

МІНІСТЕРСТВО ВНУТРІШНІХ СПРАВ УКРАЇНИ  
ЛЬВІВСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ВНУТРІШНІХ СПРАВ

Інститут управління, психології та безпеки

Кафедра теоретичної психології

**ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ РОЗВИТКУ АСЕРТИВНОСТІ  
КУРСАНТІВ У ПРОЦЕСІ ФАХОВОЇ ПІДГОТОВКИ**

**кваліфікаційна робота**  
здобувача вищої освіти  
освітнього ступеня «бакалавр»  
**Віталія СТАЧИНСЬКОГО**  
4 курсу, денної форми навчання  
спеціальність 053 «Психологія»  
ОПП «Психологія»

**Науковий керівник:**  
кандидат психологічних наук  
**Наталія МРАКА**

**Рецензент:**  
кандидат психологічних наук  
**Петро КОЗИРА**

*Кваліфікаційна робота допущена до захисту*

« 1 » травня 2023 р., протокол № 11

завідувач кафедри теоретичної психології

доктор психологічних наук, професор

\_\_\_\_\_ **Зоряна КОВАЛЬЧУК**

Львів  
2023

## АНОТАЦІЯ

### **Стачинський В.В. Психологічні особливості розвитку асертивності курсантів у процесі фахової підготовки**

Дана кваліфікаційна робота є детальним дослідженням, що розкриває важливі аспекти асертивності у контексті навчального процесу. Автор роботи провів аналіз особливостей розвитку асертивності курсантів та її впливу на їх фахову підготовку. Результати дослідження показують позитивну залежність між рівнем асертивності курсантів та їх успішністю у навчанні, що свідчить про важливість розвитку асертивних навичок для успішної професійної діяльності. Виявлено, що курсанти з вищим рівнем асертивності виявляють більшу впевненість у себе та здатність до конструктивної взаємодії з колегами, що сприяє їх успішному професійному розвитку.

**Ключові слова:** курсанти, асертивність, фахова підготовка, розвиток,

## ANNOTATION

### **Stachynskiy V. Psychological features of development of assertiveness students in the process of professional preparation**

This qualifying work is the detailed research that exposes the important aspects of assertiveness in an educational user structure. The author of work conducted the analysis of features of development of assertiveness students and her influence on their professional preparation. Research results show positive dependence between the level of assertiveness students and their success with studies that testifies to importance of development of assertive skills for successful professional activity. It is educed that students with the higher level of assertiveness find out a greater confidence for itself and capacity for the structural co-operating with colleagues, that promotes them to successful professional development.

**Keywords:** cadets, assertiveness, professional preparation, development.

## ЗМІСТ

Вступ.....	4
Розділ 1. Теоретико-методологічні основи дослідження.....	7
1.1 Основні підходи до вивчення асертивної поведінки у науковій літературі	7
1.2 Асертивність як особистісна риса .....	18
1.3 Асертивна поведінка як конструктивний спосіб міжособистісної взаємодії.....	22
Розділ 2. Емпіричне дослідження психологічних особливостей розвитку асертивності курсантів у процесі фахової підготовки .....	24
2.1 Соціально-психологічний зміст і структура асертивної поведінки професійного становлення курсантів у процесі фахової підготовки .....	24
2.2 Методика й організація дослідження психологічних особливостей розвитку асертивності курсантів.....	30
2.3 Аналіз результатів дослідження .....	39
2.4 Особливості формування навичок асертивності у курсантів в процесі фахової підготовки.....	43
ВИСНОВКИ .....	48
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ ТА ЛІТЕРАТУРИ .....	51

## ВСТУП

**Актуальність дослідження.** Асертивна поведінка являє собою певну конструктивну «золоту середину» між такими не зовсім конструктивними видами поведінки у міжособистісному спілкуванні як пасивність та агресивність. Асертивна поведінка передбачає впевненість в собі, відповідальність за свої почуття, вчинки. Основною перевагою такої поведінки є використання конструктивних елементів, що присутні в пасивній та агресивній поведінці, при цьому асертивні люди реалізують свої потреби соціально доречними способами.

Специфікою міжособистісних стосунків у групі курсантів-першокурсників є недовгий період їх особистісного спілкування, перевага амбіцій та особистісних бажань над потребами оточуючих. Тому дослідження особливостей розвитку асертивної поведінки є актуальним, адже даний стиль поведінки є успішним та конструктивним.

У складних умовах сьогодення зростає роль здатності особистості виявляти зразки поведінки, що є адекватними викликам префігуративної культури або «антиципаторної» соціалізації (М. Мід). Тому важливого значення набуває визначення соціально-психологічних особливостей формування асертивної поведінки як професійної якості, що виявляється у впевнених рішеннях як своєчасній реакції на динаміку соціально-психологічних змін та вплив різних факторів, а також у психологічній рівновазі та етичному ставленні до інших індивідів.

Дослідження різних аспектів асертивної поведінки особистості здійснено у працях Н. Ануфрієвої, Г. Балла, Є. Головахи, О. Донченко, І. Кона, М. Савчина, Л. Сохань, В. Татенка, Т. Титаренко, О. Хохлової та ін. Учені розглядають її у контексті життєвих смислів і роблять акцент на необхідності підвищення суб'єктності життєдіяльності (К. Абульханова-Славська, О. Асмолов, І. Кон, С. Максименко, В. Москаленко, В. Моляко, В. Семиченко, С. Рубінштейн, Ю. Швалб та ін.), на навчанні молодих людей умінню розпоряджатися своїм життям, робити його предметом власної

свідомості та волі (А. Анцупов, Д. Бокум, С. Гинзер, Г. Крайг, А.Шипилов та ін.); здатності долати труднощі; бути впевненим у собі та своєму призначенні (В. Каппоні, Т. Новак, С. Нартова-Бочавер та ін.); відчувати внутрішню потребу у свободі; адекватно оцінювати себе та інших учасників міжособистісної взаємодії (А. Андрієнко, М. Медведєва та ін.); чітко планувати дії, ясно висловлювати свої почуття, шанобливо співпрацювати із партнерами, доносячи до них свою позицію (В. Галицький, О. Мельник, В. Синявський та ін.).

У такому контексті асертивну поведінку особистості розглядають як таку, що забезпечує її успішність, нівелює деструктивні психологічні прояви (Г. Бейер, М. Джеймс, Д. Джонгвард, Г. Фенстрейхейм та ін.). Формування асертивної поведінки зумовлено активізацією позитивних психологічних якостей особистості, що є важливим для її становлення не лише як об'єкта, але й суб'єкта міжособистісної взаємодії. За цієї умови асертивна поведінка набуває значущості у прикладному (професійному) сенсі та є засобом досягнення взаєморозуміння і гармонії у колективі, дозволяє забезпечити успішне професійне зростання та необхідний рівень психологічного благополуччя майбутнього фахівця (О. Бондарчук, В. Зазикін, В. Клименко, Е. Климов, Т. Кудрявцева, Г. Ложкін, Ю. Поваренков, Л. Подоляк, Н. Пряжніков, В. Юрченко та ін.).

**Об'єкт дослідження** – асертивна поведінка курсантів ЗВО.

**Предмет дослідження** – психологічні особливості розвитку асертивності курсантів у процесі фахової підготовки

**Мета дослідження** – ..... аналіз психологічних особливостей розвитку асертивності курсантів у процесі фахової підготовки

**Теоретико-методологічну основу дослідження** становлять концептуальні положення про особистість як суб'єкт власного життя та діяльності (Г. Балл, О. Бондаренко, О. Кульчицька, С. Максименко, В. Моляко, К. Платонов, В. Татенко, Н. Чепелєва та ін.); поведінку особистості у складних життєвих ситуаціях (Г. Андрєєва, Г. Вайзер, Г. Горелова, Ф. Зеєр,

Т. Карцева, В. Козлов, М. Лоїс, К. Муздибаєв, В. Осборн, Ю. Поваренков, К. Поліванова, Г. Солдатова, П. Уорр, Н. Шлоссберг та ін); професійне становлення (Т. Ільїна, О.Коқун, Г. Крайг, Л. Пельцман, В. Франкл та ін.); асертивну поведінку (В. Капоні, Т. Новак, В. Ромек, Е. Солтер та ін.) тощо.

**Структура роботи.** Дипломна робота складається зі вступу, трьох розділів, висновків та списку використаних джерел і літератури.

## РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГІЧНІ ОСНОВИ ДОСЛІДЖЕННЯ

### 1.1 Основні підходи до вивчення асертивної поведінки у науковій літературі

Різноманітність прояву асертивної поведінки, її визначальний вплив на якість будь-якої діяльності зумовили складність і багатогранність розуміння вченими цієї категорії. Теоретичний аналіз проблеми дозволяє виділити основні аспекти дослідження: філософський, соціальний, психологічний, педагогічний.

У міждисциплінарних дослідженнях спостерігається тенденція зближення різних підходів з метою приведення у відповідність смислового поля поняття, «особистість», її характеристик, у тому числі в поведінкових виявах. Здебільшого зустрічається це базове поняття у контексті таких визначень, як незалежність, відповідальність, особистісна позиція, етична переконаність, уміння протистояти груповому тиску (Є. Ільїн [2], Є. Хохлова [23] та ін.)

У соціальній психології теоретичним підходом, на якому ґрунтуються дослідження особливостей поведінки особистості є біхевіоризм. Вони розглядають її як своєрідну «особистісну рису, незалежну від зовнішніх впливів і оцінок здатність самостійно формувати власну поведінку» [25].

Саме вчення представників біхевіоризму покладено в основу пояснення самостверджувальної або, за сучасною термінологією, асертивною особистістю.

У наукових колах поняття «асертивність» застосовують для визначення впевненої, самодостатньої, успішної людини, як автономну, незалежну від зовнішніх впливів і оцінок, здатність самостійно регулювати власне поведіння. Цілком виправданим є припущення дуже близької аналогії з поняттям – упевненість, яке визначається у психологічному словнику [181].

Представники психоаналітичного підходу Г. Фенстерхейм і Дж. Бейер асертивну особистість характеризують за такими здатностями:

- 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 [18].

Витоки розв'язання проблеми впевненості у собі, у ставленні до інших людей більше тяжіють до предмета дослідження філософії, аніж до психології.

Американський філософ-ідеаліст Р. Емерсон не вживає поняття асертивності, однак ідентифікує його з довірою. У праці «Довіра до себе» вчений чітко відстоює ідеї безмежних можливостей людини і наголошує на тому, що повинна бути «... собою і не намагатися бути схожою ні на кого іншого. Свій дар вона завжди може проявити у всій силі, накопиченій за ціле життя, але, копіюючи талант іншого, діє без підготовки і здатна оволодіти ним тільки наполовину» [7].

Англійський філософ-психолог Девис Ф. убачає в цій якості здатність, яка супроводжує людину упродовж усього життя, формує достатній потенціал задля розв'язання несподіваних ситуацій і конструктивних взаємодій з іншими людьми [6]. Людина повинна вірити собі, як це вміють робити тварини і діти, які не стримують виявлення своїх почуттів. Ученим визначено дві основні перешкоди на шляху довіри до самої себе, якими вважав два види страху: страх людини перед думкою більшості, який штовхає її до нещирих учинків, і страх виявити внутрішню суперечність.

Сказане вище є підставою для розуміння двох векторів розвитку філософсько-антропологічної думки щодо визначення довіри до себе:

- внутрішня сутність людського «Я»;
- ставлення людини до самої себе як вільної, незалежної.

Перший вектор – ідеалістичний – бере свій початок від античних мислителів (Платона) й активно розробляється представниками німецької класичної філософії. Зокрема І. Кант у фундаментальній праці «Критика практичного розуму» пише, що людина є мешканцем двох світів: світу природи і світу свободи [8]. Останній містить ідеї свободи, безсмертя, Бога.

Лейтмотивом його переконань є взаємна рівність людей, обґрунтування сутності людської свободи, яка полягає в їх автономності та праві розпоряджатися собою і речами. Ці ідеї філософа збереглися на віки, і в нинішніх умовах слугують змістовими характеристиками досліджуваної нами якості. У виведеній формулі «категоричного імперативу» – «Роби так, щоб використовувати людину для себе так само, як і для когось іншого; завжди як мету і ніколи тільки як засіб» – звучить думка про 18 недоторканостей іншої людини («інша людина повинна бути для тебе святою») [8]. Учений стверджував, що в стосунках з людьми необхідно виявляти миролюбність, яка випливає із принципів, а не з байдужості. Ключовими позиціями філософа у поглядах на терпимість є повага до іншого, рівність, справедливість; плюралізм як позиція, за якої людське «Я» стає «громадянином світу». Його ідеї суголосні із смисловим навантаженням поняття «асертивна особистість», і характеризують її поведінкові стереотипи.

Другий – філософський, найбільш яскраво представлений у фундаторів некласичної філософії А. Шопенгауера і Ф. Ніцше. Людина, за філософами ідеалістами, розглядається як унікальна духовна істота, що здатна до вибору власної долі. З точки зору їх учення, «людина як причина самої себе» має повну екзистенціальну свободу, «свободу волі» і «робить сама себе» (М. Хайдеггер).

Ставлення до людини вони обґрунтовують, виходячи з ідеї відсутності детермінованості того, що відбувається зараз, «тут і тепер». При цьому «...жива реальна людина не зводиться до сукупності психічних і

фізіологічних функцій, а існує як унікальне Я, як інтегральна єдність тілесного, душевного і духовного досвіду. ... Буття людини, володіючи самооцінкою і безумовною реальністю, є вищою загальнолюдською цінністю ... » [168].

С. Кіркегор [9] (попередник екзистенціалізму) акцентує увагу на внутрішньому житті людини, тим самим робить спробу вийти з філософського розмаїття і висуває принцип суб'єктивності, за яким криється вільний вибір діянь людини в сенсі непередбачуваності результату. Така позиція вченого повернула людині, певною мірою, довіру до себе, персоналізувавши її не в образі Божому, а в якості віри, яку може здобути кожна людина у процесі вибору самої себе. Виміром людського буття, за філософом, є відчай, якого не можна позбутися, оскільки він обов'язково пронизує все людське існування.

Людина, за вченим, повинна глибоко пережити це почуття: «Вибирай відчай: відчай сам по собі є вже вибір... Впавши у відчай, вже вибираєш і вибираєш самого себе...» [9].

Ідеї вченого слугували підґрунтям для зміни предметно-понятійного поля розуміння сутності і природи людини, яка утворилася в ХХ ст., коли філософія стала антропоцентричною і поняття «людина» вперше набуло тлумачення як джерела активності, джерела ставлення до світу і до самого себе [9].

Отже, представники екзистенціальної філософії змістили акцент активності людини в суб'єктивний світ, а довіру до себе «делегували» самій людині. Пошук її сутності змістився в простір людських здатностей, свободи вибору, відповідальності за себе і своє життя.

У цьому сенсі доречним є міркування Д. Фельдштейна про те, що все починається з набуття впевненості (внутрішньої свободи) і ґрунтується на повазі до себе як самодостатньої особистості [18]. Останнє передбачає наявність суб'єктивної установки на самого себе, соціальну готовність та здатність адекватно реалізувати власні прагнення. Впевнена поведінка не

означає придушення агресивних почуттів, вона сприяє редукції агресивної поведінки й зникненню приводів до агресії. Не відчуваючи впевненість у собі, суб'єкт, який приймає рішення, поступається зовнішньому психологічному впливу, тиску і здатний легко відмовлятися від власних принципів, ціннісних орієнтацій і поглядів.

Упевненість у собі, К. Кіннін розглядає як складну, багатокomпонентну якість особистості, розвиток якої визначається здатністю до емпатії, вмінням взяти на себе відповідальність за позитивні чи негативні ситуації в своєму житті; увагу до оточуючих, їхніх інтересів; усвідомленням своїх сильних і слабких сторін характеру.

Як автономну рису характеру, незалежну від зовнішніх впливів і оцінок, здатну самотійно регулювати власну поведінку, визначає впевненість С. Герасіна і пов'язує її з почуттям гідності та самоповагою людини [8].

У нашому випадку представляє інтерес визначення В. Висоцького, як певний стиль поведінки, що має конкретні ознаки. Як процес, що, супроводжує спільну діяльність, яку її учасники визначають для себе як суб'єктивно складну, через внутрішні переживання, пов'язані із «важко» і «складно» [5].

К.Роджерс [19] впевненістю у собі розуміє як довіру своєму життєвому досвіду, і виділяє впевненість як важливу умову конструктивної самоактуалізувальної поведінки людини. Інший ракурс розуміння «впевненості» розкрив В.Ромек [16]. Він указав на те, що впевненість-невпевненість є змінними та ситуаційно залежними проявами, що характеризуються: як страх бути знехтуваним; заниженою самооцінкою; нераціональними переконаннями; зайвим прагненням «дотримуватися пристойності»; відсутністю навичок вираження почуттів – «невпевненості» і «впевненості у собі», що виявляється як загальне позитивне когнітивно-емоційне ставлення до власних навичок. Когнітивний компонент впевненості, на думку В.Ромека [16], є близьким за змістом до концепта

«віри в ефективність (А.Бандура [13]); емоційний компонент може бути визначений як сором'язливість та ініціативність у соціальних контактах. Тут асертивність виступає як якість особистості, завдяки якій долаються труднощі у спільній діяльності, і які визначають подальші її успішні кроки. Щоб стати успішним і впевненим зорієнтуємось на настанови У. Джеймса: «поводьтеся так, ніби ви і справді успішна та впевнена людина, зберіть всю свою волю для досягнення цієї мети, і тоді, прояви невпевненості і неуспішності поступляться місцю поривам успіху і впевненості» [66].

У дослідженнях А. Прихожан зроблено спробу віднайти точки дотику між поняттями «асертивність і впевненість». За вченою ними є: «їх зміст, який перетинається майже повністю». Можна було б цим обмежитися, вважає авторка, оскільки його значення достатньо чітко визначають поведінкові дії і вчинки людини» [170]. Однак, за межами них залишаються такі важливі якості особистості як прийняття себе, адекватна самооцінка, відповідальність за власні рішення та життя в цілому, турбота про своє «Я» як духовне, так і фізичне, задоволеність собою та своїм життям, доброзичливість, спокій та самодостатність, які так само мають спільні ознаки.

Підтвердження цьому віднаходимо у працях Р. Фріча, який під асертивністю розуміє не тільки впевнену людину, яка відповідає за власну поведінку, свої вчинки, а й приймає на себе відповідальність за них [28; 37].

Психологіки Г. Фенстерхейм і Дж. Бейер визначають асертивну особистість, як таку, що має чотири характеристики:

1. Людина вільно висловлює свої думки і почуття. За допомогою слів і дій вона каже: «Це – я. Це те, що я думаю, відчуваю, бажаю»
2. Людина може спілкуватися з людьми на всіх рівнях: з незнайомими людьми, друзями, родинами. Це спілкування завжди відкрите, чесне, пряме, адекватне;
3. Кожна людина має активну орієнтацію в житті. Вона досягає того, що бажає.

4. Дії людини характеризуються самоповагою. Така людина приймає обмеження в певній ситуації, і її дії спрямовані на підтримку самоповаги [28].

Йдеться про те, що ми відповідальні за свою власну поведінку і не маємо права звинувачувати інших людей за нашу реакцію на їх поведінку.

Віддзеркалення таких поглядів віднаходимо в поведінкових ситуаціях повсякденної взаємодії із самим собою та іншими суб'єктами взаємодії (Ю. Хабермас і К.-О. Апель). Суб'єкт, який приймає рішення, поступається зовнішньому психологічному впливу, тиску і здатний легко відмовлятися від деяких власних принципів, ідеалів, ціннісних орієнтацій і поглядів, тобто проявляти конформність. Таким чином, асертивність супроводжує процес критичності, що багато в чому вказує на когнітивний характер цього психологічного утворення.

Підтвердження цієї тези знаходимо в працях А. Бандури, де «ядром асертивності» є самоефективність, яка визначається як усвідомлена здатність особистості володіти собою в різних ситуаціях. Висока самоефективність, або усвідомлення себе як такого, що здатний домогтися успіху, призводить до очікуваного успіху, який ще більше підкріплює самоефективність. І навпаки – низька самоефективність, і пов'язані з нею очікування неспіху, зайва критичність і самоїдство, призводять до невдачі, яка ще більше знижує самоповагу. Люди з низькою самоефективністю «більш схильні до уявного подолання невдалого сценарію і зосереджується на тому, що все буде погано.

Нездатність досягти успіху послаблює мотивацію і заважає вибудувати адекватну поведінку» [13]. Погоджуємось із думкою вченого і робимо висновок про те, що така поведінка призводить до підвищеного рівня невдоволення життям, нездатності планувати власне майбутнє, появи соціального страху.

Відповідь на існування цього феномена знаходимо у дослідженнях Д.Вольпе. Конкретизувавши теорію умовно-рефлекторного механізму виникнення нових страхів, учений зробив припущення, за яким істотну роль у невротичних порушеннях поведінки людини можуть відіграти емоційні

процеси, які переживаються нею в певних ситуаціях. За його спостереженнями, людина не в змозі висловити або продемонструвати свої почуття, оскільки останні приховані тривожністю, що призводить до невпевненості. Виникнувши одного разу, соціальний страх міцно асоціюється з певними ситуаціями й підкріплює себе. Підвищена тривожність і невпевненість в собі сприяють дезадаптації людини в соціальному середовищі; служать причиною порушень міжособистісних відносин в групі; спричиняють відхилення від сталих форм поведінки.

Зауважимо, що у дослідників із проблем асертивності спостерігається тенденція описувати таку поведінку через деякий набір прав особистості, яких повинна дотримуватися у своїй поведінці асертивна людина. З точки зору американського психолога М. Дж. Сміта, автора тренінгу впевненості в собі [23], асертивна людина характеризується як така, що добре знає свої права, вибудовує стратегію своєї поведінку з опорою на них і, за необхідності, може їх відстояти. При цьому, така людина розуміє, що оточуючі мають також самі права і будують взаємовідносини на їх ґрунті.

Не апелюючи до поняття асертивність, у філософа П.Тілліха знаходимо міркування, які не втратили сенс для нашої доби, і якими можна пояснити стан неусвідомленої тривоги людей в сучасних умовах їх проживання. Відсутність упевненості людини в своєму становищі тепер і в майбутньому, доводить учений, призводить до появи базової невпевненості, і як наслідок, веде до розвитку онтологічної тривоги і різних форм невротичного страху. Згодом, ідеї вченого знайшли підтвердження у психологічних теоріях, в яких відстежується намагання вчених дослідити природу виникнення різного роду невпевненості (А.Адлер, З.Фройд, Д.Абрам, Г-С.Салівен, О.Феніхель, К.Хорні та ін.) [14].

Протиставляючи себе клінічному психоаналізу і біхевіоризму, представники гуманістичної психології не вжили поняття «асертивна поведінка» експліцитно, але імпліцитно вона представлена в працях Р. Алберті, М. Еммонса, Г. Лінденфілда, М. Мольца, К. Тернера, Т. Харріса й

ін. Їх увага зосереджена на вивченні невротичної особистості, яка перебувала в центрі дослідницьких викликів початку ХХ століття. Людина розглядалася ними як істота з інстинктивними й інтрапсихічними конфліктами, а в якості керуючих чинників поведінки виділяли несвідомі та ірраціональні сили. За представниками біхевіоризму, людина характеризувалася як слухняна і пасивна жертва навколишнього середовища. В якості основних формувальних блоків виступали навчання і досвід [13].

Про передумови соціальної характеристики особистості вперше заговорив А. Маслоу. Він підкреслював, що «біологічна, внутрішня природа людини не містить вродженого, первинного зла. Вона скоріше добра або нейтральна, чим погана» [131]. Свої міркування вчений обстоює тим, що «людиною рухає спочатку задана людська потреба росту і потреба творчості» [13]. Потреби зростання і творчості можна порівняти з прагненням до самостійності і самоствердженням. Отже, вроджена потреба до самоствердження дозволяє нам говорити про асертивність як про передумову здорової особистості.

Формуючись, сверджує Б. Братусь, особистість проходить нормальний або аномальний шлях свого розвитку. За вченим, «нормальність або аномальність особистості залежить від того, чи сприяє її позиція прилученню до родової людської сутності, чи навпаки, роз'єднує із цією сутністю, ускладнює зв'язки із нею» [34]. При цьому автор зауважує, що власне, стати особистістю – означає:

- по-перше, зайняти певну життєву (міжособистісну, моральну) позицію;
- по-друге, достатньою мірою її усвідомлювати і нести за неї відповідальність;
- по-третє, стверджувати її своїми вчинками.

Науковець зауважує на суб'єктивності виявлення життєвої позиції, її пристрасності, але водночас – її об'єктивному значенні для суспільства, оскільки вона уособлює одночасно продукт і причину суспільних зв'язків та

відношень. У такому розумінні особистісна позиція у всіх варіантах ставлень до світу, людей та до себе, обумовлена динамічними процесами, характеризується рівнем моральності. У разі усвідомленості така позиція є особливо міцною – у такому випадку в поведінці людини виявляються її особистісні цінності, що дає можливість визначати її головні характеристики, її стрижень.

Узагальнюючи наведене вище дає підстави для висновку про особистісну позицію, яка формується через освоєння людиною відповідного типу стосунків через їх осмислення, оцінювання, і, нарешті, – формування на цій основі ставлення до навколишньої дійсності й до себе у цій реальності.

Таким чином, якщо опиратися на гуманістичну психологію, то асертивність розглядається ними як якість особистості, як здатність бути самим собою, де під цією «самістю» розуміється біологічна основа людської природи, виражена в потребах Росту і Розвитку.

Інше розв'язання цього питання віднаходимо у А. Солтера, основоположника концепції асертивності ( 50-х – початок 60-х років ХХ), що увібрало в себе ключові положення (зокрема, протиставлення самореалізації і бездушного маніпулювання людьми), а також трансактного аналізу [25].

Ґрунтуючись на працях І. Павлова, вчений прагнув віднайти фізіологічні, органічні причини загальмованості і скутості людини і дати пояснення такому явищу як «невпевненість». З позиції практичного психолога, вчений намагався довести, що в їх основі закладено процеси збудження і гальмування, перебіг яких у корі головного мозку особливим способом впливає на поведінку людини. Переважання процесу гальмування над збудженням робить людину неуважною і переляканою. Такі люди страждають від «затримки емоційного вираження», «роблять те, до чого не мають бажання, або не хочуть робити» [18].

І навпаки, коли настає переважання гальмування – людина стає емоційно вільною, що дає їй змогу проявляти спонтанні реакції, розумне виявлення емоцій, здатність прямо говорити про свої бажання і вимоги.

Такий тип людей Е. Солтер описав як «прямодушний», тобто такий, що ... «швидко відгукується на зміни в своєму середовищі, що здатний приймати рішення і брати на себе відповідальність» [25]. Змінюючи звичну для пацієнта депресивну поведінку, яка пов'язана з переважанням процесів гальмування, можна сформувати новий стиль поведінки, який стане «природним» для людини за рахунок посилення процесів збудження. Таку поведінку вчений назвав асертивною. Отже, процеси «збудження-гальмування», їх виявлення, створюють уявлення про присутність або відсутність вродженої асертивності у людини, а отже її поведінки. Цим самим Е. Солтер показав, що асертивність як якість особистості піддається корекції або, інакше кажучи, може формуватися.

М. Брух визначає чинники, за яких здійснюється формування асертивної поведінки: знання власних прав та обов'язків; 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, завойовувати прихильність, звертатися за порадою чи допомогою до людей; спроможність укладати компромісні рішення; встановлювати ділові контакти та партнерські відносини [27].

К. Келлі, І. Крістофф, Е. Круковіч, А. Ланге, В. Ромек та ін. особливий акцент надавали формуванню прийомам власної поведінки або власної позиції. За їх переконаннями, «асертивна поведінка» – не стільки важливе особистісне утворення суб'єкта, що дозволяє пристосовуватися до умов, які змінюються, скільки 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; можливість прогнозувати системоформувальну роль асертивності в структурі особистості суб'єкта адаптації і її істотну роль у саморозкритті особистості в особливих умовах життєдіяльності; визначенні

асертивності як суб'єктної властивості особистості, що інтегрує ініціативу й готовність до ризику у важких життєвих ситуаціях, 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 [19].

Отже, йдеться про те, наскільки поведінка людини визначається її власними схильностями і спонуканнями, а наскільки – нав'язаними установками від інших. Це засвідчує відмову від опори на чужі думки і оцінку, культивування спонтанної поведінки відповідно до своїх власних настроїв, мотивів й інтересів [26].

Д. Майерс інтерпретує цей стан як наявність самоповаги і поваги до інших людей, що є основною складовою асертивної поведінки і наголошує: люди, які недооцінюють себе, схильні недооцінювати й інших».

Зроблений вченим висновок становить інтерес для розкриття такої грані особистості, яка вказує на взаємозв'язок асертивної поведінки з міжособистісною якістю. Зауважимо, що на цю особливість звернув увагу Е. Солтер і розглядав її як конструктивний спосіб міжособистісної взаємодії на противагу поширеним раніше деструктивним способам, таким як, маніпуляція і агресія [25].

## **1.2 Асертивність як особистісна риса**

Асертивність - термін, запозичений з англійської мови, де він виступає похідним від дієслова *assert* - наполягати на своєму, стверджувати, відстоювати свої права. В російську мову (точніше – в лексикон російських психологів) термін проник в середині 90-х, після публікації популярної книжки чеських авторів В. Каппоні і Т. Новака «Як зробити все по-своєму» (в оригіналі - «Асертивність - в життя»). Чеські автори самі запозичили це

слово з англійських джерел, а перекладач з чеського на російський завершив впровадження заокеанського терміну в європейську наукову мову.

Як і в безлічі подібних випадків, слово, використане для визначення психологічного феномена, придбало більш певне і специфічне значення, ніж в буденній, побутовій лексиці. Термін асертивність – це особистісна риса, яку можна визначити як автономію, незалежність від зовнішніх впливів і оцінок, здатність самостійно регулювати власну поведінку.

Таким чином, цілком виправдано переважна більшість вчених корелюють термін асертивність з іншим поняттям – впевненість у собі.

Концепція асертивності та, відповідно, асертивної поведінки, сформувалася в кінці 50-х - початку 60-х років ХХ століття завдяки науковим працям американського психолога А. Солтера. І ввібрала в себе ключові положення, поширеної на той час, гуманістичної психології (зокрема, зіставлення самореалізації і бездушного маніпулювання людьми), а також трансактного аналізу.[ 11;98]

Розглядаючи дану концепцію, помітно її вторинність по відношенню до ідей Еверетта Шострома, автора знаменитої книги «Анти-Карнегі», а також до теорій комунікативних ігор і життєвих сценаріїв Еріка Берна.

Помітна також перекличка ідей Солтера з деякими принципами гештальт-терапії ("Я існую не для того, щоб відповідати твоїм очікуванням; ти існуєш не для того, щоб відповідати моїм очікуванням"). [14;23]

У вітчизняній психології основними джерелами по психології асертивності виступають перекладені з чеського книги Каппоні і Новака та логічно з ними пов'язані роботи Шострома, Берна і Перлза.

У теорії Солтера асертивна поведінка розглядається як оптимальний, найконструктивніший спосіб міжособистісної взаємодії на протигагу двом найпоширенішим деструктивним способам - маніпуляції і агресії.

Традиційні механізми соціалізації мимоволі формують вразливість людини перед всілякими маніпуляціями з боку інших людей. Людина схильна до зовнішніх впливів, а оточуючі часто зловживають цим,

маніпулюючи нею в своїх корисливих цілях. Стикаючись з неприйнятними вимогами, людина не знаходить сил ним суперечити і підкоряється, всупереч своїм власним бажанням і установкам. А власні вимоги і потреби вона, навпаки, часто не наважується навіть виказати.

Постійно звіряючи свої бажання і вчинки з чужими очікуваннями і оцінками, людина соромиться своїх почуттів та бажань, боїться показати свою справжню сутність не прикрашену відповідністю до соціальних очікувань .

Намагаючись подолати незручність такого положення, людина сама мимоволі вчиться маніпулятивним прийомам, вчиться відповідати агресією на агресію або на просте на критику, навіть справедливу.

Якщо така тактика і дає ефект, то лише тимчасовий і за великим рахунком є ілюзорною, оскільки не збагачує, а навпаки - обідняє людину як в плані міжособистісних відносин, так і в плані внутрішнього особистісного комфорту.

Формування асертивності як особистісної риси в першу чергу передбачає те, щоб людина усвідомлювала, що в її поведінці є результатом власного вибору, а що є результатом маніпуляцій оточуючих її людей.

Ця процедура багато в чому схожа з сценарним аналізом Берна, тобто, по термінології Берна, вимагає усвідомити, ким і коли прописані основні лінії сценарію вашого життя, а також чи влаштовує вас цей сценарій, а якщо ні - то в якому напрямку сліду його коректувати. Часто виявляється, що людина знаходиться у " полоні " чужих установок, і від цього несвідомо відчуває дискомфорт у процесі міжособистісної взаємодії у всіх сферах свого життя.

Людині пропонується не тільки взяти на себе головну роль у сценарії власного життя, але і фактично переписати сценарій і виступити режисером всієї постановки. [9; 13-14]

У сфері міжособистісних стосунків асертивність припускає відмову від опори на чужі думки і оцінки, культивування спонтанної поведінки відповідно до своїх власних настроїв, бажань і інтересів.

У концепції асертивності існує певний перелік положень, що являють собою певну основу багатьох тренінгів впевненості у собі та асертивності:

Ви маєте право самі судити про свою поведінку, думки і емоції і несете відповідальність за їх наслідки.

- Ви маєте право не давати ніяких пояснень і обґрунтувань стосовно вашої поведінки.

- Ви маєте право самі вирішувати, чи відповідаєте, і якою мірою, за проблеми оточуючих Вас людей.

- Ви маєте право змінювати свої погляди.

- Ви маєте право помилятися, і відповідати за свої помилки

- Ви маєте право сказати: «Я не знаю».

- Ви маєте право не залежати від доброї волі інших людей

- Ви маєте право на нелогічні вчинки.

- Ви маєте право сказати: «Я тебе не розумію».

- Ви маєте право сказати: «Мене це не хвилює».

З одного боку, підкупує позитивна спрямованість цих принципів на звільнення людини від чужих установок, нав'язаних корисливими маніпуляторами, від помилкових авторитетів, безглузвих ритуалів і обтяжливих умовностей соціуму.

З другого боку, не може не насторожувати проповідь індивідуалізму, яка може бути сприйнята буквально, і існує ризик розвитку самовпевненості, егоїстичності, не сприйняття конструктивної критики, авторитету інших людей [9; 36-37].

### **1.3 Асертивна поведінка як конструктивний спосіб міжособистісної взаємодії**

Асертивна поведінка – спосіб дій, при якому людина активно і послідовно захищає свої інтереси, відкрито заявляє про свої цілі і наміри, але поважає при цьому інтереси оточуючих. Асертивна поведінка, як система певних вчинків та поведінкових реакцій являє собою реалізацію того рівня асертивності, який присутній у людини. Тому існує певна неоднозначність тлумачення асертивної поведінки та асертивності. Деякі автори їх ототожнюють, інші науковці схильні дотримуватись тієї думки, що асертивна поведінка є вторинним поняттям стосовно асертивності.

Правильніше було б розрізнити ці поняття. Під асертивністю слід розуміти властивість особистості, її схильність поводитися так, щоб досягнути своїх цілей компромісно.. Асертивна ж поведінка - це реалізація даної властивості в конкретній поведінці людини.[17;218]

Традиційно асертивну поведінку описують через певний набір положень, яких дотримується асертивна людина у своїй поведінці. М. Дж. Сміт розглядав асертивну поведінку наступним чином:

З погляду прав особистості - людина обізнана у переліку своїх власних прав, користується ними і, при необхідності, захищає свої права. В той же час асертивна людина визнає те, що оточуючі мають такі ж права, і прагне будувати взаєностосунки з ними без порушення їх прав.

У разі виникнення дисбалансу «мої права - чужі права» поведінка стає пасивною або агресивною. Якщо розглядати стилі поведінки в межах трансакційного аналізу( Е. Берн), то отримуємо наступне:

Стан «Батько»: людина міркує так само, як звичайно міркував один з його батьків (вихователів, керівників), реагує так, як прореагував би він. Завдяки Батькові, багато реакцій давно стали автоматичними, що допомагає зберегти велику кількість часу і енергії. Люди часто діють за певним поведінковим стереотипом, діють наступним чином, тому що «так прийнято

діяти». Це звільняє Дорослого від необхідності приймати безліч тривіальних, складних рішень, але утруднює процес схвалення точки зору іншої людини. Поведінка Батька описується формулою «Так треба», «Я знаю, як треба».

Стан «Дитина»: людина реагує так само і з тією ж метою, як це зробила б маленька дитина. Дитина не завжди замислюється про наслідки своїх дій, та поведінки в цілому, для себе і для інших людей і керується формулою «Я хочу».

Стан «Дорослий»: людина самотійно, об'єктивно оцінює ситуацію, в неупередженій формі висловлює свою думку, формулює свої проблеми і робить висновки. Людина обробляє інформацію і обчислює певний рівень вірогідності, який потрібен, щоб ефективно взаємодіяти з оточуючими та навколишнім світом. Дорослий усвідомлює свої цілі, емоції і бажання, і в змозі управляти ними.

Формула поведінкової дії для дорослої людини: «Я вибираю», «Я вважаю за краще». [17;211-212]

Асертивна поведінка - це відносини на рівні Дорослий -Дорослий, тобто асертивний. Людина сприймає і поводить як дорослий, плюс так само сприймає об'єкту міжособистісної взаємодії.

Асертивний стиль поведінки є ефективним у міжособистісній взаємодії як для трудової діяльності так і в особистісному спілкуванні. Цей стиль дозволяє знаходити взаємоприйнятні рішення і зберігати конструктивні стосунки навіть в дуже складних конфліктних ситуаціях . Складнощі із застосуванням асертивності пов'язані з тим, що навички такої поведінки вимагають серйозної підготовки і практики, оскільки для більшості людей більш звичні інші стилі спілкування та взаємодії.

Можна сказати, що асертивність має на увазі три компоненти:

1. Здатність захищати й відстоювати власні права й інтереси
2. Здатність формулювати й відстоювати власну думку, навіть якщо це сполучено з якими-небудь труднощами
3. Здатність вільно виражати свої почуття й емоції

## РОЗДІЛ 2. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ПСИХОЛОГІЧНИХ ОСОБЛИВОСТЕЙ РОЗВИТКУ АСЕРТИВНОСТІ КУРСАНТІВ У ПРОЦЕСІ ФАХОВОЇ ПІДГОТОВКИ

### 2.1 Соціально-психологічний зміст і структура асертивної поведінки професійного становлення курсантів у процесі фахової підготовки

У соціально-психологічних трактуваннях поняття «асертивна поведінка» розглядається як один із найважливіших і суттєвих моментів, необхідних для досягнення індивідуально поставленої мети в життєдіяльності колективу або малої групи [5]. Останнє, за В. Шпалінським, має вияв через уміння оптимально реагувати на зауваження, справедливу та несправедливу критику і рішуче говорити собі та оточуючим «ні», коли цього потребують обставини.

Здатність сказати «ні», тобто проявити вольові якості, означає за А. Анцуповим, Д. Бокум, С. Гінзером, Г. Крайгомом, А. Шипиловим й ін., відстоювати і захищати свої інтереси та права. Це поведінка, за якої досягається взаємний баланс інтересів, а використовувані засоби допомагають ухваленню вигідного рішення [181]. Тобто такого, коли досягається мета і не порушуються права інших людей.

Зауважимо, що це не означає придушення агресивних почуттів, а навпаки, сприяє редукції агресивної поведінки й зникненню причин для агресії.

Люди з асертивною поведінкою характеризуються незалежністю і самодостатністю, що проявляється в різних життєвих сферах, але найочевидніше – у сфері міжособистісних стосунків, у ситуаціях спілкування.

Серед них:

- здатність вільно виражати свої думки, почуття;

спілкування на усіх рівнях (незнайомими, друзями, сім'єю. Воно завжди відкрите, чесне, пряме і адекватне);

активна орієнтація у житті (домагання бажаного, здатність впливати на події);

самоповага.

Асертивна поведінка не завжди веде до досягнення мети, однак цілі посилюють позитивну оцінку властивостей особистості для її досягнення. У такому варіанті говорять про ознаки, які характеризують асертивну поведінку

особистості у :

цілеспрямованості;

орієнтованості на подолання перешкод, а не на переживання;

гнучкості, адекватності реакцій на обстановку, що швидко змінюється;

соціальній зорієнтованості, спрямованості на конструктивні стосунки з оточенням;

поєднанні спонтанності з можливістю довільної регуляції;

наполегливості, що не переходить в агресію;

спрямованості на досягнення успіху, а не на уникнення невдач.

Характеристику особистості, яка не володіє, чи частково володіє здатністю до асертивної поведінки, складають:

сором'язливість;

уникнення прямого погляду, опущеність голови;

пасування перед будь-яким тиском тощо.

За такої поведінки людина відходить від прямого обговорення проблеми, схильна говорити про свої бажання і потреби в непрямій формі, пасивна, не готова прийняти пропозицію партнера. Невпевненість може проявлятися і в агресії – через крик, образу, розмахування руками, підозру, вимогливість і ворожість, намагання покарати іншу людину тощо. Тоді говорять про особистість з агресивним переважанням поведінки.

Таким чином, характерною особливістю асертивної поведінки є адекватна оцінка своєї відповідальності; невпевненої – прийняття відповідальності на себе; агресивної – перекладання на інших.

Сучасний підхід розуміння сутності поняття «асертивна поведінка» як соціального феномена, представлено у дослідженнях Р. Ануфрієвої, Г. Балла, Є. Головахи, О. Донченка, І. Кона, Л. Подоляк, М. Савчина, О. Саннікова, О. Саннікової, В. Семиченко, Л. Сохань, В. Татенка, Т. Титаренко, О. Хохлової й ін. Учені розглядають її в контексті життєвих смислів і роблять акцент на необхідності підвищення суб'єктності життєдіяльності, навчання молодих людей вмінню розпоряджатися своїм життям, робити його предметом власної свідомості та волі, здатності долати труднощі [12; 98; 201; 206; 220; 224; 236].

За такої характеристики асертивна поведінка набуває здатності бути незалежною від зовнішніх впливів і оцінок. Тому її доцільно розглядати як таку, що самостійно регулює власну поведінку [236].

У дослідженнях учених асертивність представлена як системна різнорівнева властивість особистості, що виявляється у високому ступені прийняття себе та інших, спонтанності та безпосередності поведінки, позитивній самооцінці та оцінці інших людей, прийнятті на себе відповідальності, вірі у власний авторитет, здатності до налагодження тісних і глибоких міжособистісних стосунків. Автори визначають якісні характеристики асертивності. Наведемо їх:

- афективна (емоційна): нервово-психічна стійкість, прийняття себе, інших, спонтанність емоційних реакцій, почуття міри, відсутність тривоги, почуття впевненості;

- когнітивно-сенсова: адекватна орієнтація в соціальній ситуації та адекватність її оцінки, здатність передбачити результати власної поведінки, здатність дозволяти собі мати запити та вимоги, здатність орієнтуватись у соціальних очікуваннях, усвідомлення потреби у досягненні мети;

- поведінкова: готовність до дій, спрямованих на досягнення мети без поправання прав інших людей, конструктивна агресивність, здатність керувати своїм життям;

- контрольно-регулятивна: відповідальність за свої вчинки, наполегливість у захисті своїх прав, самостійні дії, обстоювання своєї думки, навіть у критичних ситуаціях

Розкриваючи сутність поняття «асертивна поведінка» та вказуючи на її переваги, В. Каппоні немовби робить застереження – протипагу двом деструктивним стратегіям – маніпуляції і агресії. Свої міркування обґрунтовує тим, що традиційні механізми соціалізації особистості формують у неї досить вразливу маніпуляційну позицію з боку інших людей. Людина виявляється занадто схильною до зовнішніх впливів, тому дуже часто навколишні маніпулюють нею у своїх корисливих цілях, навіть всупереч своїм власним бажанням і установкам, які навіть не наважуються висловити [84].

Маніпулятивна поведінка, за вченим, є протилежною до асертивної. Метою її є – домогтися бажаного, при цьому не враховуючи інтереси інших.

Маніпуляція характеризується:

- незрозумілістю й нечіткістю вираження своїх думок і прохань;
- використанням емоційно забарвлених аргументів, коли наголошується на моральних чи інших цінностях, в які повинні переконати, який дотримується таких поглядів, до згоди;
- прагненням перекласти відповідальність за розвиток і наслідки подій на жертву.

На відміну від маніпулятивної поведінки, асертивна – характеризується обстоюванням своїх прав без порушення прав інших людей. А саме:

- пояснювати свою поведінку, думки та емоції;
- нести відповідальність за наслідки; оскільки все, що відбувається у житті людини, залежить тільки від неї самої і ні від кого іншого;
- не давати ніяких пояснень, які виправдовують її поведінку;

- самій приймати рішення, за що і якою мірою вона є відповідальна;
- змінювати власні погляди, при чому не тільки під тиском обставин, а тому, що їй просто це подобається;
- робити помилки і відповідати за них;
- сказати: «я не знаю» (точка зору, згідно з якою людина здатна розібратися в собі самій і може дати відповідь на будь-яке питання, що стосується нюансів її поведінки, є соціальним міфом);
- не залежати від доброї волі інших людей, не бути зобов'язаним всім бути «добрим»;
- сказати: «я тебе не розумію»; не мати зобов'язання перед іншими, вгадувати і виконувати їх бажання;
- сказати: «мене це не хвилює», маю право не бути згідним з уявленнями інших, про те, що є добре і допустиме, а що ні [84, с. 68].

З одного боку, зауважує В.Каппоні, бачимо вияв позитивної спрямованості на звільнення людини від чужих установок, нав'язаних маніпуляторами, авторитетами, умовностями соціуму чи ритуалу. З іншого – така поведінка не може не спричинити вияв індивідуалізму, який, по суті, сприймається буквально, оскільки існує ризик розвитку самовпевненості, егоїстичності, несприйняття конструктивної критики, авторитету інших людей тощо [84].

Значущою стороною цього процесу є дотримання особистістю морально-етичних норм поведінки, що забезпечує здатність адекватно сприймати індивідом певну соціальну роль. Питання, що характеризують рівень моральних норм індивіда, відбивають дві основні особливості процесу соціалізації і соціальної адаптації особистості:

- сприйняття морально-етичних норм поведінки;
- ставлення до вимог безпосереднього соціального оточення.

А. Лазарус виділив чотири найважливіші правила поведінки, які дають можливість адаптуватися в соціальному середовищі і, які, за своєю сутністю, визначають поняття «асертивна поведінка». Це такі, як:

- сказати «ні»;
- відкрито говорити про почуття і вимоги;
- встановлювати контакти, починати і закінчувати бесіду;
- відкрито виражати позитивні і негативні почуття [252].

Наведене вище визначає не тільки поведінкові дії, а й містить когнітивні й комунікативні особливості особистостей, які знаходяться в соціальному оточенні, і їх діяльність пов'язана з умінням вибудовувати стосунки з іншими людьми, а отже – діяти асертивно.

Зміст таких стосунків не завжди має асертивний характер, стверджує С. Медведьєва [133]. Він може бути й агресивним або пасивним. У такому варіанті асертивна поведінка особистості виключає пасивність і агресію, що дозволяє іншим приймати за неї рішення, навіть якщо вона знає, що згодом буде про це жалкувати, чи відчувати себе безпорадною чи безправною.

Агресивна людина характеризується тим, що порушує права інших, нав'язуючи їм свою волю, принижуючи їх і ображаючи особистісну позицію.

За такої поведінки нівелюється поняття взаємної шани, оскільки має на увазі задоволення потреб агресора за рахунок утрати самоповаги тими, на кого спрямована ця агресія. Отже, агресивна поведінка викликає оборону і спричиняє у відповідь також агресивну поведінку.

Пасивна поведінка – це прийняття «чужих» умов без урахування власних потреб і бажань.

Асертивна поведінка являє собою взаємодію особистостей на основі поваги, що надає можливість досягти бажаного результату [62; 144].

Враховуючи те, що асертивна поведінка – це здатність, яка набувається, відповідно, асертивна особистість характеризується – здатністю визначати мету, контролювати свої дії та вчинки, не піддаватися швидкій маніпуляції та емоційному тиску з боку інших осіб [204]. Останнє, зауважує вчена, не означає ігнорування інших, а навпаки – включає їх в різні аспекти соціалізації з метою побудови власного стилю взаємодії [203, с. 81].

Отже, асертивна поведінка – це особистісне утворення, реалізація властивості особистості в конкретній поведінці людини, її схильності поводитись певним чином у досягненні своїх цілей; це спосіб дій, за якої людина активно і послідовно відстоює свої інтереси, відкрито заявляє про свої цілі і наміри, поважаючи при цьому інтереси оточуючих.

Отже, міждисциплінарне вивчення поняття «асертивна поведінка» сприяє більш глибокому розумінню її сутнісних характеристик й окресленню основних підходів щодо її інтерпретувань:

- як автономної, незалежної від зовнішніх впливів і оцінок;
- такої, що не діє на шкоду іншим, поважає чужі права, при цьому з повагою ставиться і до себе самої;
- що самостійно регулює власну поведінку [3];
- 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 [58];
- здатності слухати, розуміти і намагатися досягти ділового й професійного компромісу [205].

## **2.2 Методика й організація дослідження психологічних особливостей розвитку асертивності курсантів**

Теоретичний аналіз проблеми асертивної поведінки курсантів у їхньому професійному становленні показав наявність низки чинників, що обумовлюють досліджуваний процес. Чинники виявлення асертивної поведінки умовно можуть бути зведені до соціально-економічних, соціально-психологічних, психолого-педагогічних та індивідуально-особистісних.

Мета та основні завдання дослідження визначили напрям та структуру емпіричного дослідження асертивної поведінки у професійному становленні курсантів. З'ясування досліджуваної якості можливе лише за умови побудови спеціальної програми емпіричного вивчення та визначення тих параметрів, які б відображали ціннісно-мотиваційні, когнітивні, рефлексивно-оцінні, регулятивні структурні компоненти, за якими визначалася асертивна поведінка курсантів. Добір комплексу методик, спрямованих на вивчення асертивної поведінки, здійснено відповідно до виокремлених нами компонентів. При цьому враховувалися основні психометричні вимоги до психодіагностичного інструментарію, а також можливість його застосування для групової форми проведення.

Більшість із зазначених нами методик покладено в основу пілотного дослідження. При доборі відповідних методів та психодіагностичних методик з вивчення асертивної поведінки курсантів у процесі професійного становлення ми керувалися такими специфічними вимогами щодо інструментарію дослідження:

- обраний інструментарій повинен описувати внутрішню реальність включено, а не дистанційовано, реконструювати суб'єктивну картину уявлень досліджуваних;
- визначати здатність до розкриття механізмів асертивності, вивчати суттєві характеристики, очікувані результати;
- бути уніфікованим у технічному плані, що дозволило б опитати значну кількість досліджуваних та піддавати отримані дані математичній обробці.

Як наслідок, нами були обрані саме ті методики, які найбільшою мірою відповідали вказаним вимогам.

Таким чином, емпіричне дослідження охоплювало три основних етапи:

1. Здійснення пілотажного дослідження з метою вивчення асертивної поведінки студентами-психологами. Для реалізації цього завдання було проведено анкетування, мета якого полягала у виявленні знань студентів про

досліджуваний феномен та його роль у навчальній діяльності, зокрема у професійному становленні.

2. Констатувальний експеримент. На цьому етапі діагностували особливості асертивної поведінки курсантів у процесі їхнього професійного становлення на основі визначених емпіричних показників за допомогою підбраного нами комплексу психодіагностичних методик.

3. Формувальний експеримент. Цей етап дослідження передбачав розробку та впровадження програми соціально-психологічного супроводу.

Розглянемо використані у дослідженні діагностичні методики детальніше.

На першому етапі дослідження нами визначались психологічні особливості курсантів на різних етапах навчання (перший і четвертий курси). Для цього використовувалась методика діагностики типу спрямованості особистості практичного психолога Т. Данилової [63], за якою виявлялись чотири типи спрямованості.

Дослідження ціннісно-мотиваційного компонента асертивної поведінки ґрунтувалося на результатах опитувальника Т. Данилової [63], і включало діагностику типів спрямованості особистості:

□ гуманістична, за якої цілі, інтереси й потреби інших людей набувають провідної цінності для майбутнього психолога;

□ екзистенціальна, за якої переважаючою цінністю виступає потреба у внутрішній діяльності, що характеризується високим рівнем самоаналізу, прагненням до самовдосконалення і самореалізації.

□ прагматична, що зосереджує особистість на плануванні професійної діяльності та досягнення успіху в ній; вид спрямованості, за якого системою домінувальних потреб є планування професійної діяльності та успіхи в ній.

□ егоцентрична, за якої цілі, інтереси, потреби особистості мають, переважно, егоїстичний характер і посідають центральне місце в ієрархії цінностей.

Високий рівень ціннісно-мотиваційного компонента визначався в разі переважання гуманістичної та екзистенційної спрямованості; низький – егоїстичної. Усі інші співвідношення показників спрямованості за методикою Т. Данилової віднесено до середнього рівня ціннісно-мотиваційного компонента асертивної поведінки. Така ієрархія цілком відповідає і думці інших авторів [63]. Так, С. Максименко зазначає, що не кожна людина може стати соціальним працівником. Визначальним критерієм є система її духовних цінностей. Ціннісні установки професійного становлення майбутнього психолога у всіх різновидах зводяться до загальнолюдських: поваги, честі та почуття власної гідності людини: унікальності її особистості [117].

Дослідження когнітивного компонента асертивної поведінки ґрунтувалося на результатах авторської анкети, питання якої були спрямовані на виявлення обізнаності досліджуваних психологів щодо сутності, рівнів і чинників асертивної поведінки, а також особливостей її прояву в професійній діяльності психолога та анкети «Асертивна поведінка особистості». Анкета призначена для оцінки асертивності – здібності не діяти на шкоду кому-небудь, поважати права інших людей, але при цьому, не дозволяючи «сукати із себе мотузки» («витирати об себе ноги»).

Бажаної мети асертивна людина досягає, не заподіюючи шкоди навколишнім. Вона домагається свого, не маніпулюючи опонентами за допомогою почуття провини або яким-небудь іншим способом з розряду прийомів емоційного шантажу. Вона уміє схилити інших до надання допомоги або люб'язності; не замикається в собі, отримуючи відмову в тому, на що власне, і не мала права розраховувати. При зіткненні інтересів здатна домовитися і знайти компромісне рішення, яке задовольняє обидві сторони.

Спираючись на підхід С. Медведєвої [13], наприкінці опитування досліджуваним пропонувалося закінчити фразу «Я поводжуся впевнено, якщо...».

Високий рівень когнітивного компонента визначався в разі високого рівня знань за всіма питаннями анкети та чіткого визначення показників асертивної поведінки у заключному незавершеному реченні, низький – у разі відсутності чи низького рівня знань, а також нездатності виокремити обґрунтовані показники асертивної поведінки в незавершеному реченні анкети. Усі інші співвідношення показників було віднесено до середнього рівня когнітивного компонента асертивної поведінки майбутніх психологів.

Рефлексивно-оцінний компонент визначався за методикою М. Куна- Т. Мак-Партланда «Хто Я?» у модифікації Т. Рум'янцевої [20, с. 82–103], після виконання якої досліджувані оцінювали кожну відповідь знаками «+», «±», «-» та «?» , якщо вони не могли вирішити, подобається їм ця риса в собі чи ні.

Особлива увага при цьому зверталася на частоту використання знаку «±», що відповідно до трактування авторів методики говорить про здатність людини розглядати те чи інше явище з двох протилежних сторін: ступінь її врівноваженості; виваженість позиції щодо емоційно значущих явищ. Умовно виокремлюють осіб «емоційно-полярного», «врівноваженого» та «такого, що сумнівається» типів.

До людей емоційно-полярного типу відносяться ті, хто всі свої ідентифікаційні характеристики оцінюють лише як такі, що подобаються чи ні, зовсім не використовуючи при оцінюванні знак «плюс-мінус». Для таких людей характерний максималізм в оцінках, перепади в емоційному стані, щодо них можна сказати «від любові до ненависті один крок». Це, як правило, люди, у яких відносини з іншими людьми залежать від того, наскільки їм людина подобається чи не подобається.

Якщо кількість знаків «±» досягає 10-20% від загального числа знаків, то таку особу відносять до врівноваженого типу. Для них, порівняно з особами емоційно-полярного типу, характерна велика стресостійкість, швидке (мобільне) розв'язування конфліктних ситуацій, здатність підтримувати конструктивні відносини з різними людьми (з тими, які їм

подобаються, і тими, які не викликають особливої симпатії); терпиміше ставлення до недоліків інших людей.

Якщо кількість знаків «±» перевищує 30-40% від загального числа знаків, то таку особу можна віднести до типу, що сумнівається. Така кількість знаків «±» може бути у людини, що переживає кризу в своєму житті, та свідчити про нерішучість як рису характеру: при прийнятті рішення, коли вона довго сумнівається, розглядаючи різні варіанти.

Також бралася до уваги наявність знака «?», який при оцінці ідентифікаційних характеристик говорить про здатність людини переносити ситуацію внутрішньої невизначеності, а отже, побічно свідчить про її готовність до змін. У цілому знаки «±» і «?» застосовують ті люди, які, зазвичай, швидше виходять на рівень самостійного вирішення власних проблем.

Таким чином, досліджуваних було віднесено до високого («врівноважений тип»), середнього («тип, що сумнівається») та низького («емоційно-полярний тип») рівнів емоційної врівноваженості.

Крім того, за вказаною методикою визначався рівень рефлексії, виходячи з того, що досліджуваний з більш розвиненим рівнем рефлексії дає в середньому більше відповідей, ніж з менш розвиненим уявленням про себе (або є більш «закритим»). Отже, про низький рівень рефлексії йшлося, коли за час, відведений на тестування (15 хвилин), досліджуваний майбутній психолог міг дати не більше 8 відповідей, а про досить високий рівень рефлексії – понад 15 різних відповідей на питання «Хто Я?».

Також нас цікавило, співвідношення соціальних ролей і індивідуальних характеристик, таких, як упевненість, відповідальність, довіра, за якими можна визначити, наскільки людина усвідомлює і приймає свою унікальність, а також наскільки для неї є важливою приналежність до певної групи людей.

Відсутність у самоописі індивідуальних характеристик під час зазначення лише соціальних ролей («студент», «перехожий», «виборець»),

«член сім'ї», «громадянин») може свідчити про недостатню впевненість у собі, наявність у людини побоювань у зв'язку з саморозкриттям, виражену тенденцію до самозахисту. Відсутність же соціальних ролей за наявності індивідуальних характеристик може свідчити про яскраво виражену індивідуальність та утруднення в дотриманні правил нормативної поведінки, які визначають ті чи інші соціальні ролі.

Лише баланс соціальних ролей та індивідуальних характеристик, коли особа має чіткі уявлення про свої соціальні ролі і приймає власні індивідуальні характеристики, може сприяти успішному встановленню та підтриманню партнерських взаємин і, відповідно, асертивної поведінки.

Виходячи з цих міркувань, визначалися високий, середній та низький рівні рефлексивно-оцінного компонента асертивної поведінки. Високий рівень визначався в разі емоційної врівноваженості, високого рівня рефлексії та балансу соціальних ролей та індивідуальних характеристик, низький – у разі приналежності досліджуваного до емоційно-полярного типу, низького рівня рефлексії та яскраво вираженого дисбалансу зазначених ним соціальних ролей та індивідуальних характеристик. Усі інші співвідношення показників було віднесено до середнього рівня рефлексивно-оцінного компонента.

Високий рівень професійної ідентичності визначався, коли досліджувані позиціонували себе як психолога на перших місцях списку (оскільки вважається, що ті характеристики, які подає людина на початку списку, найбільшою мірою актуалізовані в її свідомості, і є значущими для неї [10]) і позначали всі характеристики, що стосуються професії психолога, знаком «+».

Середній рівень професійної ідентичності було констатовано, коли досліджувані позиціонували себе як психолога посередині списку характеристик, позначаючи при цьому всі характеристики, що мають відношення до професії психолога, знаком «+».

Низький рівень професійної ідентичності визначався, коли досліджувані позиціонували себе як психолога на останніх місцях списку або ж взагалі не згадували про себе як майбутнього психолога.

Дослідження регулятивного компонента асертивної поведінки здійснювалося за методикою С. Медведєвої «Аналіз і розв'язання професійних ситуацій» [13], спрямованої на виявлення вмінь майбутніх психологів регулювати свою поведінку в асертивний спосіб при розв'язанні 10 проблемних ситуацій професійної діяльності.

Асертивний спосіб регулювання поведінки відповідно до підходу автора визначався за такими показниками:

- 1) об'єктивний опис ситуації та поведінки в ній;
- 2) використання конкретних визначень;
- 3) опис специфічного місця, часу, вчинку, а не припущень про його мотив;
- 4) відкритий вираз почуттів;
- 5) активізація емоцій, що ініціюють досягнення мети;
- 6) спрямованість негативних емоцій на відмову в конкретній ситуації, а не на особистість у цілому.

До показників, що свідчили про відсутність асертивного способу регулювання поведінки, віднесено:

- 1) емоційний опис ситуації без прагнення встановити об'єктивний характер подій;
- 2) використання абстрактних термінів, висловів на кшталт: «увесь час»;
- 3) висловлювання припущень про мотиви вчинку;
- 4) заперечення своїх емоцій і почуттів;
- 5) неконтрольований вибух емоційних реакцій;
- 6) використання докорів, погроз тощо.

Відповідь за кожну ситуацію, в якій демонструвалося вміння регулювати свою поведінку в асертивний спосіб, оцінювалася в 1 бал; частково асертивний спосіб – 0,5 бала; неасертивний спосіб – 0 балів. Рівні

регулятивного компонента асертивної поведінки досліджуваних психологів визначалися за сумарним балом: понад 7 балів – високий; від 3 до 7 – середній, до 3 балів – низький рівень.

Узагальнений показник рівня асертивної поведінки визначався з таких міркувань: якщо всі компоненти знаходяться на низькому рівні розвитку або один з показників – на середньому, то загальний рівень розвитку асертивності трактувався як низький.

Якщо всі компоненти високого рівня розвитку або лише один – середнього, то такі результати співвідносились із високим рівнем асертивної поведінки, який визначався вільним володінням і застосуванням асертивного способу регулювання поведінки за високих провідних показниках компонентів асертивної поведінки.

Якщо констатовано два компоненти високого рівня розвитку, а два – середнього, то загальний рівень розвитку асертивної поведінки оцінювався як вищий від середнього. Цей рівень характеризується наявністю системи показників асертивної поведінки достатнього рівня і прагненням до асертивного способу регулювання поведінки.

Якщо рівень розвитку двох компонентів був низьким, а двох – середнім, то асертивна поведінка визначалася на рівні нижчого від середнього, який відображає наявність недостатньо виражених показників компонентів асертивної поведінки й досить слабкою поінформованістю про показники асертивної поведінки.

Усі інші можливі варіанти оцінювалися як середній рівень асертивної поведінки, що визначається наявністю базових основ асертивної поведінки, проте найбільш характерним є нездатність до асертивного способу регулювання поведінки.

Експериментальна перевірка валідності розробленої нами структури асертивної поведінки та її емпіричних референтів здійснювалася через співвіднесення отриманих результатів із показниками, що були отримані за

шкалою «асертивні дії» методики С. Хобфолла [37; 188], яка спрямовувалась на визначення стратегій поведінки у складних ситуаціях.

В основу методики С. Хобфолла покладено запропоновану автором багатовісьову модель «поведінки подолання». Така поведінка розглядається ним як стратегії, свого роду тенденції, а не як окремі типи поведінки.

Запропонована С. Хобфоллом модель має дві основні вісі: просоціальну – асоціальну, активну – пасивну й одну додаткову: пряму – непряму. Дані вісі являють собою виміри загальних стратегій подолання. У результаті стратегії подолання й моделі поведінки (дії) можна співвіднести їх у такий спосіб: активна – асертивні дії; пасивна – така, що містить обережні дії й уникання; просоціальна – така, що передбачає входження в соціальний контакт і пошук соціальної підтримки; асоціальна – асоціальні й агресивні дії, пряма – імпульсивні дії, непряма – маніпулятивні дії.

Досліджуваним пропонувалися твердження щодо поведінки в напружених (стресових) ситуаціях, які необхідно було оцінити в балах залежно від їхньої відповідності власним діям, після чого обраховувалися показники за шкалою «Асертивні дії».

### **2.3 Аналіз результатів дослідження**

Для досягнення поставленої мети та завдань дисертаційного дослідження була розроблена та реалізована програма емпіричного вивчення асертивної поведінки та особливостей їх сформованості у процесі професійного становлення курсантів.

З теоретичного аналізу дослідження констатуємо, що асертивність – це такий тип поведінки, якому притаманні впевненість у собі, наполегливість і напористість. Серед інших типів поведінки відрізняється ясністю, прямою, непідробною щирістю і містить у собі відверті висловлювання про те, що хочеться; при цьому спостерігається відсутність ворожості і самозахисту.

Студенти, які поводяться асертивно, відкрито досягають своїх цілей, не порушуючи прав інших. Головне у такому стилі поведінки – це відкритість у взаємодії.

Узагальнений показник рівня асертивної поведінки визначався з таких міркувань: якщо всі компоненти знаходяться на низькому рівні розвитку або один з показників – на середньому, то загальний рівень розвитку асертивності трактувався як низький; якщо всі компоненти високого рівня розвитку або лише один – середнього, то такі результати було співвіднесено з високим рівнем асертивної поведінки, який визначався вільним володінням і застосуванням асертивного способу регулювання поведінки за високих провідних показниках компонентів асертивної поведінки.

У результаті дослідження виявлено: особистісний профіль студентів загалом відповідає особистісному профілю майбутнього психолога.

Встановлено, що домінувальним як на першому, так і на четвертому курсі, є гуманістичний тип спрямованості (24,8%), тоді як у 17,3% – переважно егоїстичний, що посідає значуще місце в ієрархії цінностей.

Можна припустити, що на першому курсі студенти мають генералізоване і дещо ідеалізоване бажання стати психологом, щоб повністю присвятити себе майбутній професії, тоді як на четвертому – починають усвідомлювати необхідність не тільки професійно себе реалізувати, але й заробляти цим на життя, тому і з'являється егоїстична складова.

До першого кластера віднесено (24,0% досліджуваних) майбутніх психологів із переважаючою прагматичною спрямованістю, що дало підставу означити цей кластер як «Прагматичний тип».

Другий кластер (26,0% досліджуваних) означено як «Гуманістичний тип». Його склали курсантів, які характеризувалися тим, що потреби, цілі, інтереси інших людей набувають для них провідної цінності. У такому інтерпретуванні асертивність як відчуття можливості досягти поставлених перед собою цілей М. Розенберг розглядає як окремий компонент свідомості або як вимір «Я образу», поряд зі стійкістю (стабільність або мінливість

уявлення індивіда про себе і своїх властивостях); упевненістю в собі (відчуття можливості досягти поставлених перед собою цілей); самоповагою (прийняття себе як особистості, визнання своєї соціальної і людської цінності); кристалізацію (легкість чи труднощі щодо зміни індивідом уявлення про себе).

Третій кластер склали курсантів (29,0%), у яких переважав «Егоїстичний тип». Для таких респондентів цілі, інтереси, потреби особистості мають переважно егоїстичний характер. На нашу думку, такий розподіл можна пояснити тим, що професія психолога для студентів є більш запитаною в державі (школах, лікарнях, на підприємствах як бізнес-тренери та як психотерапевти). Тобто, обираючи її, студенти першого курсу чітко прогнозували образ професіонала, який повинен зайняти відповідний соціальний статус серед інших професій. Підтвердженням цього є результати, отримані нами за методикою незакінчених речень. На питання: «Бути курсантів .....,» «Я обрав/ла професію психолога.....», «За період навчання я зможу стати професіоналом за умов...».

Ми припустили, що відповіді на ці питання мають виявити суб'єктивне бачення обраної професії майбутніми психологами у їхньому професійному становленні за наявності у них асертивності. На питання: «Курсант – це ....» були отримані відповіді, які класифікувалися за такими ознаками:

- а) як професія – 32%;
- б) покликання – 43%;
- в) і професія і покликання – 11%.

Тільки 14% студентів розуміли сенс цієї професії і ідентифікували із соціальною роллю і її призначенням:

- а) «спеціаліст, який займається консультуванням» та «кваліфікований спеціаліст, який допомагає клієнтам розв'язувати життєві труднощі» (7%);
- б) «людина, яка лікує душу» (3%);
- в) особистість, яка володіє психологічними знаннями з метою надання посильної допомоги іншим», «інструмент психологічної допомоги» (4%).

Щодо закінчення речення «Бути психологом .....,», то думки студентів (як першого так і четвертого курсу) розподілились на такі групи:

□ першу склали ті, які спроектовували свою майбутню діяльність як роботу з клієнтами у ролі практикуючих психологів. Таких студентів було (49%). У своїх відповідях зацентровували увагу на те, що хочуть «розібратися у кризових ситуаціях клієнта», «підтримати, розрадити, допомогти», «запевнити клієнта у прийнятті самостійних рішень»; «бути душею для інших» тощо. Тільки 1 % із опитаних нами дали відповідь, яка вартує уваги і розкриває сутність досліджуваної нами якості – «бути відповідальним за свої дії, вчинки, допомагаючи іншим».

Якщо для студентів питання про зміст поняття «асертивність» викликало труднощі, то у визначенні поняття «асертивна поведінка» спостерігалась дещо інше картина в бік динаміки. Наведемо окремі відповіді студентів, які варті уваги: «впевненість у собі»; «впевнена у своїх думках і вчинках»; «повний самоаналіз»; «самостійність у прийнятті рішень» й ін.. Тобто, студенти ідентифікували асертивну поведінку із здатностями особистості. Тільки у незначній кількості досліджуваних спостерігалась диференціація наведених вище понять. Для прикладу – «відчуття свої правоти»; «повна самостійність і незалежність у своїх діях і вчинках»; «рівень особистісних домагань» і т. ін.

Привернули увагу відповіді, у яких висловлювались міркування студентів «на цьому рівні, на якому зараз перебуваю, асертивна поведінка допомагає», або « у нових ситуаціях, у яких я не був, я почуваюсь дуже некомфортно. Через що часто намагаюся прораховувати наперед всі можливі ситуації, які можуть трапитися зі мною». Подібних відповідей-одиниці, – всього 3%.

## 2.4 Особливості формування навичок асертивності у курсантів в процесі фахової підготовки

Важливим для нашого дослідження вважаємо формування асертивності поведінки майбутнього фахівця, оскільки як агресивна, так і пасивна поведінка виявляються у результаті її порушень. Зроблені на основі емпіричного дослідження узагальнення дозволяють активізувати соціально-психологічного супроводу з формування асертивної поведінки майбутніх психологів.

В умовах соціалізуючого освітнього простору ЗВО зростає необхідність перегляду вимог до системи психологічного супроводу освітнього процесу, спрямованого на створення максимально сприятливих умов для успішної соціально-психологічної адаптації майбутнього фахівця в освітньому середовищі, його повноцінного та гармонійного розвитку. Про психологічний супровід освітнього процесу йдеться у багатьох психологічних дослідженнях.

У працях І. Дубровіної, К. Гуревича – це «сприяння», «співдіяння»; у працях С. Хоружого, А. Деркач, Г. Бардієр, І. Ромазан, Т. Чередникова йдеться про «соціально-педагогічний супровід», а М. Бітянова та В. Мухіна – про «соціально-психологічний та соціально-педагогічний супровід».

У психологічних дослідженнях поняття «супровід» розглядається як дія за значенням супроводжувати, тобто у (в) супроводі когось, чиємусь товаристві: під охороною, а ще вказується, що супровід – це те, що супроводить якусь дію, явище, охороняє когось.

Поняття «психологічний супровід», вважає М. Бітянова – «це система професійної діяльності психолога, спрямована на створення соціально-психологічних умов для успішного навчання і психічного розвитку дитини в ситуаціях шкільної взаємодії» [20, с. 20].

На думку Є. Козирьової, «під психологічним супроводом» ми розуміємо систему професійної діяльності педагога, психолога, скеровану на

створення умов для позитивного розвитку взаємин дітей та дорослих в освітній ситуації, психологічний та психічний розвиток дитини з орієнтацією на зону її найближчого розвитку [14].

За А. Качимською, супровід можна розглядати з різних ракурсів, тобто як процес, метод або систему діяльності психолога. Якщо говорити про супровід як процес, то маються на увазі послідовні дії шкільного психолога для створення сприятливих умов, у яких має навчатися та розвиватися дитина.

Розглядаючи супровід як метод, дослідниця вказує на практичне втілення дій психолога. Сприйняття супроводу як системи потребує комплексного підходу спеціалістів різних галузей, які разом намагаються супроводжувати дитину в її розвитку та навчанні [7].

Щодо соціально-психологічного супроводу як такого, то слід зазначити, що низка психологів (М. Бітянова та ін.) звертають увагу на те, що умови, котрі створює психолог, вторинні стосовно тих, які визначені певним освітнім середовищем. Вони залежать від освітніх технологій, які застосовуються в тому чи іншому навчальному закладі, загальних принципів функціонування педагогічного колективу, його соціально-психологічного клімату тощо. Тому психологу спочатку потрібно органічно включитись у педагогічний колектив при безумовному дотриманні своєї автономності як професіонала й урахувати соціально-психологічні особливості навчального закладу в своїй діяльності.

Саме тому, на наш погляд, слід говорити про соціально-психологічний супровід, який передбачає не тільки врахування та розвиток особистісного потенціалу студентів-психологів, а й забезпечення соціальної адаптації майбутніх фахівців до нового освітнього середовища та конструктивної взаємодії з усіма його суб'єктами.

Цього можливо досягти за умови реалізації таких завдань:

- створення соціально-психологічних умов індивідуального розвитку учасників освітнього процесу;

- систематичне відстеження соціального статусу студента та його динаміки впродовж усього освітнього процесу;
- профілактика проблем особистісного розвитку майбутнього фахівця у процесі професійного становлення;
- надання допомоги студенту в розв'язанні актуальних проблем навчання та соціалізації в освітньому середовищі ВНЗ;
- створення спеціальних соціально-психологічних умов для надання допомоги студентам, які мають проблеми в психічному розвитку й навчанні;
- розвиток соціально-психологічної компетентності всіх учасників освітнього процесу;
- створення комплексної програми соціально-психологічного супроводу на всіх етапах професійного становлення майбутніх психологів у процесі навчання у ВНЗ.

Оскільки асертивність передбачає формування в особистості певної якості поведінки, завдяки якій вона може володіти спонтанними реакціями, розумним проявом емоцій, вмінням безпосередньо говорити про свої бажання і вимоги, висловлювати власну точку зору, відстоювати свою думку в ситуаціях, коли будь-яка аргументація виявляється зайвою (О. Гук), то базовими положеннями такого супроводу (як випливає з висновків попереднього розділу) мають бути:

- 1) прийняття на себе відповідальності за власну поведінку. За своєю суттю асертивність – це філософія особистої відповідальності. Тобто йдеться про те, що ми відповідальні за свою власну поведінку і не маємо права звинувачувати інших людей за нашу реакцію на їхню поведінку;
- 2) демонстрація самоповаги і поваги до інших людей;
- 3) ефективне спілкування. В цьому випадку головними є такі якості – чесність, відкритість і прямота у спілкуванні, але не за рахунок емоційного стану іншої людини. Асертивність виявляється в умінні говорити те, що думаєш або відчуваєш з будь-якого питання, при цьому не принижуючи гідність партнера по спілкуванню;

4) демонстрація впевненості і позитивної установки. Асертивна поведінка передбачає розвиток упевненості та позитивної установки. Впевненість у собі пов'язана з двома параметрами: самоповагою і знанням того, що я професіонал, який добре володіє своєю справою;

5) вміння уважно слухати і розуміти. Асертивність вимагає вміння уважно слухати і прагнути зрозуміти точку зору ( позицію) іншої людини;

6) переговори і досягнення робочого компромісу. Асертивність виявляється у потребі знайти такий вихід із ситуації, що склалася, який би влаштував усіх членів взаємодії;

7) пошук простих виходів зі складних ситуацій. Тут асертивність допомагає віднайти простий вихід із складних ситуацій [62].

Їх реалізація можлива через поняття «супровід», який міцно увійшов в професійне життя психологів як концептуально, так і по відношенню до їхньої практичної діяльності. Зауважимо, що єдиної думки фахівців у визначенні цього поняття немає. Частіше застосовують в одному ряду із такими поняттями, як: «психологічна підтримка», «психологічне сприяння» (К. Гуревич,

І. Дубровіна, Ю. Крилова, Х. Лейметс, І. Макарова, В. Слободчиков, та ін), психологічний та соціально-психологічний супровід (Г. Бардієв, М. Битянова, В. Мухіна, Ю. Слюсарев та ін.).

Так, М. Битянова поняття «супровід» інтерпретує як спрямовану психологічну допомогу «на розвиток і саморозвиток самосвідомості особистості», яка запускає механізми саморозвитку і активізує власні ресурси людини [20]. Більш розгорненим є визначення, де психологічний супровід розглядається як складний процес взаємодії між супроводжуваним і тим, кого супроводжують, результатом якого є розв'язання життєвої ситуації вибору, що ведуть до змін. Тобто йдеться про участь двох діючих осіб в контексті складних життєвих ситуацій. При цьому в якості суб'єкта може виступати як окрема особистість, так і соціальний інститут (група).

Учені психологічний супровід розглядають як:

– напрям роботи психолога (поле діяльності, його змістове наповнення);

– технологія (реально спрямований процес у загальному просторі діяльності із конкретним змістом, формами і методами роботи, які відповідають окресленим завданням кожної конкретної ситуації, випадку).

Укладаючи зміст програми соціально-психологічного супроводу нами враховувалися особливості прояву асертивної поведінки студентів-психологів у процесі їхнього професійного становлення та принципи, на яких здійснюється формування досліджуваної якості у ВНЗ.

## ВИСНОВКИ

Таким чином, у ході дослідження ми дійшли до наступних висновків.

Під асертивною поведінкою курсантів розуміємо самоутверджувальну активність, що виражається, передусім, в самостійності, незалежності від інших, в умінні відстоювати свої права та думки при самоповазі й повазі до інших.

У професійному становленні курсантів основне місце має бути відведене формуванню асертивної поведінки через розвиток впевненості, мотивації досягнень, вольового самоконтролю, зниження тривожності та сприяння соціально-позитивній установці у взаємодії в студентській групі.

Завдяки асертивній поведінці у майбутнього фахівця проявляються такі професійно важливі якості: здатність до самостійного регулювання власної поведінки, незалежність від зовнішніх впливів і оцінок; знання власних прав та обов'язків; адекватне оцінювання себе й оточуючих; усвідомлення особистих потреб та інтересів; розуміння власних цілей, намірів і шляхів подальших дій за умови відкрито та без дискомфорту про це заявляти; повага до прав та інтересів інших людей; здатність досягати поставлених цілей, не маніпулюючи іншими; уміння переконувати, завойовувати прихильність, звертатися за порадою чи допомогою до інших учасників міжособистісної взаємодії; здатність укладати компромісні рішення; встановлювати ділові контакти та партнерські відносини тощо.

Схарактеризовано зміст і структурні компоненти асертивної поведінки курсантів, до яких віднесено: ціннісно-мотиваційний, за критерієм ціннісного ставлення до формування асертивної поведінки (показники: орієнтація на гідне пред'явлення себе світу з урахуванням цілей, інтересів і потреб інших суб'єктів; прагнення до самоаналізу, самовдосконалення й самореалізації); когнітивний, за критерієм обізнаності щодо особливостей формування змісту, особливостей прояву асертивної поведінки в майбутній професійній діяльності (показники: знання про зміст, особливості прояву та умови формування асертивної поведінки у процесі професійного становлення);

рефлексивно-оцінний, за критерієм усвідомлення й самооцінки власних професійно важливих рис, які зумовлюють асертивну поведінку суб'єктів у соціальному середовищі (показники: баланс соціальних та індивідуальних характеристик; емоційна врівноваженість, виваженість у ставленні до інших; рефлексія); регулятивний, за критерієм розв'язувати проблемні ситуації професійної діяльності в асертивний спосіб (показники: незалежність, відповідальність, наполегливість, контроль емоційних проявів у поведінкових ситуаціях).

Встановлено, що у курсантів за результатами емпіричного дослідження переважає середній рівень сформованості асертивної поведінки, який властивий більше, ніж половині досліджуваних; високий і вище від середнього рівнів сформованості асертивної поведінки виявлено у шостій частини; майже у чверті – низький і нижче від середнього рівні сформованості асертивної поведінки, які характеризуються недостатньою обізнаністю щодо змісту, компонентів та умов формування асертивної поведінки; низьким та недостатніми рівнями її сформованості тощо.

За результатами дисперсійного аналізу виявлені особливості асертивної поведінки курсантів залежно від чинників: соціально-психологічних (рівень професійної ідентичності, соціометричний статус у студентській групі, соціально-психологічний клімат) та психолого-педагогічних (вік, курс, форма навчання).

Розроблено та апробовано програму соціально-психологічного супроводу формування асертивної поведінки курсантів у процесі їхнього професійного становлення, що спрямована на:

- 1) формування уявлень курсантів про їхні особисті права та обов'язки як фахівців;
- 2) навчання розрізняти прояви асертивності (недостатній або надмірний прояв у професійних ситуаціях спілкування);
- 3) розвиток впевненості в собі, вміння відкрито виражати свої думки, поважаючи думку інших; виявляти позитивні та негативні емоції, управляти

ними; проявляти ініціативу, пропонувати та просити, зберігаючи власну гідність тощо.

Визначено соціально-психологічні умови реалізації програми:

- 1) включення до змісту професійної підготовки знань щодо сутності, компонентів, умов формування асертивної поведінки;
- 2) забезпечення формування сприятливого соціально-психологічного клімату в студентській групі, конструктивної взаємодії студентів як між собою, так і з викладачами, підтримки та взаємоповаги одне до одного;
- 3) організація соціально-психологічного навчання з метою формування компонентів асертивної поведінки;
- 4) реалізація в процесі навчання спеціально організованих соціальних впливів, що актуалізують розвиток ціннісного ставлення до асертивної поведінки тощо.

Доведено ефективність програми психологічного супроводу формування асертивної поведінки курсантів, що виявляється у позитивних змінах рівнів сформованості всіх компонентів асертивної поведінки: збільшенні кількості курсантів із високим, вищим середнього та середнім, і зменшенні – із нижчим середнього та низьким рівнями. Отримані результати дозволяють рекомендувати впровадження цієї програми у процес професійної підготовки курсантів.

Отримані дані не вичерпують усіх аспектів досліджуваної проблеми. Перспективи подальшого дослідження, на наш погляд, полягають у впровадженні цілісної системи психологічного супроводу підготовки курсантів, перевірці її ефективності, уточненні та доповненні змісту із врахуваннями гендерних особливостей, рівня навчального закладу, його розміщення, а також визначенні психологічних чинників та умов психологічної готовності викладачів до формування асертивної поведінки майбутніх фахівців.

## СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ ТА ЛІТЕРАТУРИ

1. Галицкий В.М. Соціально-психологічний словник / В. М. Галицкий, О. В. Мельник, В. В Синявский. – К., 2004. – 40с.
2. Герасіна С.В. Асертивна поведінка як передумова формування почуття власної гідності та самоповаги студентської молоді / С.В. Герасіна // Проблеми сучасної психології: зб. наук. праць. К.-ПНУ імені Івана Огієнко, Інститут психології ім. Г.С. Костюка. – Випуск 10. – 2010. – С. 139–149.
3. Говорун Т. В. Гендерна психологія / Т. В. Говорун, О. М. Кікінежді. – К. : Академія, 2004. – 308 с.
4. Гордієнко В. І. Розвиток особистості в процесі професіоналізації : професіогенез особистості / В. І. Гордієнко // Психологія праці та професійної підготовки особистості : навч. посібник / [за ред. П. С. Перепеліци, В. В. Рибалки]. – Хмельницький : ТУП, 2001. – С. 48–67.
5. Гук О. Асертивність як складова культури демократичного врядування / О.Гук./ Демократичне врядування: електрон. наук. фах. Вид / голов. ред. Н. Б. Кічула – 2012. – Вип.9 [Електронний ресурс]. – Режим доступу : [http://www.lvivacademy.com/vidavnitstvo\\_1/visnik9/fail/Guk.pdf](http://www.lvivacademy.com/vidavnitstvo_1/visnik9/fail/Guk.pdf).
6. Емерсон Р. Довіра до себе [Електронний ресурс] / Р.Емерсон. – Режим доступу: [www.management.com.ua/vision/vis.018.html](http://www.management.com.ua/vision/vis.018.html). – Назва з екрану.
7. Марчук Л. Асертивна поведінка як ресурс соціалізації особистості майбутнього фахівця та конкурентоздатності його на ринку праці / Л. Марчук // Zborník recenzovaných vedeckých prác s medzinárodnou účasťou. – Košice : Technická univerzita v Košiciach, 2014. – № 5 – S. 181–186.
8. Марчук Л. М. Асертивність як комплексна інтегральна характеристика особистості / Л. М. Марчук // Вісник Національної академії Державної прикордонної служби України : електрон. наук. фах. вид. / голов. ред.

- О. В. Діденко. – 2012. – Вип. 5 [Електронний ресурс]. – Режим доступу : [http://www.nbuuv.gov.ua/e-journals/Vnadps/2012\\_5/12mlmiho.pdf](http://www.nbuuv.gov.ua/e-journals/Vnadps/2012_5/12mlmiho.pdf).
9. Марчук Л. М. Співвідношення понять «асертивність» і «лідерство»: порівняльний аспект / Л. М. Марчук // Актуальні проблеми психології : зб. наук. пр. Ін-ту психології імені Г. С. Костюка / [за ред. С. Д. Максименка]. – К. : ДП «Інформаційно-аналітичне агентство», 2012. – Т. X: Психологія навчання. Генетична психологія. Медична психологія, вип. 23. – С. 382–390.
10. Марчук Л. М. Формування асертивної поведінки як професійно важливої якості особистості студентів вищої школи / Л. М. Марчук // Педагогічні інновації у фаховій освіті : зб. наук. пр. – Ужгород : ЗакДУ, 2011. – Вип. 2. – С. 117–123.
11. Марчук Л. М. Асертивна позиція студента як змістовна характеристика екзистенції / Л. М. Марчук // Актуальні проблеми психології : зб. наук. пр. Ін-ту психології імені Г. С. Костюка / [за ред. С. Д. Максименка]. – К. : ДП «Інформаційно-аналітичне агентство», 2013. – Т. XI: Соціальна психологія, вип. 6. – С. 95–102.
12. Моргун В. Ф. Кризові та еволюційні періоди розвитку особистості від народження до смерті : психологія людської долі / В. Ф. Моргун // Єдність педагогіки і психології у цілісному навчально-виховному процесі : матеріали Всеукраїнської науково-практичної конференції (Полтава, 4–5 квітня 1995 р.) / за ред. А. М. Бойко. – Полтава, 1995. – С. 135–139.
13. Москаленко В. В. Соціальна психологія: підр. / В. В. Москаленко. – [вид. 2-ге, випр. та доп.]. – К.: Центр учбової літератури, 2008. – 688 с.
14. Ніколаєв Л. Генезис поняття «асертивність» / Л. Ніколаєв // Освіта регіону : політологія, психологія, комунікації: укр. наук. журнал / засновники: Видавничо-друкарський комплекс «Університет «Україна», Всеукраїнська асоціація політ. наук ; видавець «Університет «Україна» . – Київ : Університет «Україна», 2010. – №1 – С. 132–135.

15. Подоляк Н.М. Психологічні особливості асертивності / Н.М. Подоляк // Наука і освіта: науково практичний журнал Південного наукового Центру АПН України. – 2010. – №9. – С. 108–111.
16. Психологія праці та професійної підготовки особистості / [за ред. П. С. Перепелиці, В. В. Рибалки]. – Хмельницький, 2001. – 330 с.
17. Снігур Л. А. Проблема самоактуалізації особистості в умовах соціально економічних змін / Л. А. Снігур // Наука і освіта. – 2008. – № 8–9. – С. 107–111.
18. Тарапатова Н. М. Соціально-психологічні наслідки впровадженн кредитномодульної системи навчання в освітній процес Н. М. Тарапатова // Проблеми соціально-психологічного супроводу навчального процесу у вищих закладах освіти : зб. наук. пр.; під ред. Н. В. Ківенко. – Ірпінь : Національний університет ДПС України, 2013. С. 73–79.
19. Austin M.F., Grant T.N. Interview training for college students disadvantaged i th labor market: Comparison of live instructional techniques // Journal o Counseling Psychology. 1981. Vol. 28. P. 72—75.
20. Berkowitz L. Words and symbols as stimuli to aggressive responses // Contro of Aggression: Implications From Basic Research / J.F. Knutson (ed) Chicago. Aldine6 Atherton, 1973. P. 113—143.
21. Bowen D.D. Toward a viable concept of assertiveness // Experiences in management and organizational behavior / D.T. Hall, D.D. Bowen, R.J. Lewicki, F.S. Hall (Eds.). 2nd ed. N.Y.: John Wiley & Sons, 1982.
22. Bruch M.A. A task analysis of assertive behavior revisited: Replication and extension // Behavior Therapy, 1981. Vol. 12. P. 217—230.
23. Flowers J.V. Goal clarity as a component of assertive behavior and a result of assertion training // Journal of Clinical Psychology. 1978. Vol. 34, № 3, July. P. 744—747.

24. Gupta M., Hooda R.C., Kumar J. Effect of different techniques of assertiveness training on students self-concept // *Recent Researches in Education and Psychology*. 2002. № 7. P. 19—24.
25. Hersen R., Eisler R.M., Miller P.M. Development of Assertive Responses: Clinical Measurement and Research Considerations // *Behavior Research and Therapy*. 1973. Vol. 11. P. 505—521.
26. Houston D. A. Empathy and the Self : Cognitive and Emotional Influences on the Evaluation of Negative Affect in Others / D. A. Houston // *Journal of Personality and Social Psychology*. – 1990. – Vol. 59. – N 5. – P. 859–868.
27. Lazarus R.S. Stress and adaptational outcomes-the problem of confounded measures / R. S. Lazarus, A. DeLongis, S. Folkman, R. Gruen // *American Psychologist*. 1985. – New York, 1984. – №40. – P.770–779.
28. Lorenz R. On aggression / R. Lorenz. – N.N. Bantam, 1967. – 154 p.
29. May R. Love and Will / R. May/ – New York W.W. Norton. 1969. – 352 p.
30. Salter A. Conditioned reflex therapy / A. Salter. – New York: Capricorn. – 1949. – 236 p.
31. Stevens T. G. You Can Choose To Be Happy : «Rise Above» Anxiety, Anger, and Depression / T. G. Stevens. – 2001. – Mode of access to the Internet: <http://front.csulb.edu/tstevens>.
32. Thompson C. M. Interpersonal Psychoanalysis / M. R. Green (Ed.) N.Y.: Basic Books, 1964. – 179 p.