

УДК 159.922.8:316.614.5-054.7

DOI <https://doi.org/10.30970/PS.2024.21.8>

КОНЦЕПТУАЛЬНА МОДЕЛЬ РОЗВИТКУ АСЕРТИВНОСТІ ПІДЛІТКІВ В УМОВАХ ІНОКУЛЬТУРНОГО СЕРЕДОВИЩА

Катерина Гранде

*Університет Григорія Сковороди в Переяславі,
вул. Сухомлинського, 30, м. Переяслав, Україна, 08401
e-mail: katerina0675378818@ukr.net*

У статті розглянуто проблему розвитку асертивності підлітків в умовах інокультурного середовища. Проаналізовано наукові підходи до вивчення феномену асертивності та виділено особливості асертивної поведінки підлітків. Обґрунтовано значимість розвитку асертивності підлітків як предиктора успішної адаптованості до нового соціально-культурного простору. На основі теоретичного аналізу розроблено концептуальну модель розвитку асертивності підлітків в умовах інокультурного середовища. Модель включає афективний, когнітивний, поведінковий та соціально-культурний компоненти. Афективний компонент охоплює здатність розпізнавати та керувати емоціями, а також саморефлексію. Когнітивний компонент включає усвідомлену самоефективність. Поведінковий компонент визначається копінг-стратегіями та мотиваційною спрямованістю. Соціально-культурний компонент містить соціальний самоконтроль та соціокультурну адаптованість. Розкрито зміст кожного компоненту та його значення для розвитку асертивності підлітків. Обґрунтовано, що асертивність є складним інтегральним феноменом, який виражає здатність особистості діяти впевнено, рішуче та наполегливо, не залежати від оцінок оточуючих і самостійно регулювати власну поведінку. Підкреслено актуальність розвитку асертивності в підлітковому віці, особливо в умовах адаптації до нового соціокультурного середовища. Зроблено висновок, що системний розвиток асертивних навичок може сприяти кращій адаптованості підлітків, їх особистісному розвитку та швидкій інтеграції в новий соціокультурний простір. Запропонована концептуальна модель може слугувати теоретичною основою для розробки практичних програм розвитку асертивності підлітків в умовах інокультурного середовища. Особлива увага приділяється значенню асертивності для подолання труднощів адаптації, пов'язаних з вимушеним переселенням українських підлітків внаслідок війни. Наголошується на важливості врахування культурних особливостей нового середовища при розвитку асертивних навичок.

Ключові слова: адаптація, асертивна поведінка, інокультурне середовище, концептуальна модель, підлітковий вік, розвиток асертивності, соціально-культурний простір.

Постановка проблеми. Повномасштабна війна в Україні спровокувала значне переселення українських громадян в інші країни світу. Більшість із них проживали там тимчасово, а деякі залишаються і досі. За статистичними даними Верховного комісара ООН у справах біженців (UNHCR) станом на 21 листопада 2023 року в Європі знаходилося 5 946 000 українських переселенців (UNHCR, 2023). Оновлені дані на 15 липня 2024 свідчать про щонайменше 6,5 млн українських переселенців по всьому світу, з них майже 6 млн в країнах Європи. Така статистика свідчить про глобальну проблему адаптації українців до соціального та культурного простору інших країн. Особливо це стосується підлітків, які будучи в найбільш кризовому віковому періоді змушені пережити додатковий стрес через адаптацію до нових умов життя. Це актуалізує потребу у розвитку впевненості підлітків, наполегливості у досягненні цілей, рішучості в діях та умінні отримувати бажані

не порушуючи інтереси інших. Такі якості належать асертивній особистості, яка вміє володіти собою, планувати і моделювати поведінку, знаходити ресурси для пристосування, докладати зусиль для свого розвитку.

Мета статті полягає в розробці теоретичної концептуальної моделі розвитку асертивності підлітків в умовах інокультурного середовища.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Теоретичні та практичні аспекти вивчення асертивності беруть початок у роботах перших психологів практиків, які вивчали здатність до впевненої поведінки, навички долання страху та невпевненості, подолання неврозів за рахунок розвитку особистісних якостей. Опосередковано проблема асертивності в середині ХХст. вивчалась в ракурсі психоаналізу (З. Фрейд, К. Юнг, А. Адлер), гуманістичної психології (А. Маслоу, Р. Мей, К. Роджерс, Е. Фромм), гештальт-терапії (Р. Перлз), біхевіоризму (Р. Альберті, Дж. Вольпе, М. Еммонс, А. Лазарус, Е. Солтер).

Сучасні українські вчені розглядають більш широкую природу асертивності, її структуру, компоненти, чинники та прояви (О. Санніков, О. Саннікова, Л. Журавльова, Л. Марчук, В. Мойсеєнко, Л. Ніколаєв, Н. Подоляк, К. Чулкова, М. Шинкар, Е. Сколота). Особливого значення вчені надають розвитку асертивності як важливого феномену в підлітковому віці (Л. Бутузова, В. Лучків, Л. Ніколаєв, Ю. Сілакова).

Психологічний аналіз стану розробленості проблеми дослідження в науці та практиці доводить, що вивчення асертивності сьогодні виходить на якісно новий рівень. На сучасному етапі впроваджуються різні підходи до компонентів асертивності, алгоритму розвитку, методології вивчення. Разом з тим потребує уваги система розвитку асертивної поведінки у підлітків, які адаптуються до інокультурного простору іншої країни внаслідок переселення.

Виклад основного матеріалу. Термін «асертивність» походить з англійської мови від слова «assert» і означає наполягати на своєму або відстоювати свою думку. Основоположником вчення про асертивність вважається американський психолог А. Солтер (1949). Він розглядав асертивну поведінку як протистояння стратегіям маніпуляції та агресії. Автор пояснював це тим, що у процесі соціалізації людина є вразливою до маніпуляції та негативного впливу з боку інших осіб. Але якщо людина здатна протистояти вимогам і маніпуляціям, або приймає їх але у компромісі із власними потребами, то тут має місце асертивна поведінка. Вперше сам термін «асертивність» використав Вольпе (1958) у своїй книзі «Психотерапія шляхом реципрокного гальмування» [4]. Він вважав, що асертивна поведінка дає можливість бути впевненим у будь-яких життєвих ситуаціях, а це є головною умовою зниження негативних поведінкових проявів і нормалізації психічного стану [6]. Однією з перших робіт, присвячених виключно проблематиці асертивної поведінки є книга Альберті та Еммонса «Твоя ідеальна правота». У роботі автори розкривають асертивність як здатність долати внутрішні бар'єри на шляху до досягнення бажаного. Головним при цьому виступає вміння йти на компроміс, не завдаючи шкоди правам інших [10].

Лазарус трактує асертивну поведінку як здатність до боротьби за власні права. Тобто в його підході можна прослідкувати мотиваційно-вольовий аспект асертивності. Здатність до дії передбачає рішучість і впевненість, а отримання бажаного мотивує людину до дій [11]. Д. Маєрс асертивність розглядає із двох позицій: з однієї сторони це є внутрішня риса особистості, а з іншої поведінка опосередковується зовнішніми обставинами. При цьому, він наголошує, що основою асертивності є повага до себе та до інших людей, оскільки хто зневажає себе, той не поважає інших [12].

Термін набув популярного вжитку в психологічній сфері після публікації у середині 90-х рр. н. ХХ ст. чеськими авторами В. Каппоні та Т. Новак популярної книги «Як робити все по-своєму» (в оригіналі – «Асертивність – у житті»). Після виходу цієї роботи,

асертивність почали виокремлювати як автономну рису особистості, яка виражає незалежність думки, цілеспрямованість у досягненні цілей, автономію у прийнятті рішень, достатню самооцінку тощо [12].

Серед українських вчених асертивність розглядається як особистісна якість, що сприяє саморозвитку, соціалізації, адаптації, комунікації тощо. Асертивною є поведінка, яка дає змогу людині рішуче заявляти про свої потреби, бажання і почуття без порушення прав оточуючих. Бути асертивним означає не лише наполегливість і рішучість, але й у першу чергу передбачає врівноваженість та розсудливість [10]; вміння прямо та чесно висловлювати свої думки та почуття [9]. О.П. Саннікова представляє асертивність як «системну різнорівневу властивість, яка 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» [8].

Усі розглянуті теорії та підходи до проблеми розвитку асертивності доводять, що ця якість є основою існування людини у соціальному середовищі, оскільки забезпечує її пристосованість, міжособистісну взаємодію та реалізацію свої потреб і бажань. З огляду на це можемо стверджувати, що розвиток асертивності є важливою умовою соціалізації підлітків. Кризовий характер підліткового віку свідчить про потребу у стабілізації їх емоційного стану та нормалізації відносин з оточуючими. Саме асертивність дозволяє поєднати ці аспекти в єдину рису, що дозволить бути підліткам рішучими, але без надмірності у своїх діях.

Розвинена асертивна поведінка допомагає підлітку подолати властиві цьому віку перепади настрою, кризи, конфлікти та засвоїти навички емоційного самоконтролю. Розвинена асертивна поведінка значно підвищує адаптаційні ресурси підлітків, забезпечує соціалізацію та задає вектор соціального успіху, сприяє самоактуалізації та самореалізації. Як стверджує Н.М. Подоляк, асертивність дає підліткам можливість протистояти маніпуляціям, досягаючи бажаного [6]. Таке трактування доводить, що асертивність не є окремим феноменом, а тісно пов'язана із різними психологічними складовими особистості.

В умовах сьогодення, коли в Україні триває війна, продовжується переселення громадян у більш безпечні місця (країни). Підлітки, яким довелося переїхати до нового інокультурного середовища зіштовхуються із подвійними проблемами. з однієї сторони вони відчують вікову кризу та непорозуміння з дорослим світом. З іншої сторони, мають пристосовуватись до нових умов життя, які не завжди їм подобаються [2]. Складнощі такої адаптації полягають у неготовності підлітків до змін і вразливості їх психоемоційної сфери. За твердженням Г. Розлуцької, переселення є чинником зниження адаптаційних можливостей підлітків, що сприяє розвитку у них численних форм девіацій на фоні зниження ресурсних можливостей через нове середовище проживання [7]. Це відбувається внаслідок «зіткнення набутих стереотипів, цінностей, світоглядних позицій з правилами та нормами нового соціального середовища» [7, с. 186].

Підлітки, які не можуть адаптуватись, відчують спустошеність, самотність, які спричиняють замкненість та ворожість. Все це може призводити до девіантної поведінки, яка є дуже небажаною з огляду на складність життєвої ситуації. Тому асертивні навички можуть допомогти підліткам вийти з важкої ситуації змін, сприяти їх входженню в нове середовище, забезпечити взаємодію з новими людьми.

Вченими здійснено спроби класифікувати структуру асертивності. Зокрема Л.О. Ніколаєв виділяє в структурі асертивності когнітивний компонент, конативний, ціннісний та афективний [5]. В.В. Білоуценко в структурі асертивності вбачає такі компоненти: демонстрація самоповаги і поваги до інших людей, ефективне спілкування, демонстрація впевненості та позитивної установки, вміння слухати, пошук простих виходів зі складних

ситуацій, здатність до компромісу [1]. О.П. Саннікова зі співавторами виділили в структурі асертивності афективну (емоційну) складову, когнітивно-смыслову, поведінкову та контрольно-регулятивну [8].

Враховуючи багатofункціональність феномену асертивності можемо виділити декілька рівнів розвитку асертивності у підлітків.

Перший, *міжособистісний рівень* характеризує взаємовідносини підлітків з оточенням. Це важливо для побудови тісних контактів та встановлення нових відносин. Особливо важливо такі навички мати при адаптації до культурного простору іншої країни, коли взаємодія із ровесниками стає головним чинником адаптованості [2]. Тому асертивна поведінка в такому випадку стає ключовим фактором адаптованості.

Другий, *ресурсний рівень*, відображає потенціал особистості підлітка, його ресурсні запаси для швидкої адаптації. І чим більш розвиненою є його впевненість, рішучість, тим швидше він зможе мобілізувати сили для входження в інокультурний простір. Тут важливо також звернути увагу на індивідуально-типологічні особливості підлітка. Наприклад, тип темпераменту може визначати швидкість адаптації. Сангвініки та холерики швидше комунікують та встановлюють контакти, проте їм важко дається тривалість періоду адаптації. Водночас флегматики повільніше проходять адаптацію, але виважено та продумано, вони не роблять ризикованих кроків та не поспішають [4]. Вольові здібності сприятимуть пристосуванню, тоді як надмірна імпульсивність характеру знижуватимуть внутрішні ресурси та провокуватимуть часті невдачі [11].

Третій, *ціннісно-смысловий рівень*, включає набір особистісних цінностей підлітків, їх систему поглядів, норм поведінки. Чим більшою при цьому є здатність до асертивної поведінки, тим краще підліток здатен поєднати власні ціннісні орієнтації із цінностями нового середовища. Уміння зберегти свої погляди та не порушити цінностей приймаючої країни є найвищим досягненням асертивного підлітка [12].

Четвертий, *мотиваційний рівень* є відображенням мотиваційної спрямованості підлітка. Його мотивація формує нові потреби та цілі, які визначаються навичками асертивної поведінки. Це означає, що чим наполегливішим є підліток, тим вище його потреба в досягненні і тим більша ймовірність того, що він досягне кращих результатів у навчанні [10]. Тобто, чим більше підліток мотивований, тим більше буде впевненим та рішучим.

П'ятий, *соціальний рівень* вимагає від підлітка бути впевненим та активним в соціальному інокультурному середовищі. Це передбачає соціальну активність, відвідування громадських заходів, прояв інтересу до соціального устрою нової країни [11]. Така поведінка пришвидшить процес адаптації, а підліток набуде асертивних навичок наполегливості.

Отже, враховуючи виділені рівні розвитку асертивності та аналіз класифікацій структури асертивності нами розроблено концептуальну модель асертивності, що включає її компоненти та їх характеристики (рис. 1).



Рис. 1. Концептуальна модель розвитку асертивності підлітків в інокультурному середовищі

Модель включає такі компоненти розвитку асертивності підлітків в інокультурному середовищі: афективний, когнітивний, поведінковий, соціально-культурний. Афективний компонент включає в себе здатність розпізнавати та усвідомлювати емоції, керувати своїм емоційним станом. Це важливо для асертивної особистості, оскільки асертивність передбачає зрівноважену наполегливість і рішучість без надмірної агресії. До афективного компоненту входить також саморефлексія як здатність свідомого осмислення та аналізу своїх думок, почуттів, дій, цінностей та переконань. Чим вище саморефлексія, тим більше підліток має змогу співвідносити свої цінності із цінностями нового середовища.

Когнітивний компонент включає усвідомлену самоефективність. Вона розкриває індивідуальні можливості підлітка, його здатність самостійно, активно і продуктивно досягати особистісно-значущого результату. Така здатність сприяє розвитку мотивації до певної діяльності, спонукає на досягнення кращих результатів. Підліток, який уміє співвідносити можливості та потреби із реальними досягненнями здатен швидко адаптуватись, коригувати свою поведінку відповідно до поставлених цілей [3].

Поведінковий компонент визначає поведінку підлітка. Він включає копінг-стратегії, які дають змогу обирати конструктивні способи подолання стресових і кризових ситуацій. Засвоєння ефективних копінгів має тривалу дію і сприяє адаптованості до оточуючих подій, оскільки виробляється звична реакція вирішення ситуації. До поведінкового компоненту входить також мотиваційна спрямованість як здатність ставити цілі і досягати їх. Спрямованість на успіх завжди мотивує до кращих результатів і відкриває ширше коло можливостей. У той час як мотивація уникнення невдачі звукує потенційні можливості і перешкоджає досягненню цілей [9].

Соціально-культурний компонент включає соціальний самоконтроль, який розкриває уміння контролювати імпульсивність дій, слідувати нормам і правилам поведінки, долати непереборні бажання та пориви. Підлітки із соціальним самоконтролем відзначаються нормативністю поведінки, контролем, вольовими зусиллями. Також в даний компонент входить соціокультурна адаптованість, яка безпосередньо дає змогу оцінити ступінь адаптованості до соціального культурного середовища нового місця проживання.

Таким чином, представлена структура розвитку асертивності підлітків поєднує усі складові їх повноцінної адаптації до інокультурного середовища. Врахування зазначених складових може сприяти розвитку агресивних навичок поведінки та сприяти швидкій адаптованості підлітків до середовища іншої країни.

Висновки. В ході проведеного теоретичного огляду можна зробити висновок, що асертивність – це складний інтегральний феномен, який виражає здатність особистості діяти впевнено, рішуче та наполегливо, не залежати від оцінок оточуючих і самостійно регулювати власну поведінку. Асертивність не є вродженою якістю і набувається з досвідом. Зокрема активний вплив на розвиток асертивності чинить соціально-культурне середовище проживання. Поєднання етнічних та культурних традицій із соціальними нормами поведінки формує усвідомленість того, наскільки індивід може рішуче діяти, бути впевненим і наполегливим. актуальним періодом розвитку асертивності є підлітковий вік, коли відбувається активне становлення емоційно-вольової сфери, формуються навички самопрезентації та саморефлексії.

Проте, потрапляючи в нове середовище проживання, з чим стикнулись велика кількість українських підлітків через війну, відбувається пристосування до нового інокультурного простору. Така адаптація у поєднанні з кризою підліткового віку можуть негативно позначитися на поведінці підлітків. Тому системний розвиток асертивних навичок може сприяти кращій адаптованості підлітків, їх особистісному розвитку та швидкій інтеграції в новий соціокультурний простір.

Список використаної літератури

1. Білоущенко В.В. Асертивність як комплексна характеристика особистості. Інсайт: [зб. наук. праць студентів, аспірантів та молодих вчених / ред. кол. І.В. Шапошникова, О.Є. Блинова та ін.]. Херсон, 2015. Вип.12. С. 41–45.
2. Гранде К. Явище інокультурного середовища та його вплив на особистість підлітка. *Перспективи та інновації науки*. 2023. № 15. С. 675–685.
3. Мойсеєнко В. В. Аналіз наукових підходів до дослідження поняття «асертивність». *Науковий вісник Херсонського державного університету*. 2017. Том 1. Вип. 5. С. 170–174.
4. Нагаєвська І. О. Психологічні умови розвитку асертивної поведінки в учнів професійно-технічних навчальних закладів : автореф. дис. ... канд. псих. Наук. Київ, 2017. 20 с.
5. Ніколаєв Л.О. Генезис поняття «асертивність». *Освіта регіону. Політологія. Психологія. Комунікації*. 2010. № 1. С. 132–135
6. Подоляк Н. Особливості самоактуалізації асертивних і неасертивних осіб. *Проблеми гуманітарних наук. Психологія*. 2015. № 35. С. 142–154.
7. Розлуцька Г.М. Вимушене переселення як чинник девіантної поведінки дітей і підлітків у полікультурному середовищі. *Науковий вісник Ужгородського університету. Серія: «Педагогіка. Соціальна робота»*. 2023. Випуск 1 (52). С. 186–190.
8. Саннікова О., Ласкава Г. Факторна структура особистості асертивних і неасертивних осіб. *Теоретичні і прикладні проблеми психології*. 2020. № 6. С.41–60.
9. Сілакова Ю. Ю. Особливості асертивної поведінки молодших підлітків. *Психологічні координати розвитку особистості : реалії і перспективи* : збірник наук. матеріалів V Міжнар. наук.-практ. онлайн-конф. (27–28 квітня 2020 р., м. Полтава). Полтава, 2020. С. 154–157.
10. Шевченко Г., Варіна С. Формування асертивної поведінки здобувачів як предиктор інтеграції в європейський освітній простір. *Вісник Львівського університету. Серія психологічні науки*. 2022. № 1. С. 137–143.
11. Sitota G. Assertiveness and Academic Achievement Motivation of Adolescent Students in Selected Secondary Schools of Harari Peoples Regional State, Ethiopia. *International Journal of Education & Literacy Studies*. 2018. №1 6. P. 318–324.
12. Stoykov, A. (2020). Dynamics of assertive behavior in the social work students. *Amazonia Investiga*. 2020. № 9 (28). P. 14–21.

CONCEPTUAL MODEL OF ADOLESCENTS' ASSERTIVENESS DEVELOPMENT IN A FOREIGN CULTURAL ENVIRONMENT

Kateryna Hrande

*Hryhorii Skovoroda University in Pereiaslav,
30, Sukhomlynskoho St., Pereiaslav, Ukraine, 08401
e-mail: katerina0675378818@ukr.net*

This article explores the development of assertiveness in adolescents within a foreign cultural environment. It analyzes scientific approaches to studying the phenomenon of assertiveness and highlights the characteristics of assertive behavior in adolescents. The significance of developing assertiveness in adolescents as a predictor of successful adaptation to a new socio-cultural space is substantiated. Based on theoretical analysis, a conceptual model for the development of adolescent assertiveness in a foreign cultural environment is proposed. The model includes affective, cognitive, behavioral, and socio-cultural components. The affective component encompasses the ability to recognize and manage emotions, as well as self-reflection. The cognitive component includes conscious self-efficacy. The behavioral component is defined by coping strategies and motivational orientation. The socio-cultural component contains social self-control and sociocultural adaptability. The content of each component and its importance for the de-

velopment of adolescent assertiveness are elaborated. It is argued that assertiveness is a complex integral phenomenon that expresses an individual's ability to act confidently, decisively, and persistently, independent of others' evaluations, and to self-regulate their own behavior. The relevance of developing assertiveness in adolescence is emphasized, especially in the context of adapting to a new socio-cultural environment. The conclusion suggests that systematic development of assertive skills can contribute to better adaptability of adolescents, their personal development, and rapid integration into a new socio-cultural environment. The proposed conceptual model can serve as a theoretical basis for developing practical programs for assertiveness development in adolescents in a foreign cultural environment. Special attention is given to the importance of assertiveness in overcoming adaptation difficulties associated with the forced displacement of Ukrainian adolescents due to war. The importance of considering the cultural peculiarities of the new environment when developing assertive skills is emphasized.

Key words: adaptation, assertive behavior, foreign cultural environment, conceptual model, adolescence, assertiveness development, socio-cultural environment.