозних переживань, помірне відчуття благополуччя, здатність до взаємодії з собою та оточуючими, на середню задоволеність своїми досягненнями та виконанням діяльності, але кризові ситуації можуть викликати напругу та складнощі при розв'язанні простих питань, невпевненості в собі, тому вони можуть часто звертатись за допомогою до оточення і не відчувати повного емоційного комфорту. Низький рівень благополуччя зафіксовано в більшій кількості студентів, а саме у 43%. Для даної групи характерним є зниження емоційного тону, погіршення настрою, невдоволення повсякденною діяльністю, можливе виникнення відчуття самотності та незадовільної оцінки власного здоров'я та дій, можуть відчувати складнощі у вигляді недовіри під час взаємодії з оточуючими. Можна припустити, що ці студенти відчують складнощі в адаптації до перешкод та прийнятті змін, у тому числі тих, які відбуваються впродовж військових дій на території країни.

Дослідження за методикою «Індекс задоволеності життям» в адаптації Н.Паніної дало змогу з'ясувати особливості відчуття задоволеності досліджуваних за такими критеріями: інтерес до життя; рішучість, цілеспрямованість, послідовність у досягненні життєвих цілей; узгодженість між поставленими й реально досягнутими цілями; позитивну оцінку власних якостей і вчинків; загальний фон настрою особистості, мотивацію, установки [1, с. 29]. Результати представлені на рис. 2.

Як видно з рис. 2 для 60% досліджуваних характерний середній рівень інтересу до життя, такі особистості цікавляться новим, прагнуть до розвитку, проявляють ентузіазм під час роботи, але певні обставини можуть впливати на їх активність, можна припустити, що складна ситуація в соціумі, пов'язана з війною може впливати на загальну зацікавленість до активної повсякденної діяльності та опанування нових знань, але при цьому відбувається збереження вже наявних цінностей та видів діяльності, в першу чергу навчальної. Для 60% студентів характерний високий рівень в досягненні власних цілей, тобто вони рішуче прямують до виконання своїх планів та ідей, звикли активно шукати шляхи розв'язання проблем. Узгодженість між запланованими та виконаними цілями 49% групи оцінюють на рівні середньої задоволеності. Тобто, можна припустити, що студенти виконують завдання, які перед ними стояли, але їх виконання не в повній мірі відповідає очікуванням та заздалегідь продуманим крокам, адже це може залежати від об'єктивних або суб'єктивних факторів. Позитивна самооцінка яскраво

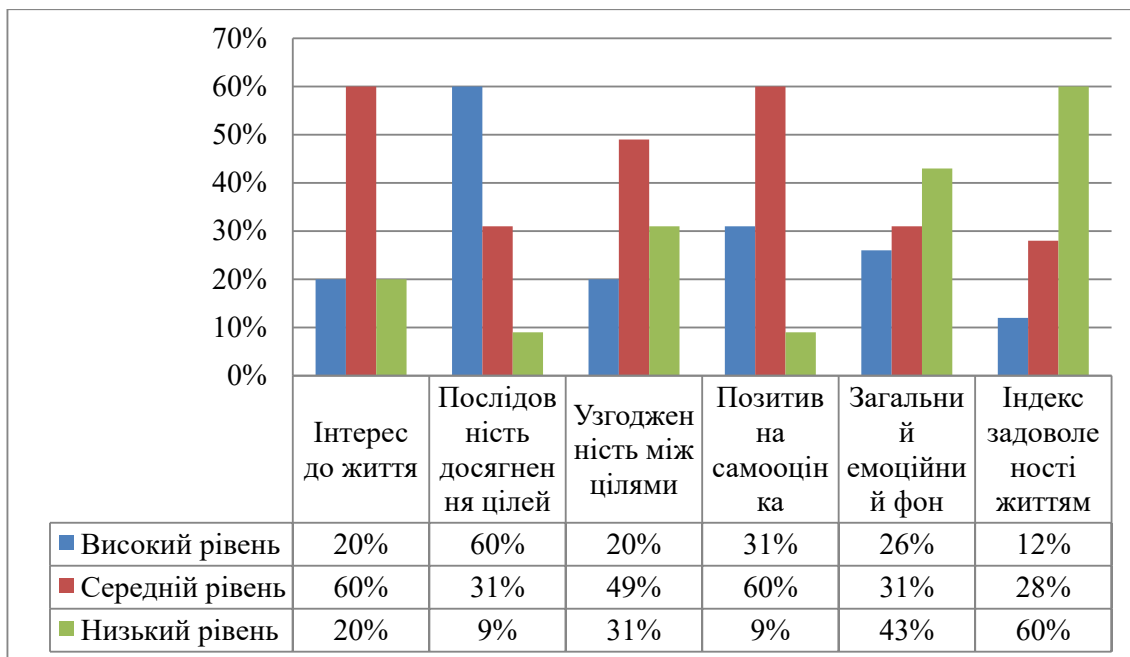


Рис. 2. Результати дослідження групи «Індекс задоволеності життям»

виражена у 31% досліджуваних, натомість 60% має середній рівень, тобто їх самооцінка може змінюватись під впливом різних зовнішніх та внутрішніх аспектів. Слід зазначити, що низький емоційний фон характерний для 43% групи досліджуваних, тобто їх оптимізм, задоволеність життям знаходиться на незадовільному рівні, що може мати негативний вплив на інтерес до життя та відчуття благополуччя, а також впливати на ефективність обрання форм поведінки під час взаємодії з оточуючими.

Визначивши показники за основними критеріями життєвої задоволеності, було обраховано індекс задоволеності життям, отож 12% випробуваних задоволенні власним життям, 28% значень відповідають середньому рівні, а 60% незадоволенні своїм сьогоденням. Яскраво виражене невдоволення свідчить про емоційну тривожність, переживання психологічного дискомфорту серед групи молоді. Ситуація, в якій вони знаходяться є несприятливою, вони незадоволені тією роллю, яку відіграють.

Для виконання мети дослідження, яка полягала у визначенні особливостей взаємозв'язку асертивності з благополуччям та задоволеністю життям було вирішено використати метод математичної статистики, а саме коефіцієнт кореляції Пірсона. Аналіз результатів наведено в таблиці 1.

Як видно з таблиці 1 було виявлено від'ємний зв'язок на рівні 1% між шкалою А (Незалежність, автономність) та відчуттям суб'єктивного благополуччя, можна припустити, що на даному етапі життя певна залежність від підтримки оточуючих сприяє покращенню відчуття власного благополуччя. Додатний показник виявлено між шкалою А та шкалами «Злагоженість цілей» і «Загальний емоційний фон», тобто можна

припустити, що чим не залежніше від впливу інших почуває себе молода людина, тим більш злагоджено вона підходить до постановки та виконання цілей і тим краще вона почувається емоційно.

Було виявлено значущі показники зв'язку між суб'єктивним благополуччям та шкалами індексом задоволеності життям. Результати наведено в таблиці 2.

Як видно з таблиці 2 додатний зв'язок на рівні 5% було виявлено між шкалами «Злагоженість цілей» та «Суб'єктивне благополуччя», даний тип зв'язку може свідчити про те, що чим частіше молодь досягає поставлених цілей в очікуваному вигляді, тим успішніше та краще вона себе почуває в житті. Даний тип зв'язку також виявлено між шкалою «Індекс задоволеності життям» та «Суб'єктивним благополуччям». Від'ємний зв'язок на рівні 1% існує між «Позитивною самооцінкою» та «Суб'єктивним благополуччям», а також між «Загальним емоційним фоном» і «Суб'єктивним благополуччям».

Висновки з проведеного дослідження.

Як можна побачити з результатів дослідження для молоді сьогодні характерним є: середній рівень прояву незалежності від оточення, помірний рівень впевненості в собі та своїх діях, відвертість під час спілкування та взаємодії з соціумом. Студенти у своїй більшості мають середній та низький рівні суб'єктивного благополуччя, досліджувані можуть відчувати невдоволеність своїм становищем, діяльністю та життям в цілому, можуть мати негативні погляди на майбутнє та відчувати постійний емоційний дискомфорт - це можна пояснити постійними різкими змінами та стресом, які відчувають на собі молоді люди під час війни. Встановлено, що лише 12% групи достатньою

Таблиця 1

Значимі коефіцієнти кореляції між показниками асертивності суб'єктивним благополуччям та задоволеністю життям

Показники асертивності	Суб'єктивне благополуччя	Індекс задоволеності життям	
		Злагоженість цілей	Загальний емоційний фон
Шкала А	-0,504**	0,457**	0,464**

Примітки. Шкала А-незалежність, автономність; Шкала Б-впевненість, рішучість; позначка «**»-статистично достовірні відмінності на рівні $p < 0,01$, позначка «*» - статистично достовірні відмінності на рівні $p < 0,05$.

Таблиця 2

Значимі коефіцієнти кореляції між показниками суб'єктивного благополуччя і індексом задоволеності життям

Задоволеність життям	Суб'єктивне благополуччя
Злагоженість цілей	0,734*
Позитивна самооцінка	-0,498**
Загальний емоційний фон	-0,654**
Індекс задоволеності життям	0,686*

Примітки. Позначка «**»-статистично достовірні відмінності на рівні $p < 0,01$, позначка «*» - статистично достовірні відмінності на рівні $p < 0,05$.

мірою задоволені своїм життям, вони адаптувалися до змін та не відчувають дискомфорту, натомість 60% невдоволені своїм становищем та роллю, яку вони мають відігравати сьогодні.

Проведений за допомогою програми SPSS Statistic 21.0 аналіз дозволив виявити особливості зв'язків між такими показниками асертивності та суб'єктивного благополуччя, а також між показниками суб'єктивного благополуччя та індексом задоволеності життям. Зв'язки мають додатні та від'ємні характери та знаходяться на різних рівнях значущості.

Перспективи подальших наукових досліджень у даному напрямі мають передбачати розробку та апробацію ефективних методів розвитку суб'єктивного благополуччя і підвищення рівня задоволеності життям серед представників молодого віку.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Галян І. М. Структура та детермінанти життєвої задоволеності майбутніх педагогів. *Науковий вісник Миколаївського національного університету імені О. В. Сухомлинського. Психологічні науки* : зб. наук. праць. 2016. 1 (16), трав. С. 27–33.
2. Курова А. В. Задоволеність життям та суб'єктивне благополуччя особистості. *Вісник Одеського національного університету. Серія: Психологія*. 2015. Т. 20, № 2(1). С. 98–104.
3. Подоляк Н. М. Індивідуально-психологічні особливості асертивності особистості : дис. ... канд. психол. наук : 19.00.01. Одеса, 2014. 200 с.
4. Подоляк Н. М. Психологічні особливості асертивності. *Наука і освіта*. 2010. № 9. С. 108–111.
5. Мельничук С. К. Асертивність як детермінанта розвитку психологічного потенціалу студентів. *Вісник Одеського національного університету. Серія: Психологія*. 2012. Т. 17, № 8. С. 407–413.