

АСЕРТИВНІСТЬ ОСОБИСТОСТІ: ТЕОРЕТИЧНЕ ОБҐРУНТУВАННЯ ПОНЯТТЯ ТА ПСИХОДІАГНОСТИЧНИЙ ІНСТРУМЕНТАРІЙ

ASSERTIVENESS OF PERSONALITY: THEORETICAL JUSTIFICATION OF THE CONCEPT AND PSYCHODIAGNOSTIC TOOLS

В статті наведено теоретичний аналіз асертивності особистості, яка є імпліцитною та експліцитною здатністю людини, що проявляється через певні особистісні риси та атрибути поведінки. Асертивність визначається як складноструктурована інтегративна якість особистості, симптомокомплексом особистісних та соціально-психологічних характеристик, що містить відкритість до отримання знань про себе та інших. Асертивна поведінка є поведінкою, при якій ціль досягається активно, проте не порушуються права інших людей; це поведінка, завдяки якій досягається взаємний баланс інтересів, а використовувані засоби допомагають прийняттю вигідного рішення. Проаналізовано характеристики асертивності, які є низкою якостей та здатностей, що діляться за сферами особистості (афективна, когнітивно-смілова, поведінкова, конативна). Для асертивної особистості характерними є: орієнтація на події реального життя, що додають їй сенсу на майбутнє; незалежність цінностей і поведінки від впливу ззовні; здатність самостійно формувати свою думку про життя; свобода вираження свого потенціалу, відкритість, віра в себе і довіра до інших, а головне – повага і любов до себе. Ключовим індикатором асертивності особистості є здатність прийняття на себе відповідальності за власну поведінку. Йдеться про те, що асертивна особистість відповідальна за свою власну поведінку і не має права звинувачувати інших людей за їх реакцію на цю поведінку. Асертивність характеризується демонстрацією самоповаги і поваги до інших людей. Характерними якостями асертивних людей є чесність, відкритість і прямота в розмові, але не за рахунок емоційного стану іншої людини. Уявлення про асертивність у її імпліцитному та експліцитному проявах були покладені у розробку авторського опитувальника, надійність та валідність якого доведена у представленому дослідженні.

Ключові слова: асертивність, особистісні риси, атрибути поведінки, сфери

особистості, авторський опитувальник, діагностика асертивності особистості.

The article provides a theoretical analysis of personality assertiveness, which is an implicit and explicit ability of a person, manifested through certain personal traits and attributes of behavior. Assertiveness is defined as a complexly structured integrative quality of personality, a symptom complex of personal and socio-psychological characteristics, which includes openness to obtaining knowledge about oneself and others. Assertive behavior is behavior in which the goal is actively achieved, but the rights of other people are not violated; it is a behavior due to which a mutual balance of interests is achieved, and the means used help to make a profitable decision. The characteristics of assertiveness, which are a number of qualities and abilities divided by spheres of personality (affective, cognitive-semantic, behavioral, conative), were analyzed. An assertive personality is characterized by: orientation to real-life events that give it meaning for the future; independence of values and behavior from outside influence; the ability to independently form one's opinion about life; freedom to express one's potential, openness, self-belief and trust in others, and most importantly, self-respect and love. A key indicator of a person's assertiveness is the ability to take responsibility for one's own behavior. It means that an assertive person is responsible for his own behavior and does not have the right to blame other people for their reaction to this behavior. Assertiveness is characterized by the demonstration of self-respect and respect for other people. Characteristic qualities of assertive people are honesty, openness and directness in conversation, but not at the expense of the other person's emotional state. Concepts of assertiveness in its implicit and explicit manifestations were laid down in the development of the author's questionnaire, the reliability and validity of which was proven in the presented study.

Key words: assertiveness, personality traits, attributes of behavior, spheres of personality, author's questionnaire, diagnostics of personality assertiveness.

УДК 159.923.3:159.923.7:331
DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2023.51.22>

Богдан Ж.Б.

к.психол.н., доцент,
доцент кафедри педагогіки та психології
управління соціальними системами
імені академіка І.А. Зязюна
Національний технічний університет
«Харківський політехнічний інститут»

Асертивність як здатність особистості відстоювати власну позицію, проявляти впевненість у собі наразі набуває особливого значення в соціумі зі значним арсеналом засобів впливу, примусу та маніпуляцій. Зважаючи на це, розвиток асертивності виступає нагальною потребою у вихованні молоді. Проблема асертивності в сучасному суспільстві стає особливо актуальною як у соціальному аспекті, оскільки

така здатність є передумовою розвитку гнучких навичок майбутніх фахівців – автономного мислення, креативності, особистісної самореалізації індивіда, так і в наукових аспектах – через брак психодіагностичного інструментарію для її вивчення.

Асертивність – це один із найважливіших і суттєвих моментів, необхідних для досягнення індивідуально поставленої мети в житті.

тедіяльності колективу або малої групи [7]. Саме тому асертивність відносять до гнучких навичок, які доцільно формувати у студентів у процесі оволодіння професійної компетентністю. Окреслені запити суспільства та виклики сучасної психодіагностики визначили мету представленого дослідження – концептуалізувати феномен асертивності в його імпліцитному та експліцитному прояві та розробити авторський опитувальник для діагностики асертивності особистості.

Теоретичне обґрунтування проблеми. Розуміння асертивності (англ. *assertiveness*) як *здатності* передбачає вміння людини впевнено і з гідністю відстоювати свої права, не зневажаючи при цьому прав інших [6], асертивною називають пряму, відкриту поведінку, яка не має за мету завдати шкоди іншим людям [6]; спроможність не залежати від зовнішніх впливів та оцінок, самостійно регулювати власну поведінку і відповідати за неї є відмінною рисою успішної особистості [18]. Е. Солтер визначає асертивність як здатність людини конструктивно відстоювати свої права, проявляючи позитивне ставлення до інших людей, при цьому повністю бути відповідальним за власну поведінку [25]. Асертивність є здатністю бути самим собою, мати «самість» як біологічну основу людської природи, вираженої у потребі у розвитку та зростання [21]. Асертивність – це здатність людини організувати свою поведінку, вміння формулювати свої бажання і вимоги, домагатися їх задоволення, «чути» те, чого хочуть оточуючі, з повагою і любов'ю ставитися до себе [10]; здатність індивіда пред'являти вимоги і запити у взаємодії із соціальним оточенням і домагатися їх здійснення» [12]; автономна, незалежна від зовнішніх упливів і оцінок здатність особистості самостійно регулювати власну поведінку [6; 8; 10]; здатність до розуміння своїх емоцій, вмотивованість на вирішення реальних завдань, відповідних реальному рівню домагань, і впевнену поведінку, а також здатність людини впевнено і з гідністю відстоювати свої права і реалізувати свої цілі, без шкоди для себе і оточуючих людей [10]; вміння оптимально реагувати на зауваження, справедливу та несправедливу критику і рішуче говорити собі та оточуючим «ні», коли цього потребують обставини [10]; уміння людини адаптуватися до нової ситуації, її волю, переконливість, цінності, які вона відстоює [11]; соціальна компетенція, емоційна свобода, що проявляється у здатності висловлювати свої бажання, вимоги, запити, можливість сказати «ні». У поведінці це виражається в здатності відкрито виражати свої бажання, позитивні і негативні почуття, у можливості починати або припиняти розмову з власної ініціативи і не поступатися при цьому, власними інтересами [13]. Виходячи з низки вищеописаних визначень асертивності, можна зробити висновок, що така здатність може бути як потенційною (імпліцитною) внутрішньою спроможністю людини, проявляючись на рівні переконаності, уявлень, готовності до дії і навіть почуттях (наприклад, почуття відповідальності за власну поведінку), так і експліцитною здатністю, що виявляється у конкретній поведінці (наприклад, здатність відкрито виражати власні бажання).

У дослідженнях С. Стайна та Г. Бука [10] асертивність містить три основні компоненти, які ми відносимо до експліцитних характеристик асертивності: здатність адекватно висловлювати почуття, здатність відкрито висловлювати переконання і думки та здатність захищати свої права.

Г. Фенстерхеймоу і Дж. Бейером було визначено основні здатності асертивної особистості, причому перші дві є експліцитними, а останні – імпліцитними:

- вільно висловлювати свої думки і почуття: «Це – Я. Це те, що я думаю, відчуваю, бажаю»;

- спілкуватися з людьми на всіх рівнях (незнайомими людьми, друзями, родинами). Це спілкування завжди відкрите, чесне, пряме, адекватне;

- мати активну орієнтацію в житті, досягати бажаного;

- характеризуватися самоповагою, приймаючи обмеження в певній ситуації, дії спрямовані на підтримку самоповаги [8].

Найбільш вживаним у психологічних дослідженнях є визначення асертивності як певної *особистісної риси*. Такий підхід до асертивності дозволяє проаналізувати основні імпліцитні властивості асертивності. У межах цього підходу асертивність передбачає автономію та незалежність [6; 10]; є соціальною якістю особистості, або якістю альтернативної поведінки, що проявляється в орієнтації на компроміс і співробітництво як провідні стратегії взаємодії [6; 10; 17]. Крім того, асертивність розглядається як системотворча властивість особистості, що має істотне значення в регуляції адаптивної активності особистості в особливих умовах життєдіяльності [6]. Асертивність є базовою, початковою рисою, завдяки якій індивід має можливість справлятися з власними проблемами і в цілому розвиватися, стверджуючи власну самість [12]. Під асертивністю розуміється властивість особистості, яка є впевненою у собі, уміє відстоювати свою думку, проявляє свою волю та водночас терпимість до протилежної точки зору [12]. Асертивність розглядається ними як властивість особистості суб'єкта, що дозволяє не стільки пристосовуватися до мінливих умов життєдіяльності, скільки будувати такі взаємини з навколишнім світом, які сприяють творчому зростанню, розширенню ступеня сво-

боди і саморозвитку на основі відповідальності за вибір своїх почуттів, дій і відносин із собою та оточуючими. Навіть якщо свобода асертивної особистості є обмеженою об'єктивними обставинами, вона є вільною у конструктивній реалізації сенсу свого життя [8]. Асертивність також визначається як складноструктурована інтегративна якість особистості, симптомокомплексом (системою) особистісних та соціально-психологічних характеристик, що містить відкритість до отримання знань про себе та інших [5; 10]. Асертивність розглядається як якість особистості, як її риса, що виявляється в самоствердженні, свідомому прийнятті вимог інших людей без власного страху, невпевненості, напруги та іронії [1]; як індивідуально-ціннісна якість, яка проявляється в активних діях особистості, зокрема у вмінні зберігати власну «автономність», уникаючи тиску та маніпуляції з боку оточуючих [10]; як властивість особистості, яка є впевненою у собі, уміє відстоювати свою думку, проявляє свою волю та водночас терпимість до протилежної точки зору [10, с. 11].

Розповсюдженим є уявлення про асертивність як *атрибути поведінки* та розгляд поняття асертивної поведінки, тобто поведінки і уявлення, що мають у своїй основі прагнення відстояти власні інтереси чи інтереси інших людей [6]. Зазначений підхід розкриває експліцитну сторону асертивності, яка тут проявляється у відкритій поведінці та взаємодії з іншими. У поведінці асертивність проявляється в якості упевненого захисту своїх інтересів чи свого погляду з урахуванням інтересів інших людей [14], є самоствердженням через конструктивну діяльність [10].

Асертивно поводитися – це значить вирішувати певне питання або проблему, усвідомлюючи і розуміючи інших людей, залучених в неї, не обмежувати їх ділові інтереси, розумно і вміло захищати інтереси свого боку [10]. Доведено, що асертивна поведінка є однією з основних складових конкурентоздатності й успішної професійної кар'єри учнівської молоді [1]. Асертивна поведінка є поведінкою, при якій ціль досягається активно, проте не порушуються права інших людей; це поведінка, завдяки якій досягається взаємний баланс інтересів, а використовувані засоби допомагають прийняттю вигідного рішення [16]. Т. Коробова характеризує асертивну поведінку як «неконфліктну», для якої властиві 1) повага до себе, почуття власної гідності, чесність, протидія маніпуляції; 2) повага до інших, дружелюбність, визнання права інших на власну точку зору, позицію, невикористання стосовно інших маніпулятивних технологій; 3) використання під час вирішення конфліктних ситуацій принципу співробітництва [8]. Асертивна поведінка є взаємодією особисто-

стей на основі поваги, що надає можливість досягти бажаного результату [5; 11].

Асертивна поведінка у молоді проявляється в уміннях та здатностях: будувати стосунки в бажаному напрямі з іншими; звернутися до інших людей з проханням; виявляти самоповагу і повагу до інших [8].

Ознаками асертивної поведінки особистості є цілеспрямованість, орієнтованість на подолання перешкод, а не на переживання (орієнтація на дію, а не стан у термінах теорії Ю. Куля), гнучкість, адекватність реакцій на обставини та ситуацію, що швидко змінюється; соціальна зорієнтованість, спрямованість на конструктивні стосунки з оточенням; поєднання спонтанності з можливістю довільної регуляції; наполегливість, що не переходить в агресію; спрямованість на досягнення успіху, а не на уникнення невдач [14; 16].

Чинниками становлення асертивної поведінки визначено обізнаність у власних правах та обов'язках; адекватне оцінювання себе й оточуючих; усвідомлення особистих потреб та інтересів; розуміння власних цілей, намірів і шляхів подальших дій; поважне ставлення до прав та інтересів інших людей; здатність досягати поставлених цілей, не маніпулюючи іншими; уміння переконувати, завоювати прихильність, звертатися за порадою чи допомогою до людей; спроможність укладати компромісні рішення; встановлювати ділові контакти та партнерські відносини [19].

На думку К. Келлі, І. Крістофф, Е. Крукович, А. Ланге, В. Ромек та ін. асертивна поведінка не тільки дозволяє пристосовуватися до умов, які змінюються, а й забезпечує встановлення таких взаємин, які сприяють творчому зростанню, розширенню ступеня волі й саморозвитку на основі відповідальності за вибір своїх почуттів, дій і відносин із собою і навколишніми. Така поведінка інтегрує ініціативу й готовність до ризику у важких життєвих ситуаціях, передбачає упевненість у собі й позитивне ставлення до інших, здатність вільно приймати рішення й відповідати за їх наслідки, наполегливість у захисті своїх прав і досягненні життєвих цілей, спрямованих на саморозкриття та самовдосконалення [8].

Асертивна поведінка передбачає відмову від опори на чужі думки і оцінки, культивування спонтанної поведінки відповідно до своїх власних настроїв, бажань і інтересів [8], є реалізацією властивості особистості в конкретній поведінці людини, її схильності поводитися певним чином у досягненні своїх цілей; є способом дій, за якої людина активно і послідовно відстоює свої інтереси, відкрито заявляє про свої цілі і наміри, поважаючи при цьому інтереси оточуючих [8; 14]; конструктивно відстоює свої права, демонструє позитивне і шанобливе ставлення до інших людей; захищає власні

інтереси, формулює і відстоює свою думку, вільно висловлює свої почуття і емоції, досягає поставленої мети, при цьому не порушує права інших людей і бере на себе відповідальність за власну поведінку [3; 12]; дозволяє слухати, розуміти і намагатися досягти ділового й професійного компромісу [14].

Характеристиками асертивності є низка якостей та здатностей, що діляться за сферами особистості: до афективної сфери відносять нервово-психічну стійкість, прийняття себе, інших, спонтанність емоційних реакцій, почуття міри, відсутність тривоги, почуття впевненості; до когнітивно-сміслової – адекватну орієнтацію в соціальній ситуації та адекватність її оцінки, здатність передбачити результати власної поведінки, здатність дозволяти собі мати запити та вимоги, здатність орієнтуватися у соціальних очікуваннях, усвідомлення потреби у досягненні мети; до поведінкової – готовність до дій, спрямованих на досягнення мети без попраання прав інших людей, конструктивну агресивність, здатність керувати своїм життям; до конативної – відповідальність за свої вчинки, наполегливість у захисті своїх прав, самостійні дії, обстоювання своєї думки, навіть у критичних ситуаціях [14; 16].

До характеристик асертивності також відносять здатність дозволяти собі мати запити і вимоги (настанови щодо самого себе), насмілюватися їх виявляти і володіння навичками їх здійснення (соціальними навичками) [12].

Для асертивної особистості характерними є: орієнтація на події реального життя, що додають їй сенсу на майбутнє; незалежність цінностей і поведінки від впливу ззовні; здатність самостійно формувати свою думку про життя; свобода вираження свого потенціалу, відкритість, віра в себе і довіра до інших, а головне – повага і любов до себе. Визначений авторами алгоритм поведінки сприяє рівності в людських взаєминах; дозволяє людині діяти з урахуванням її інтересів; розвиває вміння постояти за себе без розгубленості, сміливо висловлювати свої справжні почуття і користуватися своїми правами без шкоди для інших [8]. Бути асертивним – означає володіти здатністю до самоініціювання і саморегуляції. Виявлення асертивності знаходить своє відображення в переконанні у власній ефективності, заснованій на самоповазі й особистій значущості [8]. Асертивним особам властиві позитивне ставлення до людей і адекватна самооцінка [1].

Ключовим індикатором асертивності особистості є здатність прийняття на себе відповідальності за власну поведінку. Мова йде про те, що асертивна особистість відповідальна за свою власну поведінку і не має права звинувачувати інших людей за їх реакцію на цю поведінку. Асертивність характеризується демон-

страцією самоповаги і поваги до інших людей. Характерними якостями асертивних людей є чесність, відкритість і прямота в розмові, але не за рахунок емоційного стану іншої людини. Асертивна поведінка передбачає демонстрацію впевненості та позитивної установки, причому перша пов'язана з самоповагою і уявленням про власну компетентність. Асертивність вимагає вміння уважно слухати і прагнення зрозуміти точку зору іншої людини. Прагнення до досягнення робочого компромісу – дуже корисна якість асертивних людей [18].

Асертивні люди також вміють або принаймні вважають, що мають право виражати почуття, думки та переконання, відмовляти чи погоджуватись, змінювати думку, бути самим собою і не підлаштовуватися під інших, не брати на себе чужу відповідальність, просити про що-небудь, встановлювати власні пріоритети, розраховувати на те, щоб вас слухали і ставилися до вас серйозно, помилятися, бути нелогічним, приймаючи рішення, бути або здаватися байдужим тощо [18].

Е. Солтером було описано шість характеристик асертивної особистості: передусім, це емоційність мовлення (feeling talk): відкритий, спонтанний, природний прояв (вираження) усіх власних почуттів у висловлюваннях; по-друге, це експресивність та конгруентність поведінки й мовлення (facial talk): зрозумілий (ясний) невербальний прояв почуттів й відповідність між словами і невербальною поведінкою; по-третє, це вміння протистояти й атакувати (contradict and attack), тобто прямо й чесно висловлювати власну думку не зважаючи (без огляду) на оточуючих; в четверте, використовувати, так звані «Я-висловлювання» (deliberate use of the word "I") як демонстрацію відсутності спроб сховатися за невизначеними формулюваннями; вп'яте, приймати компліменти (express agreement, when you are praised) як підтвердження відмови від власної меншовартості й недооцінки власних сил та якостей; вшосте, здатність до імпровізацій, спонтанного прояву почуттів і потреб, щоденних турбот [25].

К. Кінан до якостей та здатностей асертивної особистості відносить впевненість, автономність, незалежність від зовнішніх впливів та оцінок, здатність регулювати власну поведінку, що пов'язане із гідністю та самоповагою здатністю до емпатії, увагою до оточення, усвідомленням власних переваг та недоліків [6].

Р. Алберті та М. Еммонс визначили такі характеристики асертивності: висока міра розвитку рівноправності у міжособистісних стосунках, поведінка, яка є максимальною корисною для індивіда, здатність відстоювати свої інтереси, здатність користуватись своїми правами і не заперечувати права інших. Асертивні люди, на думку авторів, здатні до самови-

раження, поважають права інших, чесні, прямі, прагнуть не шкодити іншим, вміють виразити свою думку вербально та невербально, здатні проявляти позитивні та негативні ставлення та емоції (вдячності, похвала або критика і обмеження). До інтегральних психологічних характеристик асертивності, визначених авторами, слід віднести набутий, а не природжений характер асертивності, її конкретність (не універсальність) по відношенню до особистості, соціальну прийнятність (наслідування) [18].

М. Сміт були визначені характеристики асертивних людей, такі як право не відповідати на запитання, право не вибачатись і не пояснювати свої вчинки, не очікувати доброго ставлення до себе можуть виступати бар'єрами у міжособистісній взаємодії особистості, а відтак і перепорою у досягненні нею успіху [18].

Крім того, до характеристик асертивності особистості відносять стійкість, індивідуальність прояву, когнітивну цілеспрямованість (спрямованість на успіх), незалежність, адаптивність, що забезпечують усвідомлений вибір, розуміння та вибірковість ставлення до навколишнього середовища, здатність протидіяти стресовим ситуаціям [12].

У низці досліджень показано позитивний взаємозв'язок між асертивністю та емоційним інтелектом [22], соціальною компетентністю [24], академічною успішністю та адаптацією [23], виявлено, що асертивна поведінка сприймається оточуючими найбільш адекватно, порівняно з агресивною й неасертивною та найбільшою мірою оптимізує процес досягнення цілей, порівняно з деструктивними формами поведінки [19], визначено, що асертивні висловлювання сприймалися та оцінювалися оточуючими більш позитивно, порівняно зі звинувачувальними висловлюваннями [21].

Асертивність пов'язана із наполегливістю, що є альтернативою пасивної й агресивної поведінки, властивої людям із заниженою і завищеною самооцінкою [10].

Асертивність також виражається в проектуванні власного розвитку і руху, визначенні свого Я в навколишньому світі на основі через усвідомлення смислів і цінностей свого життя [10].

За твердженням О. Леонтьєва, асертивність – це стабільна особистісна характеристика, що має наступні структурні компоненти: поведінковий (незалежність, відповідальність, наполегливість (напористість), готовність до ризику і конструктивної агресії), когнітивний (переконаність людини у власній ефективності, гнучкості мислення, адекватній оцінці ситуації), емоційно-ціннісний (смівість в соціальних контактах, вміння управляти своїми реакціями, впевненість в собі, довіра до себе) та особистісний (високий рівень самооцінки і самоповаги людини) [10].

Асертивність є гармонійною комбінацією властивостей особистості, що виявляється у природній, чесній поведінці по відношенню до себе та оточуючих людей, уміннях і навичках етично допустимого спілкування в конкретній ситуації при поєднанні з упевненістю, позитивною самооцінкою та за обов'язкової поваги до прав інших людей [8].

Асертивність розуміється як природність і незалежність від зовнішніх впливів і оцінок, а також здатність людини самостійно регулювати власну поведінку і нести за неї відповідальність, наполягати на своїх правах, не зневажаючи при цьому прав інших, впевненість [10].

Індивіди з високою асертивністю краще захищені від емоційних проблем, рідше скаржаться на ситуативно-обумовлену тривожність, рідше страждають від страхів, ніж особистості з низькою асертивністю. Крім того, асертивні індивіди мають більш адекватну самооцінку, можуть успішніше протистояти стресу, вони більш успішні в житті. Виявлений і значущий позитивний зв'язок між рівнем асертивності і почуттям власної гідності, самоповаги [10].

На думку А. Бандури, впевнені (асертивні) в собі люди творчо підходять до аналізу ситуацій. Асертивність можна виразити через поняття «самоефективність», введене в науковий обіг А. Бандурою. Самоефективність індивіда проявляється в здібностях і уміннях вирішувати проблеми, які дозволяють: контролювати свою поведінку, при необхідності змінюючи рішення і цілі; передбачити наслідки своїх дій; усвідомлювати і розуміти зміст проблеми; створювати альтернативні ситуації [10].

Визначною особливістю асертивної поведінки є реалізація прагнення до розширення, вдосконалення, розвитку та зрілості. Така позиція допомагає людині здійснювати творчий підхід до життя, де їй будуть властиві такі риси, як психологічна свобода і довіра до себе [10].

Асертивність характеризується вміннями вийти за межі свого «Я», соціальної та особистісної адаптації до існуючих умов, знаходити в несприятливій ситуації позитивні моменти. Асертивність сприяє досягненню успіху в діяльності, якщо людина при цьому є ерудованою, раціональною, розумною, мислячою, розвинутою в різних сферах діяльності. Асертивна поведінка передбачає наявність окресленої мети дії і вміння контролювати емоції, коли її носій не піддається швидко маніпуляціям та емоційному тиску інших людей. Таке вміння проявляється у здатності реалізувати визначені цілі попри негативні тиски з боку оточення, раціональну дбайливість про власні інтереси при одночасному вираховуванні інтересів інших людей [10].

Зміст поняття асертивності розкривається також через такі особистісні риси як: конструктивність, цілеспрямованість, впевненість в собі, відповідальність, рішучість, самостійність, незалежність, самоефективність, суб'єктність, наполегливість, ініціативність, вимогливість, здатність до емпатії, рефлексії та ін. [10].

Результати. Виходячи із теоретичного аналізу психологічного змісту поняття асертивності, нами були виділені імпліцитні та експліцитні ознаки асертивності особистості та розроблено багатофакторний опитувальник для діагностики асертивності особистості як гнучкої навички у студентів.

Психометричну вибірку склали 245 студентів ОПП «Бакалавр» та «Магістр» НТУ «ХПІ», рівномірно представлені за статтю та курсами навчання.

У результаті перевірки одномоментної надійності пунктів опитувальника було виявлено стандартизований коефіцієнт альфа Кронбаха, що становить 0,933. У таблицях 1 та 2 показано описову статистику для усіх пунктів опитувальника та значення альфа, що доводить правомірність використання усіх пунктів у кінцевій версії опитувальника.

Виходячи з даних описової статистики, що представлені в таблиці 1, граничні значення норми для показників шкали «Імпліцитної асертивності» становлять 30–70 балів.

Виходячи з даних описової статистики, що представлені в таблиці 2, граничні значення норми для показників шкали «Експліцитної асертивності» становлять 30–70 балів.

Дискримінативна валідність методики перевірялась через кореляційний аналіз з показниками тесту соціального інтелекту Дж. Гілфорда, методикою «КОС-2» та тестом емоційного інтелекту Н. Холла. Визначено низку позитивних зв'язків із субтестами 1, 2 та 3 та показниками імпліцитної асертивності ($r=0,54$; $r=0,51$; $r=0,61$, $p<0,0001$ відповідно) та субтестами 3 та 4 із показниками експліцитної асертивності ($r=0,76$; $r=0,64$, $p<0,0001$ відповідно). Виявлено позитивні зв'язки організаційних схильностей із показниками імпліцитної асертивності ($r=0,71$, $p<0,0001$ відповідно) та комунікативних та організаційних схильностей із показниками експліцитної асертивності ($r=0,58$; $r=0,59$, $p<0,0001$ відповідно). Показники здатності до розуміння емоцій та управління емоціями пов'язані із імпліцитною асер-

Таблиця 1

Описові статистики для шкали «Внутрішня (імпліцитна) асертивність»

Твердження	r	α	Min	Max	M	σ
1 «Намагаюсь не залежати від впливів оточення»	0,53*	0,930	1	5	3,45	2,14
3 «Вважаю себе відповідальним за власну поведінку»	0,56*	0,930	1	5	2,56	1,89
5 «Виявляю переконливість у відстоюванні власних цінностей»	0,78**	0,929	1	5	3,01	2,04
7 «Не поступаюсь власними інтересами»	0,66*	0,930	1	5	2,77	2,56
9 «Вмію досягати бажаного»	0,77**	0,929	1	5	2,80	1,89
11 «Вмію захищати власні інтереси»	0,76**	0,929	1	5	3,67	1,88
13 «Намагаюся протидіяти маніпуляціям»	0,52*	0,931	1	5	3,15	2,54
15 «Підтримую у собі почуття гідності»	0,76**	0,929	1	5	2,90	2,41
17 «Поважаю інших»	0,56*	0,959	1	5	3,44	2,36
19 «Визнаю право інших на інакшу думку чи позицію»	0,57*	0,931	1	5	4,01	2,51
21 «Виявляю автономність мислення (тлумачити події без опори на думку інших)»	0,67**	0,930	1	5	3,23	2,87
23 «Виявляю самостійність у поведінці та вчинках»	0,78**	0,929	1	5	3,78	3,52
25 «Вважаю, що маю право на помилку»	0,67*	0,930	1	5	3,72	2,11
27 «Беру відповідальність на себе, не ховаючись за спинами інших»	0,79**	0,928	1	5	3,16	2,10
29 «Усвідомлюю власні недоліки та переваги»	0,71**	0,929	1	5	3,90	2,87
31 «Прагну до паритету та рівноправ'я у стосунках»	0,53*	0,930	1	5	3,45	2,63
Загалом по шкалі			32	80	53,57	20,63

Примітки: r – коефіцієнт кореляції Пірсона; α – альфа Кронбаха; Min – мінімальне значення; Max – максимальне значення; M – середнє значення; σ – стандартне відхилення. * $p<0,001$ ** $p<0,0001$

Описові статистики для шкали «Зовнішня (експліцитна) асертивність»

Твердження	r	α	Min	Max	M	σ
2 «Легко формулюю іншим власні бажання та вимоги»	0,65*	0,930	1	5	3,58	1,15
4 «Впевнено відстоюю права без шкоди для себе та інших»	0,64*	0,931	1	5	3,85	1,85
6 «Оптимально реаую на критику та зауваження»	0,60*	0,928	1	5	3,84	1,75
8 «Рішуче говорю «ні»	0,76**	0,929	1	5	3,79	1,20
10 «Вільно висловлюю власні почуття»	0,71**	0,921	1	5	3,91	2,12
12 «Вільно спілкуюся з різними людьми на різних позиціях в ієрархії відносин»	0,71**	0,927	1	5	4,12	2,87
14 «Підтримую повагу інших до себе»	0,63*	0,929	1	5	4,52	2,45
16 «Відстоюю думку»	0,70**	0,929	1	5	3,52	2,63
18 «Легко звертаюся з проханням»	0,78**	0,929	1	5	3,66	2,87
20 «У своїх висловлюваннях намагаюся виразити свої почуття»	0,64*	0,930	1	5	3,84	2,24
22 «Моя міміка доповнює мої висловлювання»	0,64*	0,931	1	5	3,25	2,85
24 «Прямо і чесно висловлюю думки»	0,63*	0,929	1	5	3,20	2,96
26 «Вмію приймати компліменти»	0,79**	0,927	1	5	3,74	3,15
28 «Маю право не відповідати на запитання»	0,81**	0,931	1	5	3,10	3,12
30 «Вмію відстоювати власні права»	0,81**	0,930	1	5	3,15	3,01
32 «Вмію укладати компромісні рішення»	0,64*	0,929	1	5	3,21	2,45
Загалом по шкалі			16	80	52,25	19,27

тивністю ($r=0,45$; $r=0,51$, $p<0,0001$ відповідно) та експліцитною асертивністю ($r=0,53$; $r=0,47$, $p<0,0001$ відповідно).

У результаті теоретичного огляду проблеми асертивності особистості як її здатності, риси та поведінкового прояву було визначено, що асертивність є автономною, незалежною від зовнішніх впливів та оцінок здатністю особистості самостійно регулювати власну поведінку та проявляти впевненість у поведінці з іншими та у саморегуляції діяльності. Асертивність особистості проявляється у своїх імпліцитних характеристиках (в якості системи переконань про власні права та таку рису особистості, як впевненість у собі, через почуття гідності) та експліцитних проявах (в якості поведінкових проявів у стосунках з іншими, спрямованих на захист власних прав та інтересів, надання опору маніпуляціям, вільне спілкування, пред'явлення вимог та вираження бажань тощо). Уявлення про асертивність у її імпліцитному та експліцитному проявах були покладені у розробку авторського опитувальника, надійність та валідність якого доведена у представленому дослідженні.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Бутузова Л.П. Асертивність особистості як основа становлення безпечної поведінки в підлітковому віці. *Проблеми психологічної безпеки: особистість, суспільство, держава: Матеріали Всеукра-*

їнської науково-практичної конференції. 25 березня 2010 року. рр. 2010. С. 33–40.

2. Галицький В.М., Мельник О.В., Синявський В.В. Соціально-психологічний словник. Київ, 2004. 285 с.

3. Герасіна С.В. Асертивна поведінка як передумова формування почуття власної гідності та самоповаги студентської молоді. *Проблеми сучасної психології: зб. наук. праць. К.-ПНУ імені Івана Огієнко, Інститут психології ім. Г.С. Костюка. 2010. Випуск 10. С. 139–149.*

4. Глубока І. Асертивна поведінка як одна з основних складових конкурентоздатності й успішної професійної кар'єри учнівської молоді. *Педагогіка і психологія професійної освіти. 2012. № 1. С. 172–178.*

5. Гук О. Асертивність як складова культури демократичного врядування. *Науковий вісник ДЕМОКРАТИЧНЕ ВРЯДУВАННЯ. 2012. Вип. 9. URL: <https://science.lpnu.ua/sites/default/files/journal-paper/2022/feb/26892/guk.pdf>.*

6. Лучків В.З. Психологічні особливості розвитку асертивності в юнацькому віці : дис. ... канд. психол. наук : 19.00.07. Житомир, 2017. 200 с.

7. Марчук Л.М. Асертивність як комплексна інтегральна характеристика особистості. *Вісник Національної академії Державної прикордонної служби України. 2012. Вип. 5. URL: http://www.nbu.gov.ua/ejournals/Vnadps/2012_5/12mlmiho.pdf.*

8. Марчук Л.М. Соціально-психологічні особливості формування асертивної поведінки у професійному становленні майбутніх психологів : дис. ... канд. психол. наук : 19.00.05. Київ, 2016. 225 с.

9. Медведєва С.А. Асертивність майбутніх практичних психологів: досвід вивчення. *Соціальні технології: актуальні проблеми теорії та практики*. 2008. Вип. 39-40. С. 234–240.
10. Мойсеєнко В.В. Асертивність як соціально-психологічний механізм вибору стратегій статусної поведінки студентською молоддю. Херсон, 2020. 193 с.
11. Ніколаєв Л. Генезис поняття «асертивність». *Освіта регіону : політологія, психологія, комунікації*. 2010. № 1. С. 132–135.
12. Ніколаєв Л.О. Розвиток асертивності підлітків у різних умовах соціалізації : дис. ... канд. психол. наук : 19.00.07. Переяслав-Хмельницький, 2016. 264 с.
13. Подоляк Н.М. Психологічні особливості асертивності. *Наука і освіта: Науково-практичний журнал Південного наукового Центру АПН України*. 2010. № 9. С. 108–111.
14. Подоляк Н.М. Індивідуально-психологічні особливості асертивної особистості : дис. ... канд. психол. наук : 19.00.01. Одеса, 2014. 202 с.
15. Семиченко В.А. Психологія особистості. Київ, 2001. 427 с.
16. Титаренко Т.М. Життєві домагання і професійне становлення особистості практичного психолога. *Практична психологія та соціальна робота*. 2003. № 4. С. 21–23
17. Фальова О.Є. Асертивність як фактор самореалізації особистості жінки. *Вісник Харківського національного педагогічного університету імені Г. С. Сковороди. Психологія*. 2015. Вип. 50. С. 258–267.
18. Фоменко К.І. Психологія успіху: навчальний посібник. Харків : Діса-плюс, 2015. 288 с.
19. Bruch M.A. A task analysis of assertive behavior revisited: Replication and extension. *Behavior Therapy*. 1981. Vol. 12. P. 217–230.
20. Hull D. B., Schroeder H. E. Some interpersonal effects of assertion, nonassertion and aggression. *Behavior Therapy*. 1979. Vol. 10. P. 20–28.
21. Kubany E.S., Richard D. C., Bauer G.B., Muroka M.Y. Impact of Assertive and Accusatory Communication of Distress and Anger: A Verbal Component Analysis. *Aggressive Behavior*. 1992. V. 18, № 5. P. 337–347.
22. Jinsi A. J. Self Assertiveness and Emotional Intelligence of Higher Secondary Students. Unpublished M. Farook Training College: University of Calicut. 2006.
23. Poyrazli S. Arbona C., Bullington R., Pisecco S. J. Adjustment problems of Turkish international student studying in the U.S. *Coll. Stud.* 2001. № 35. P. 52–62.
24. Ryan E.B. Ryan, Anas A.P., Mays H. Assertiveness by Older Adults with Visual Impairment: Context Matters. *Educational erotology*. 2008. V. 34. P. 504, 512–515.
25. Salter A. Conditioned reflex therapy New York : Creative Age Press, 1949. 359 p.