

ТРУДНОЦІ РОЗВИТКУ АСЕРТИВНОСТІ ПІДЛІТКІВ
В УМОВАХ ІНОКУЛЬТУРНОГО ОТОЧЕННЯDEVELOPMENTAL CHALLENGES OF ADOLESCENT ASSERTIVENESS
IN A FOREIGN CULTURAL ENVIRONMENT

У статті розглянуто сутність та основні характеристики асертивності – відкритість, самостійність, уміння вести діалог із зацікавленими іншими, зберігаючи при цьому взаємну повагу та розуміння; уважність до інших; чіткість висловлення і здатність ефективно виражати свої переконання й бажання; уміння відмовляти у разі потреби без відчуття провини чи агресії; самоповага без порушення прав інших; емоційна стійкість як здатність контролювати свої емоції та залишатися спокійним у складних ситуаціях; уміння утримувати кордони в особистому і міжособистісному спілкуванні тощо. Виявлено, що терміни «асертивність» та «асертивна поведінка» не є синонімами, оскільки асертивність – ширше поняття, яке відноситься до загальної характеристики особистості, а асертивна поведінка – це конкретні вчинки, які відображають цю характеристику. Розкрито фактори, що можуть вважатися як труднощами, так і стимулами позитивного впливу на розвиток асертивності підлітків в умовах інокультурного оточення: самоусвідомлення; моделювання поведінки; комунікаційні навички; мовний бар'єр; онлайн-спілкування; культурний шок; стрес; розуміння конфлікту; шкільне оточення; стосунки вчитель–учень; релігійні традиції; ролі, якими наділені підлітки в різних культурах; розуміння стереотипів тощо. Названі чинники відображають, як інокультурне оточення може впливати на виявлення асертивності підлітків, вимагаючи від них взаємодії та адаптації в різних культурних контекстах. Подолання труднощів розвитку асертивності підлітків в умовах інокультурного оточення можливе через пошук і впровадження специфічних стратегій для ефективною адаптації та успішної взаємодії у новому культурному середовищі. Серед них – активна участь підлітків у міжнародних проектах, навчальних програмах, спрямованих на розвиток міжкультурних навичок, участь у міжкультурних курсах, тренінгах асертивності тощо.

Ключові слова: асертивність, асертивна поведінка, інокультурне оточення, підліток, стратегії, труднощі, фактори.

This article explores the essence and key characteristics of assertiveness, including openness, independence, the ability to engage in dialogue with interested others while maintaining mutual respect and understanding; attentiveness to others; clear expression, and the ability to effectively articulate one's beliefs and desires; the ability to refuse when necessary without feeling guilty or aggressive; self-esteem without violating the rights of others; emotional resilience as the ability to control emotions and remain calm in challenging situations; and the ability to establish boundaries in personal and interpersonal communication, among others. The article distinguishes between the terms "assertiveness" and "assertive behavior", highlighting that assertiveness is a broader concept related to an individual's overall personality characteristics, while assertive behavior refers to specific actions that reflect this characteristic. It discusses the factors that may be considered both difficulties and stimuli for the positive development of adolescent assertiveness in the context of a foreign culture environment. These factors include self-awareness, behavior modeling, communication skills, language barriers, online communication, culture shock, stress, conflict understanding, school environment, teacher–student relationships, religious traditions, roles assigned to adolescents in different cultures, and an understanding of stereotypes. These factors illustrate how a foreign culture environment can impact the manifestation of adolescent assertiveness, demanding interaction and adaptation to different cultural contexts. Overcoming the developmental challenges of adolescent assertiveness in a foreign culture environment is possible through the search and implementation of specific strategies for effective adaptation and successful interaction in a new cultural environment. Among these strategies are active participation of adolescents in international projects, educational programs aimed at developing intercultural skills, involvement in cross-cultural courses, assertiveness training, and more.

Key words: assertiveness, assertive behavior, cross-cultural environment, adolescent, strategies, challenges, factors.

УДК 159.9.019.4-053.6
DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2023.55.12>

Гранде К.Л.

аспірантка кафедри психології
Університет Григорія Сковороди
в Переяславі

Актуальність дослідження. Швидкі й часті трансформації у соціально-політичному та економічному житті нашої країни викликають значний дефіцит уваги до складних проблем соціалізації підлітків. Ці зміни можуть впливати на формування цінностей, соціальних навичок та взаємодію із суспільством, що ставить підлітків у вразливе становище. Асертивність є ключовою

характеристикою, яка може допомогти особистості стати активним учасником свого життя, долати труднощі, гармонійно впливати на зміни. Розвиваючи навички асертивної поведінки, підліток отримує позитивний досвід подолання життєвих труднощів, прийняття відповідальності за свої вчинки та здійснення обдуманих рішень у реальних ситуаціях. Асер-

тивність визначається здатністю до самоаналізу, емоційної стабільності та самостійності в процесі прийняття рішень і здійснення дій. Відсутність таких умінь призводить до високого рівня незадоволення життям, неспроможності планувати власне майбутнє, спричиняє виникнення соціокультурного стресу, труднощі у взаємодії з інокультурним оточенням. Важливість розвитку асертивності підлітків є особливо актуальною в умовах сучасного кризового соціуму, де зростає потреба в навичках виявлення ініціативи, здатності захисту власних цінностей, прав, формулюванні життєвих цілей, виявленні сміливості, прийнятті рішень та несення відповідальності за них.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Концепція асертивності сформува-лась наприкінці 50-х – на початку 60-х років минулого століття у працях американського психолога А. Солтера, пізніше поняття асертивності знаходимо у працях чеських авторів В. Каппоні й Т. Новака. У сучасній вітчизняній психологічній науці різні аспекти феномену асертивності вивчають В.Ф. Колесникова, С.А. Медведєва, В.В. Мойсеєнко, Л.О. Ніколаєв, Н.М. Сердюк, О.М. Чанцева-Коваленко, К.О. Чулкова та ін.

Мета статті – розкрити основні характеристики асертивності; виявити труднощі розвитку асертивності підлітків в умовах інокультурного оточення й ефективні стратегії їхнього подолання.

Виклад основного матеріалу. Феномен асертивності розглядається науковцями у контексті різних життєвих смислів, зокрема, навчання підлітків бути самодостатніми й незалежними у виборі свого призначення й власного життєвого шляху, комунікативної толерантності, активного лідерства, самоконтролю і самодисципліни, життєстійкості, соціальної компетентності, формування життєвої і соціальної успішності тощо. Л.О. Ніколаєв визначає асертивність як комплекс навичок, що дозволяють особистості ефективно адаптуватися до нових ситуацій, виявляти волю та переконливість, а також відстоювати свої цінності [4]. Згідно з таким підходом, установки особистості відіграють ключову роль у формуванні асертивності, особливо коли вона потрапляє в нове соціальне оточення, де їй необхідно презентувати свої погляди чи переконання. У цьому контексті асертивність розглядається дослідником як властивість особистості, що проявляється у впевненості у собі, здатності виявляти/відстоювати власну точку зору, залишаючись при цьому толерантною до інших [4].

Вивченню асертивної поведінки в міжособистісному спілкуванні підлітків присвячені праці Н.М. Сердюк. Асертивна поведінка та впевненість у собі, вважає дослідниця, відіграють важливу роль у формуванні структури

міжособистісних відносин підлітків. Уміння висловлювати свої думки та почуття з урахуванням інших сприяє взаєморозумінню та емоційній близькості. Крім того, асертивність дозволяє підліткам зберігати баланс між вираженням власних потреб і повагою до індивідуальності інших у міжособистісних відносинах [6]. На думку Н.М. Подоляка, асертивність підлітків значно підвищує їхню адаптацію в освітньому середовищі, полегшує соціалізацію, позитивно впливає на їхню самоактуалізацію і самореалізацію [5]. Отже, ми можемо назвати такі основні характеристики асертивності: відкритість, самостійність, уміння вести діалог із зацікавленими іншими, зберігаючи при цьому взаємну повагу та розуміння; уважність до інших; чіткість висловлення й здатність ефективно виражати свої переконання та бажання; уміння відмовляти у разі потреби без відчуття провини чи агресії; самоповага без порушення прав інших; емоційна стійкість як здатність контролювати свої емоції та залишатися спокійним у складних ситуаціях; уміння утримувати кордони в особистому і міжособистісному спілкуванні тощо.

Деякі дослідники (В.Ф. Колесникова, В.В. Мойсеєнко, К.О. Чулкова та ін.) визначають асертивність як особистісну автономію, незалежність від зовнішніх впливів та конструктивну регуляцію поведінки у спілкуванні; вони називають асертивність такою собі «золотою серединою» між агресивним і пасивним стилями взаємодії, що спрямована на реалізацію власних інтересів і забезпечує при цьому умови для інтересів інших осіб [1; 4; 9]. Таким чином, асертивність може визначатися і як самоствердження через конструктивне спілкування та вдосконалення навичок безконфліктної взаємодії в інокультурному середовищі. На наш погляд, це посилює актуальність вивчення особливостей формування асертивної поведінки особистості підлітка.

Воєнний стан в Україні, коли десятки сотень дітей вимушені перебувати за кордоном або ж бути внутрішніми переселенцями, впливає на формування й розвиток асертивності особистості підлітка в умовах інокультурного оточення. В контексті цієї роботи ми розглядаємо інокультурне оточення як соціокультурне середовище, в якому існують представники різних культур, національностей або етнічних груп; як важливий чинник для розвитку розуміння й поваги до відмінностей між людьми, сприяння міжкультурній гармонії та співпраці; різноманітні культурні, мовні, релігійні та інші аспекти різних груп можуть переплітатися і взаємодіяти [5]. Інокультурне оточення може мати різноманітні характеристики, які визначаються конкретним контекстом та обставинами:

– різноманітність культур – присутність представників різних культур вносить різнома-

ніття у спосіб мислення, підходи до навчання, соціальної взаємодії;

- міжкультурна комунікація – необхідність взаємодії та спілкування з людьми з різним культурним багажем вимагає розвитку навичок міжкультурної комунікації;

- взаєморозуміння інших культур – можливість вчитися та розуміти особливості інших культур, їхні традиції, цінності та способи життя;

- культурна чутливість – розвиток чутливості до культурних відмінностей й уміння адаптуватися до них без створення конфліктів;

- міжкультурна взаємодія в процесі навчання, творчої діяльності – участь у спільних проектах, командних завданнях вимагає об'єднання різних культурних підходів та досвіду;

- можливості для навчання і самовдосконалення – надання інокультурним середовищем можливості навчатися від інших, розширювати свій культурний горизонт і розвивати особистість;

- вирішення міжкультурних конфліктів – наявність ситуацій, коли виникають розбіжності або конфлікти через культурні відмінності тощо [4; 7].

Розглянемо поняття «асертивна поведінка» підлітка у взаємодії з інокультурним оточенням. Незважаючи на те, що «асертивність» та «асертивна поведінка» досить часто використовуються у схожому контексті, але, як вважають Л.О. Ніколаєв, Н.М. Подоляк, Н.М. Сердюк та ін., мають свої відмінності. Так, асертивність – це ширший термін, який відноситься до загальної характеристики особистості, тобто асертивна особистість має властивість виражати свої думки, почуття та потреби, дотримуючись при цьому поваги до інших, встановлювати межі та виявляти самоповагу. Асертивна поведінка – це конкретні вчинки або спосіб поведіння, які відображають асертивність: ефективно вираження своїх думок, прав; встановлення меж із урахуванням інтересів інших; уникнення агресії чи пасивності у взаємодії з оточуючими тощо. Отже, можна сказати, що асертивність – це характеристика особистості, а асертивна поведінка – це конкретні вчинки, які відображають цю характеристику [4; 5; 6].

Загальновідомо, що з дорослішанням роль сім'ї й школи у становленні особистості підлітка тимчасово зменшується, а вплив однолітків, навпаки, збільшується. З одного боку, підліток потребує допомоги, уваги до себе, а з іншого – сам може стати лідером серед ровесників, тобто виявляє бажання певним чином виділитися, бути не таким, як усі. Серед праць сучасних психологів, які досліджують розвиток асертивної поведінки підлітків, нас зацікавила робота Н.М. Сердюк, в якій було доведено, що існує взаємозв'язок між рів-

нем асертивності та впевненістю підлітків у собі: чим вищий рівень асертивності, тим вищі показники впевненості у собі, і навпаки [6, с. 52]. На розвиток рівня асертивної поведінки підлітків можуть суттєво впливати відмінності культури у різних соціокультурних контекстах. Адаптація до інших культурних стандартів може бути для підлітків певним викликом і призводити до різних труднощів. Л.О. Ніколаєв називає однією з проблем мовний бар'єр. Обмеження у знанні мови може ускладнювати ефективну комунікацію та розуміння культурних нюансів і стати перешкодою в освоєнні нового культурного середовища. В результаті різкі зміни в культурних стандартах здатні викликати культурний шок, що, своєю чергою, може привести до невпевненості, стресу та інших незручностей у новому оточенні [4]. Розуміння конфліктів також може відрізнятись в різних культурах: культура компромісу чи, навпаки, культура більш вираженого конфлікту може впливати на те, як підліток розвиває навички асертивності. Вплив мають і стосунки у сім'ї, коли культурні відмінності у вихованні та ролях членів сім'ї можуть визначати, наскільки діти уміють виражати свої потреби й думки, а також як вони сприймають вираження власної асертивності [7].

На думку В.Ф. Колесникової, інокультурне оточення може впливати на те, як учителі й шкільне середовище загалом підтримують або обмежують розвиток асертивних навичок учнів. У різних культурах вимоги до стосунків учитель–учень можуть варіюватися (суб'єкт-суб'єктні чи об'єкт-суб'єктні). Велика кількість українських підлітків нині навчається в школах за кордоном. Загалом шкільний колектив може стати одним із чинників, що викликають труднощі розвитку асертивності підлітків в умовах інокультурного оточення – представники з різних культур здатні створювати виклики у виявленні асертивності через різницю у стилях спілкування та соціальних нормах. Участь у міжнаціональних проектах/конкурсах, де важливо працювати в команді та знаходити спільну мову з партнерами із різних культур, впливатиме на розвиток лідерських та комунікативних навичок в умовах культурної різноманітності, що своєю чергою може як стримувати, так і сприяти розвитку асертивності підлітка [4; 6]. К.О. Чулкова вважає, що труднощі можуть бути викликані різницею у способах вираження поваги чи привітання, гендерною різницею (коли очікування щодо ролей за статевою приналежністю можуть відрізнятись), та інші соціальні норми можуть призводити до непорозуміння, викликати питання щодо інтеграції в нову соціокультурну групу [7]. Релігійні переконання й традиції теж здатні впливати на розвиток асертивності. Наприклад, у культурі, де високо цінують покірли-

вість, може бути важче виражати свої потреби та переконання [1].

Ще одним аспектом відмінностей культури у різних соціокультурних контекстах та їхнього впливу на підлітків є традиції спілкування й ті ролі, якими наділені підлітки. В культурі, де велика увага приділяється ролям ровесників, асертивність може бути важливою для вступу у соціальні групи та успішної інтеграції в колектив [9]. На думку В.Ф. Колесникової та О.М. Чанцевої-Коваленко, упередження і стереотипи про інші культури можуть стати несприятливим фактором для адаптації, що ускладнюватиме взаєморозуміння та взаємодію. Питання цінностей теж може викликати непорозуміння, особливо коли вони суперечать власним переконанням та цінностям [1]. Культурний обмін, міжнаціональна взаємодія (у школі або літньому таборі) – спілкування та взаємодія з ровесниками з інших регіонів України або зарубіжних країн, впливатимуть на асертивність, оскільки виникатиме потреба відстоювати свої позиції/думки в різних ситуаціях, необхідність виражати власні ідеї, вміння працювати в колективі, де діє культурна різноманітність тощо. Актуальним для сучасних підлітків є онлайн-спілкування, зокрема в ігровому середовищі – взаємодія у віртуальних іграх або спільнотах може призвести до конфлікту через різницю культурних уявлень та норм і пошук стратегій виходу із конфліктних ситуацій теж має вплив на асертивність підлітків.

Знання і врахування цих культурних особливостей є ключовими у розумінні й підтримці розвитку асертивності підлітків у різних культурних середовищах. Таким чином, умови інокультурного оточення можуть бути різними, однак, як вказують науковці (О.Є. Блинова, С.І. Бабатіна, Л.О. Ніколаєв, Н.М. Сердюк та ін.), доцільно вибрані фахівцями ефективні стратегії сприятимуть успішній адаптації до нового культурного оточення й розвитку асертивності в інокультурному контексті [3; 4; 6]. Для успішної адаптації важливо бути відкритим, вивчати новий культурний контекст, демонструвати толерантність та розвивати міжкультурні навички.

Зупинимось далі на шляхах подолання перешкод, й одним із таких може бути активна участь підлітків у навчальних програмах, спрямованих на розвиток міжкультурних навичок, участь у міжкультурних тренінгах і курсах тощо. Тренінги асертивності є ефективним методом превентивної роботи з підлітками, оскільки вміння впевнено сказати «ні» у ситуаціях психологічного тиску з боку однолітків може попередити залежність від шкідливих звичок та девіантну поведінку.

Підлітки вчать адекватно визначати особистісні властивості й емоційні стани інших

людей, вибирати адекватні способи поведінки та реалізовувати їх у процесі взаємодії, ефективно й адекватно контактувати з інокультурним оточенням. Так, один із тренінгів – «Формування навичок асертивної поведінки у підлітків» – спрямований на формування та розвитку у підлітків уміння ефективно вирішувати проблеми, що виникають у процесі розвитку самосвідомості.

Позитивній міжкультурній взаємодії підлітків слугуватиме активна участь у спілкуванні, відкритість до нових знайомств, виявлення інтересу до культурних різниць. На користь вивчення культурних особливостей, які сприятимуть ефективній адаптації, вказує Н.М. Сердюк: вивчення мови, знайомство з традиціями, соціальними нормами тощо [6]. Здатність ефективно працювати в інокультурному оточенні включає у себе розвиток навичок розуміння та адаптації до різних культурних контекстів. Зокрема, на думку С.А. Медведєвої, важливо навчати підлітків навичок формування гнучкості в комунікації, що пришвидшить адаптацію до різних стилів спілкування, допоможе уникати конфліктів та покращити взаєморозуміння. Все це, наголошує дослідниця, матиме вплив на створення позитивної та взаємовигідної співпраці в навчанні чи у процесі творчої діяльності підлітків [2].

Висновки. Таким чином, на основі вивчення й аналізу джерел з досліджуваної проблеми можна зазначити, що асертивність – це здатність людини висловлювати свої думки, потреби й бажання чітко і впевнено, не порушуючи права інших. Розвиток асертивності підлітків відбувається через різноманітні впливи і досвід.

Ми виявили фактори, що можуть вважатися труднощами, які підліток має подолати, їх є чимало й вони різні. Одночасно ці ж чинники здатні позитивно впливати на розвиток асертивності підлітків в умовах інокультурного оточення. Серед них – самоусвідомлення (розвиток свідомості про власні емоції, цінності, цілепокладання; заохочення до самоаналізу, роздумів над власними переконаннями); комунікаційні навички (розвиток уміння слухати і розуміти інших, навички невербальної комунікації тощо); впевненість у собі, власних силах (заохочення позитивних досягнень, допомога щодо розуміння сильних сторін і можливостей); тренінги асертивності (тренінги/рольові ігри сприяють розвитку асертивних навичок); підтримка оточення (забезпечення позитивного й підтримуючого оточення, де підліток відчуває розуміння, виявляє повагу до інших, має можливість відстоювати власні права); самостійність (підліток має вчитися приймати рішення й відповідати за їхні наслідки); моделювання поведінки (дорослі як приклад асертивної поведінки у власному житті тощо) та ін.

Названі чинники відображають, як інокультурне оточення може впливати на виявлення асертивності підлітків, вимагаючи від них взаємодії та адаптації в різних культурних контекстах. Отже, розвиток асертивності у підлітків є комплексним процесом, який включає у себе як особисті, так і соціокультурні аспекти.

Важливо пам'ятати, що цей процес може займати певний час, і підліток має можливість формувати й розвивати ці уміння й навички на шляху до дорослості, а завдання дорослого оточення (фахівців, учителів, батьків та ін.) – сприяти підлітку в подоланні труднощів: як в умовах інокультурного оточення вчитися знаходити продуктивні стратегії розвитку асертивності. Тобто асертивність виступає значущим ресурсом впливу на особистісний розвиток підлітка та його взаємодію з інокультурним оточенням.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Колесникова В.Ф., Чанцева-Коваленко О.М. Розвиток асертивності в юнацькому віці. *Гуманітарний корпус*. Випуск 17. Вінниця : ТОВ Нілан-ЛТД, 2018. С. 66–70.
2. Медведєва С.А. Асертивність майбутніх практичних психологів: досвід вивчення. *Соціальні технології: актуальні проблеми теорії та практики* : міжвузівський збірник наукових праць / ред. кол.: В.П. Бех, К.Ю. Богомаз, Л.Ф. Бурлачук та ін. ; голов. ред. О.Л. Скідін. Одеса : Астропринт, 2008. Вип. 39–40. С. 234–240.
3. Мойсеєнко В.В. Особливості формування асертивної поведінки особистості: науково-теоретичний аналіз питання. Соціокультурні та психологічні вектори становлення особистості : колективна монографія / О.Є. Блинова, С.І. Бабатіна, Т.М. Дудка, А.М. Одінцева та ін. ; відпов. ред. Блинова О.Є. Херсон : Видавничий дім «Гельветика», 2018. С. 132–137.
4. Ніколаєв Л.О. Розвиток асертивності підлітків у різних умовах соціалізації : дис. ... канд. психол. наук : 19.00.07. Київський університет імені Бориса Грінченка, 2016. 264 с.
5. Подоляк Н.М. Індивідуально-психологічні особливості асертивності особистості : дис. ... канд. психол. наук : 19.00.01. Південноукраїнський національний педагогічний університет ім. К.Д. Ушинського. Одеса, 2014. 200 с.
6. Сердюк Н.М. Асертивна поведінка та почуття впевненості в собі в структурі міжособистісних стосунків підлітків. *Науковий вісник Південноукраїнського національного педагогічного університету ім. К.Д. Ушинського*. 2013. № 3–4. С. 48–54. URL: http://nbuv.gov.ua/UJRN/punpru_2013_3-4_10 (дата звернення: 03.09.2023).
7. Чулкова К.О. Аналіз досліджень проблеми асертивної поведінки особистості. *Психологічний часопис* : збірник наукових праць / за ред. С.Д. Максименка. № 1. Вип. 11. Київ : Інститут психології імені Г.С. Костюка Національної академії педагогічних наук України, 2018. С. 38–40.