УДК 159.923.2:316.6
DOI https://doi.org/10.32782/academ-ped.psyh-2024-2.05

Таїсія КОМАР
докторка психологічних наук, професорка,
завідувачка кафедри психології та педагогіки,
Хмельницький національний університет
komart@khmnu.edu.ua
ORCID: *0000-0001-8957-0971*

Віталій СИНЮК
аспірант кафедри психології та педагогіки,
Хмельницький національний університет
syniuk90@gmail.com
ORCID: *0009-0009-1734-8509*

АСЕРТИВНІСТЬ ЯК КЛЮЧОВИЙ ФАКТОР ГАРМОНІЗАЦІЇ ВЗАЄМИН У СОЦІУМІ

Анотація. Мета *статті полягає в дослідженні ролі асертивності у формуванні гармонійної особистості, здатної до ефективної соціальної інтеграції та успішної комунікації.* ***Методологія*** *дослідження ґрунтується на системному підході, який включає аналіз структурних компонентів асертивної поведінки (когнітивно-смислового, афективного та поведінкового), їх взаємозв'язку з емоційною компетентністю та соціальною адаптацією. Використано теоретичний аналіз наукових джерел щодо впливу соціокультурних і професійних чинників на розвиток асертивності.* ***Наукова новизна*** *полягає у визначенні ролі асертивності як ключового чинника гармонійного розвитку особистості, що сприяє ефективній комунікації, вирішенню конфліктів та побудові здорових міжособистісних стосунків.* ***Висновки****. Асертивність має велике значення в професійній діяльності, міжособистісних стосунках і особистісному розвитку. Вона дозволяє ефективно комунікувати, будувати здорові стосунки та знижувати конфлікти. Особливо важлива вона в контексті розвитку молоді, оскільки в цей період завершується формування психофізичних і особистісних якостей. Для ефективного розвитку асертивності важливі самоаналіз, усвідомлення власних прав та обов'язків, а також здатність до компромісу. Розвиток цієї якості допомагає людині стати впевненішою, незалежнішою і краще адаптованою до соціального середовища, забезпечуючи гармонійне поєднання особистих інтересів і соціальної відповідальності. Асертивність виступає основою психологічної стійкості, соціальної адаптації та успішного самовираження особистості. Особи, які розвивають асертивність, не лише захищають свої права, але й беруть відповідальність за свої дії, що в свою чергу дозволяє зберігати гармонійні стосунки з іншими. Соціокультурні контексти визначають специфіку проявів асертивної поведінки, що особливо важливо у професійній сфері, де ця якість сприяє підвищенню ефективності взаємодії. Подальші дослідження можуть зосереджуватися на розробці методик розвитку асертивності у навчальних і професійних середовищах, враховуючи вікові та культурні особливості.*

Ключові слова: *асертивна поведінка, комунікація, соціальна адаптація, емоційна компетентність, професійна діяльність.*

Taisiia KOMAR
Doctor of Psychological Sciences, Professor,
Head of the Department of Psychology and Pedagogy,
Khmelnytskyi National University
komart@khmnu.edu.ua
ORCID*: 0000-0001-8957-0971*

Vitalii SYNIUK
Postgraduate Student atf the Department of Psychology and Pedagogy,
Khmelnytskyi National University
syniuk90@gmail.com
ORCID*: 0009-0009-1734-8509*

ASSERTIVENESS AS A KEY FACTOR IN HARMONIZING RELATIONSHIPS IN SOCIETY

Abstract. The purpose *of the article is to explore the role of assertiveness in shaping a harmonious personality capable of effective social integration and successful communication.* ***The research methodology*** *is based on a systematic approach, including the analysis of structural components of assertive behavior (cognitive-semantic, affective, and behavioral), their interrelation with emotional competence, and social adaptation. A theoretical analysis of scientific sources on the influence of sociocultural and professional factors on the development of assertiveness was conducted.* ***The scientific novelty*** *lies in identifying the role of assertiveness as a key factor in the harmonious development of personality, which facilitates effective communication, conflict resolution, and the establishment of healthy interpersonal relationships.* ***Conclusions.*** *Assertiveness plays a significant role in professional activities, interpersonal relationships, and personal development. It allows for effective communication, the building of healthy relationships, and the reduction of conflicts. It is particularly important in the context of youth development, as this period marks the completion of the formation of psychophysical and personality traits. For the effective development of assertiveness, self-analysis, awareness of one's rights and responsibilities, and the ability to compromise are essential. The development of this quality helps an individual become more confident, independent, and better adapted to the social environment, ensuring a harmonious balance between personal interests and social responsibility. Assertiveness serves as the foundation of psychological resilience, social adaptation, and successful self-expression. People who develop assertiveness not only defend their rights but also take responsibility for their actions, which in turn allows them to maintain harmonious relationships with others. Sociocultural contexts determine the specifics of assertive behavior manifestations, which is particularly significant in the professional sphere, where this quality enhances the effectiveness of interactions. Future research may focus on developing methods for assertiveness training in educational and professional environments, considering age and cultural characteristics.*

Key words*: assertive behavior, communication, social adaptation, emotional competence, professional activity.*

Постановка проблеми. Асертивність як психологічна категорія привертає значну увагу дослідників через її ключову роль у формуванні гармонійної особистості та здатності до ефективної інтеграції в суспільство. Сучасний світ, який відзначається швидкими соціальними змінами, створює умови, що вимагають від особистості поєднання адаптивності із самовираженням. Постійне зростання рівня конкуренції, необхідність швидкого прийняття рішень і побудови конструктивних міжособистісних стосунків обумовлюють актуальність дослідження феномену асертивності. Асертивна поведінка стає важливим інструментом досягнення балансу між особистими та суспільними інтересами, дозволяючи індивіду демонструвати впевненість, не порушуючи прав інших людей.

Розвиток асертивності сприяє не лише покращенню комунікативних здібностей, але й забезпечує психологічну стійкість до зовнішніх викликів. Асертивна особистість здатна відкрито висловлювати свої думки, досягати поставлених цілей, не вдаючись до маніпуляцій чи агресії. Така поведінка дозволяє людині уникати зайвої пасивності у стосунках і водночас зберігати повагу до партнерів по спілкуванню. У сучасному соціумі асертивність виступає важливою умовою успішної взаємодії, яка сприяє формуванню здорового мікроклімату в професійному середовищі, вирішенню конфліктів і побудові довготривалих стосунків.

Складність поняття асертивності полягає у його багатовимірності, що охоплює когнітивні, емоційні та поведінкові аспекти. Особистість, яка розвиває асертивність, навчається не лише відстоювати свої права, але й брати відповідальність за власні дії. Це дозволяє їй досягати життєвих і професійних цілей, зберігаючи гармонійні стосунки з іншими людьми. Актуальність дослідження асертивності обумовлена її значущістю для формування соціально зрілої особистості, яка здатна ефективно адаптуватися до швидкозмінних умов сучасного світу.

Аналіз джерел та останніх досліджень. Феномен асертивності займає важливе місце у сучасних дослідженнях, які базуються на різних наукових підходах. У сучасній психології цей феномен розглядається як багатовимірне явище, що включає когнітивний, емоційний і поведінковий аспекти. Т.Г. Дріга акцентує увагу на необхідності чіткого аналізу поняття «асертивність», що дозволяє виявити його зв'язок із суміжними поняттями, такими як впевненість, емоційна стійкість та соціальна адаптація [2]. Дослідження демонструє, що асертивність виступає не тільки як риса особистості, а й як ефективний інструмент міжособистісної взаємодії.

І.П. Камінська та Х.В. Сторожук пропонують структуру асертивності, яка включає ког-

нітивно-смисловий, афективний і поведінковий компоненти. Когнітивно-смисловий компонент спрямований на аналіз ситуацій і прийняття рішень, афективний забезпечує емоційну стабільність, а поведінковий проявляється у впевненій та конструктивній взаємодії з іншими людьми [3]. Розгляд цих компонентів дозволяє поглибити розуміння механізмів формування асертивної поведінки.

С.М. Дмитрієва та Л.П. Бутузова у своїх дослідженнях роблять акцент на впливі екологічних та соціальних умов на розвиток асертивності. Науковці доводять, що низький рівень тривожності та здатність до самоконтролю є основними умовами для формування ефективної асертивної поведінки [1]. Особливу увагу приділено юнацькому віку як сенситивному періоду для розвитку цієї риси, що підтверджує значення соціокультурного контексту.

Е. Сколота підкреслює значущість соціального навчання та моделювання поведінки у процесі формування асертивності. Позитивне підкріплення асертивних моделей сприяє їх закріпленню та розвитку, особливо у професійному середовищі [12]. У вітчизняній психології В.А. Семиченко вказує на асертивність як індивідуально-ціннісну якість, яка тісно пов'язана з моральною відповідальністю та емоційною зрілістю [10].

Аналіз сучасних досліджень свідчить про багатогранність феномену асертивності, яка поєднує когнітивний аналіз, емоційну стійкість та здатність до конструктивної взаємодії. Розвиток цієї риси є важливим для соціальної адаптації, професійного зростання та гармонійної інтеграції в соціум.

Метою статті є визначення ролі асертивності у формуванні зрілої особистості, здатної до ефективної соціальної інтеграції та гармонійного функціонування в умовах сучасного суспільства. Дослідження зосереджується на аналізі структурних компонентів асертивності, її зв'язку з комунікативними навичками, емоційною компетентністю та соціальною адаптацією. Також стаття має на меті окреслити вплив соціокультурних факторів на розвиток асертивної поведінки та можливості її формування у процесі навчання й професійної діяльності.

Виклад основного матеріалу. Поняття «асертивність» походить від англійського дієслова *to assert*, що означає «наполягати», «стверджувати», «заявляти», та латинського *asserere* – «претендувати». У психологічному контексті асертивність визначається як здатність індивіда захищати свої права, висловлювати власну думку, виражати емоції, діяти впевнено, не порушуючи при цьому прав інших осіб і беручи на себе відповідальність за власну поведінку [13]. Основними складовими асертивності є рішучість, емоційна компетентність, соціальна сміливість, ефективна комунікація, а також впевнена поведінка. Протилежними до неї явищами виступають агресія, покірність, маніпуляція, невпевненість і страх соціальної взаємодії [13].

У зарубіжній психології існує два основних напрями дослідження асертивності. Біхевіоральний підхід розглядає асертивність як набуту поведінкову модель, яка формується у відповідь на успіх. Значний внесок у цю концепцію зробили Г. Бейєр, М. Джеймс, Д. Джонговард, Т. Новак, В. Каппоні та інші [2]. Інший підхід, що належить до гуманістичної психології, акцентує увагу на внутрішньому світі особистості. У цьому напрямі працювали А. Маслоу, К. Роджерс, В. Франкл та Е. Фромм [2]. У дослідженнях зарубіжних психологів асертивність тісно пов'язується з такими соціально-психологічними характеристиками, як незалежність, упевненість, успішність і самостійність.

У вітчизняній психології асертивність отримала інтерпретацію через концепти відповідальності, неконформності, моральної переконаності та особистісної позиції. З кінця XX століття її почали розглядати як особистісну рису, що виражає автономність, незалежність від зовнішніх оцінок і здатність до саморегуляції [6; 7]. Значний вплив на формування цього поняття в українській науці мала публікація книги Т. Новака і В. Каппоні, де асертивність представлена як «золота середина» між агресивністю та пасивністю [2].

Асертивна поведінка має значення у багатьох сферах життя, зокрема в професійній діяльності, соціальній взаємодії та особистісному розвитку. Її практичне застосування дозволяє досягати ефективності у комунікації, будувати здорові міжособистісні стосунки та зменшувати рівень конфліктності у взаємодії з іншими.

В.А. Семиченко визначає асертивність як індивідуально-ціннісну якість, що виявля-

ється через активність особистості, здатність зберігати автономність та уникати маніпуляцій з боку оточення [10, с. 304–307]. Ця риса сприяє формуванню комунікативних стратегій, які дозволяють висловлювати ідеї та передавати інформацію відкрито й прямо, поважаючи співрозмовника. Асертивність забезпечує можливість відстоювати власні ідеї, претензії та рішення без зайвого емоційного напруження. Такий підхід до спілкування ефективніше за пасивний і чемніше за агресивний, особливо у професійних комунікаціях [7, с. 163–164].

Основними складовими асертивності є повага, чесність, відкритість, відповідальність, самоконтроль та здатність до делегування. Її структура включає демонстрацію поваги до себе та інших, прямоту і чесність у комунікації, орієнтацію на успіх, уміння слухати, здатність до компромісу та пошук простих рішень у складних ситуаціях [7, с. 143]. У поглядах на структурні компоненти цього феномену дослідники мають різні підходи. Наприклад, І.П. Камінська пропонує модель, що складається з когнітивно-смислового, афективного та поведінкового компонентів [3, с. 10–11]. Когнітивно-смислова складова забезпечує адекватну оцінку ситуації, вибір відповідних дій та орієнтацію у подіях. Гнучке мислення виступає головним інструментом цього процесу.

Афективна складова базується на впевненості у собі, довірі до світу та прийнятті нового досвіду. На думку С.М. Дмитрієвої, ключовими параметрами цього компонента є низька тривожність і прагнення до благополуччя [1, с. 12–13]. Поведінкова складова включає незалежність, відповідальність, готовність до ризику та конструктивну агресію. Дмитрієва підкреслює, що агресія в цьому контексті має активний, але не ворожий характер, спрямований на досягнення мети.

Соціально-когнітивний підхід пов'язує асертивність з ефективністю, екстернальним локусом контролю та принципом взаємного детермінізму. У межах цього підходу особистість не лише адаптується до соціального середовища, але й активно формує його. Високий рівень самоефективності дозволяє людині усвідомлювати власну компетентність, бути впевненою у своїх здібностях та очікувати успіху під час вирішення завдань [12]. Таким чином, асертивність охоплює когнітивні, емоційні та поведінкові аспекти, які сприяють гармонійному розвитку особистості.

Люди з недостатньо розвиненою асертивністю схильні до використання стратегій уникнення або компромісу. Такі підходи інколи є корисними, проте вони можуть спричиняти ситуації, коли учасник конфлікту втрачає можливість задовольнити свої реальні потреби [11]. Особи з високим рівнем асертивності, навпаки, орієнтуються на співпрацю або конкуренцію. Такий підхід дозволяє відкрито висловлювати свої інтереси, пропонувати конструктивні рішення, які враховують потреби обох сторін, та зберігати взаємну вигоду [9].

Асертивність допомагає підтримувати баланс між захистом власних інтересів і збереженням позитивних стосунків. Вибір стратегії в конфліктних ситуаціях залежить від зовнішніх чинників, таких як соціокультурні норми, наявний досвід розв'язання конфліктів або страх перед можливими негативними наслідками. Успішне вирішення конфлікту передбачає врахування контекстуальної специфіки ситуації та вибір тактики, що відповідає інтересам усіх учасників [6].

Асертивність суттєво відрізняється від агресивності. Перший підхід сприяє відкритому вираженню власних потреб без порушення прав інших, тоді як агресивна поведінка часто провокує ескалацію конфлікту і загострює стосунки [6]. Використання комбінованих стратегій може бути оптимальним рішенням залежно від складності конфлікту та його значущості для сторін. Раціональний підхід до вирішення подібних ситуацій дозволяє ефективно управляти як власними емоціями, так і динамікою взаємодії [14].

Асертивність не є незмінною характеристикою особистості, оскільки її рівень може змінюватися під впливом соціокультурних та індивідуальних факторів. Дослідження підтверджують, що з віком людина здобуває більшу впевненість у собі та своїх діях, що сприяє розвитку асертивності. Молодь частіше зіштовхується зі страхами соціальної взаємодії та невпевненістю, що провокує пасивну поведінку [9].

Згідно з теорією самоефективності, впевненість у власних силах впливає на здатність особистості ефективно виконувати лідерські та управлінські ролі. Люди з високим рівнем

впевненості демонструють вищий рівень самоефективності, що сприяє їхній готовності до виконання управлінських завдань. Наприклад, студенти з розвиненою впевненістю в собі частіше виявляють ініціативу, ефективно приймають рішення та беруть на себе відповідальність за дії [6]. Асертивність у таких випадках забезпечує віру у здатність досягати успіху, що стимулює розвиток необхідних навичок та знань.

Теорія соціального навчання пояснює асертивність як поведінку, засвоєну під впливом соціальних моделей і підкріплення. Спостереження за асертивними рольовими моделями та отримання позитивного зворотного зв'язку за подібну поведінку сприяють формуванню асертивних навичок, необхідних для психологічної готовності до управління [9]. Теорія рис лідерства додає, що асертивність є ключовою рисою, яка пов'язується з ефективністю лідерства. Люди з високим рівнем асертивності частіше демонструють рішучість, комунікативні здібності та впевненість, які сприяють успішному виконанню лідерських функцій [12].

Отже, асертивність виступає важливим компонентом психологічної готовності до управлінської діяльності. Розвиток цієї риси можливий через моделювання поведінки, формування самоефективності та засвоєння соціально значущих навичок у процесі навчання та професійної підготовки

Рівень асертивності у професійній діяльності варіюється залежно від специфіки обраної сфери та соціальних ролей, які виконує особистість. У галузях управління та підприємництва асертивність виступає ключовою навичкою, що сприяє досягненню кар'єрного успіху. У соціальних професіях, де емпатія та комунікативні здібності мають особливе значення, асертивна поведінка забезпечує ефективну взаємодію і сприяє врегулюванню конфліктів [12].

Культурні норми та соціально-політичний контекст суттєво впливають на розвиток асертивності. У кожному суспільстві існують специфічні уявлення про прийнятні способи взаємодії, які визначають, як люди висловлюють свої почуття, захищають права і взаємодіють з оточенням. У культурах колективістського типу асертивність іноді асоціюється з агресією або конфліктністю, що спричиняє певні труднощі у відкритому висловленні власних інтересів. У цих суспільствах соціальна гармонія та уникнення конфліктів вважаються пріоритетними, що обмежує можливості для розвитку асертивної поведінки [20].

Індивідуалістичні культури, на відміну від колективістських, заохочують самовираження та відкриту демонстрацію власної позиції. Орієнтація на досягнення особистих цілей та самоствердження створює сприятливі умови для формування високого рівня асертивності. Свобода у висловленні поглядів і емоцій у таких суспільствах є важливим аспектом соціальної взаємодії, що сприяє як особистісному розвитку, так і ефективному вирішенню міжособистісних питань [4].

Соціально-політичні умови суттєво впливають на розвиток асертивності. У демократичних суспільствах, де права і свободи особистості захищені на законодавчому рівні, асертивність розглядається як важлива риса для самореалізації в соціальній і професійній сфері. Можливість відкрито відстоювати свої права і висловлювати інтереси, не побоюючись соціального чи політичного тиску, сприяє формуванню асертивної поведінки [30]. У протилежність цьому, авторитарні та традиційні суспільства накладають обмеження на індивідуальні прояви, підпорядковуючи їх груповим інтересам. У таких умовах асертивність може сприйматися як загроза суспільній гармонії, а її прояви можуть викликати осуд або соціальну ізоляцію.

Зріла особистість демонструє асертивність через здатність адаптувати свою поведінку у спілкуванні, діяльності та пізнавальній активності. Відчуття внутрішньої сили, емоційна стабільність, відповідальність за прийняті рішення, а також позитивне ставлення до себе і до оточення є основними показниками асертивності. Ця якість сприяє досягненню цілей без шкоди для інших людей, створюючи основу для ефективної комунікації та емоційної взаємодії [3].

Емоційна компетентність виступає важливою складовою асертивності. Усвідомлення і контроль власних емоцій дозволяють підтримувати стабільний емоційний стиль, що є необхідною умовою для асертивної поведінки. Довіра до себе, як базова риса зрілої особистості, визначає здатність до самостійного вибору цілей і реалізації власних планів. Вона існує у гармонії з довірою до світу, забезпечуючи

емоційну відкритість та впевненість у власних силах [3].

Асертивність реалізується через низку поведінкових навичок:

− уважне вислуховування співрозмовника з розумінням його потреб;

− чітке формулювання своїх намірів і сприяння їх реалізації;

− аргументована і спокійна реакція на критику;

− здатність відкидати неприйнятні судження без особистісних оцінок.

Зазначені риси і вміння формують основу для ефективної взаємодії, що відповідає принципам емоційної і соціальної рівноваги.

Підлітковий і юнацький вік є сенситивним періодом для формування асертивності, адже саме в цей час завершується розвиток психофізичних і особистісних якостей. Цей період дозволяє молодій людині зайняти чітку ціннісну позицію щодо себе, оточуючих і світу, а також будувати стратегію досягнення своїх цілей [5]. Асертивність як риса особистості виражається через такі характеристики, як цілеспрямованість, конструктивність, впевненість у собі, відповідальність, рішучість, самостійність, незалежність, саме ефективність, суб'єктність, ініціативність, наполегливість, вимогливість, здатність до емпатії, рефлексії та аналізу.

Формування асертивної поведінки ґрунтується на самоаналізі, здатності до самоспостереження і самообмірковування, а також аналізі власних дій і думок. Для розвитку асертивності важливе усвідомлення власних прав і обов'язків, адекватна оцінка себе та інших, чітке розуміння власних цілей і готовність приймати компромісні рішення [5]. Асертивність не розвивається ізольовано, її становлення можливе лише через активну взаємодію в соціумі. Соціальне середовище та міжособистісні контакти забезпечують необхідні умови для розвитку цієї риси.

Асертивна поведінка характеризується послідовним відстоюванням інтересів, відкритим висловленням планів і намірів з одночасним дотриманням поваги до інтересів інших учасників взаємодії. Особистісні риси, такі як впевненість, рішучість і відповідальність, визначають прояви асертивності через призму мотиваційної системи та ціннісних орієнтацій [5]. Таким чином, асертивність є ключовим чинником, який сприяє гармонійному розвитку особистості та ефективній соціальній адаптації.

Асертивність виступає ключовою умовою для формування особистості як активного суб'єкта, здатного до свідомого вибору напрямку професійного розвитку та життєвих цілей. Розвиток асертивної поведінки базується на самоаналізі, що включає такі складові: прагнення до самопізнання, здатність аналізувати поставлені цілі, бажання визначити своє місце у соціумі та рефлексію власного вибору, яка враховує особистісні домагання [5].

Потреба в оцінюванні свого становища в контексті ставлення інших людей сприяє формуванню адекватної самооцінки. Здатність до самоспостереження та аналізу власних дій допомагає розпізнавати індивідуальні якості, коригувати їх та долати суб'єктивні труднощі, що виникають під час діяльності. Правильне розуміння своїх здібностей, характеру та нахилів сприяє ефективній розробці реалістичних планів, які враховують думки оточуючих [8].

Контроль за власними діями та думками має вирішальне значення для досягнення успіху. Успішна поведінка залежить від здатності слухати оцінки результатів діяльності з боку інших та враховувати ці відгуки. Побудова життєвих цілей на основі індивідуальних властивостей та можливостей дозволяє людині утвердитися як незалежна особистість. Віра у власні сили, почуття гідності та повага до себе є фундаментом асертивної поведінки [5].

Здатність до рефлексії, гнучкого мислення та адекватного самоконтролю формує основу для досягнення гармонії у міжособистісних стосунках і професійному зростанні. Асертивність дозволяє особистості реалізувати свій потенціал через відкриту взаємодію із соціумом, забезпечуючи при цьому конструктивне вирішення конфліктів і ефективне досягнення поставлених цілей.

Висновки. Асертивність є психологічною характеристикою особистості, яка забезпечує ефективну соціальну адаптацію, емоційну стабільність та успішну комунікацію. Аналіз її структурних компонентів дозволяє розглядати асертивну поведінку як багатовимірне явище, що інтегрує когнітивний аналіз, емоційну стійкість і впевнену взаємодію. Формування цієї якості базується на самоаналізі, рефлексії, усвідомленні власних прав і обов'язків, що сприяє

відкритому відстоюванню інтересів із дотриманням поваги до інших учасників взаємодії.

У демократичних суспільствах асертивність є елементом самореалізації та комунікації, тоді як у колективістських культурах прояви асертивної поведінки часто обмежуються соціальними нормами. У професійній сфері асертивність відіграє вирішальну роль у розв'язанні конфліктів, підвищенні ефективності співпраці та зміцненні довіри між учасниками взаємодії, що робить її незамінною складовою успішної діяльності.

Перспективи подальших досліджень можуть бути направленні на розгляд формування асертивної поведінки в освітньому середовищі з урахуванням вікових і соціальних особливостей, розробкою тренінгових програм для професійного розвитку менеджерів, педагогів та соціальних працівників, а також аналізом культурних відмінностей у сприйнятті асертивності в міжкультурних комунікаціях. Вивчення зв'язку між асертивністю та психологічною стійкістю, особливо в умовах стресу і професійного вигорання, відкриває можливості для створення нових методик розвитку цієї якості, спрямованих на покращення міжособистісної взаємодії, емоційної рівноваги та особистісної автономності.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Дмитрієва С. М., Бутузова Л. П. Розвиток асертивності юнаків як умови екологічної трансформації їх агресивності. *Herald of kiev institute of business and technology*. 2021. Т. 47, № 1. С. 64–72. https://doi.org/10.37203/kibit.2021.47.09.

2. Дріга Т. Г. Контент-аналіз поняття «асертивність». *Теоретичні і прикладні проблеми психології*. 2015. № 3 (38). С. 158–165.

3. Камінська І. П., Сторожук Х. В. Асертивність майбутніх медиків як фактор успішної професійної діяльності. *Медицина та фармація: освітні дискурси*. 2024. № 1. С. 10–16. https://doi.org/10.32782/eddiscourses/2024-1-2.

4. Лучків В. З. Психологічні особливості розвитку асертивності в юнацькому віці : дис. ... канд. психол. наук : 19.00.07 / Житомир. держ. ун-т. ім. І. Франка. Нац. пед. ун-т. ім. М. П. Драгоманова. Житомир, 2017. 200 с.

5. Мельничук С. К. Асертивність як детермінанта розвитку психологічного потенціалу студентів. *Вісник Одеського національного університету імені І. І. Мечникова. Сер. Психологія*. 2012. Т. 17. Вип. 8. С. 407–413.

6. Нагаєвська І. О. Псхологічні умови розвитку асертивної поведінки в учнів професійно-технічних навчальних закладів : автореф. дис. канд. псих. наук. Київ, 2017. 20 с.

7. Подоляк Н. Асертивність психолога як умова ефективного міжособистісного спілкування. *Problems of the humanitarian sciences. psychology series*. 2022. № 49. С. 72–84. https://doi.org/10.24919/2312-8437.49.255845.

8. Полякова Н.О. Безпека життєдіяльності: конспект лекцій. Київ, 2023. 64 с.

9. Психологічні аспекти медичної праці: навч. посібник / Уклад. І.В. Федік. Київ. : ДП «Вид. Дім «Персонал», 2017. 126 с.

10. Семиченко В.А. Психологія особистості. Київ. : Видавець Ешке О.М., 2001. 427 с.

11. Синоруб Г.П. Асертивність як необхідна якість толерантної поведінки журналіста. *Вчені записки Таврійського національного університету ім. В.І. Вернадского. Серія «Філологія. Соціальні комунікації»*. 2012. Т. 25 (64). № 4. Ч.№1. С. 131–134.

12. Сколота Е. В. Структурно-динамічна модель асертивності майбутніх фахівців соціономічного профілю. *ІІ міжнародна науково-практична конференція таврійського національного університету імені В. І. Вернадського до 105-ї річниці від заснування університету*. 2023. https://doi.org/10.36059/978-966-397-355-5-11.

13. Чулкова К. О. Аналіз досліджень проблеми асертивної поведінки особистості. *Психологічний часопис*. 2018. Т. 1. Вип. 11. 2018. С. 38–45.

14. Шинкар М. І. Проблема асертивності в сучасному суспільстві. *Вісник Національного університету оборони України. Сер. Питання психології.* 2020. Т. 1. Вип. 54. 2020. С. 210–213.

REFERENCES:

1. Dmytriieva, S. M., & Butuzova, L. P. (2021). Rozvytok asertyvnosti yunakiv yak umovy ekolohichnoi transformatsii yikh ahresyvnosti [Development of assertiveness in young people as a condition for the ecological transformation of their aggressiveness]. *Herald of Kiev Institute of Business and Technology*, 47(1), 64–72. https://doi.org/10.37203/kibit.2021.47.09 [in Ukrainian].

2. Dryha, T. H. (2015). Kontent-analiz poniattia «asertyvnist» [Content analysis of the concept «assertiveness»]. *Teoretychni i prykladni problemy psykholohii – Theoretical and Applied Problems of Psychology*, (3)38, 158–165. [in Ukrainian].

3. Kaminska, I. P., & Storozhuk, Kh. V. (2024). Asertyvnist maibutnikh medykiv yak faktor uspishnoi profesiinoi diialnosti [Assertiveness of future doctors as a factor of successful professional activity]. *Medytsyna ta farmatsiia: osvitni dyskursy – Medicine and Pharmacy: Educational Discourses*, (1), 10–16. https://doi.org/10.32782/eddiscourses/2024-1-2 [in Ukrainian].

4. Luchkiv, V. Z. (2017). Psykholohichni osoblyvosti rozvytku asertyvnosti v yunatskomu vitsi [Psychological features of assertiveness development in adolescence]. *Candidate's thesis.* Zhytomyr State University named after I. Franko. National Pedagogical University named after M. P. Drahomanov. Zhytomyr. [in Ukrainian].

5. Melnychuk, S. K. (2012). Asertyvnist yak determinant rozvytku psykholohichnoho potentsialu studentiv [Assertiveness as a determinant of psychological potential development in students]. *Visnyk Odeskoho natsionalnoho universytetu imeni I. I. Mechnykova. Seriia Psykholohiia – Bulletin of Odessa National University named after I. I. Mechnikov. Psychology Series*, 17(8), 407–413. [in Ukrainian].

6. Nahaievska, I. O. (2017). Psykholohichni umovy rozvytku asertyvnoi povedinky v uchniv profesiino-tekhnichnykh navchalnykh zakladiv [Psychological conditions for the development of assertive behavior in vocational school students]. *Extended abstract of Candidate's thesis.* Kyiv. [in Ukrainian].

7. Podoliak, N. (2022). Asertyvnist psykholoha yak umova efektyvnoho mizhosobystisnoho spilkuvannia [Assertiveness of a psychologist as a condition for effective interpersonal communication]. *Problems of the Humanitarian Sciences. Psychology Series*, (49), 72–84. https://doi.org/10.24919/2312-8437.49.255845 [in Ukrainian].

8. Poliakova, N. O. (2023). *Bezpeka zhyttiediialnosti: konspekt lektsii [Safety of life: lecture notes]*. Kyiv. [in Ukrainian].

9. Fedik, I. V. (2017). *Psykholohichni aspekty medychnoi pratsi: navchalnyi posibnyk [Psychological aspects of medical work: textbook].* Kyiv: DP «Vydavnychyi Dim «Personal». [in Ukrainian].

10. Semychenko, V. A. (2001). *Psykholohiia osobystosti [Psychology of personality].* Kyiv: Vydavets Eshke O.M. [in Ukrainian].

11. Synorub, H. P. (2012). Asertyvnist yak neobkhidna yakist tolerantnoi povedinky zhurnalista [Assertiveness as a necessary quality of a journalist's tolerant behavior]. *Vcheni zapysky Tavriiskoho natsionalnoho universytetu imeni V. I. Vernadskoho. Seriia «Filolohiia. Sotsialni komunikatsii» – Scientific Notes of the Tavriya National University named after V. I. Vernadsky. Series «Philology. Social Communications»*, 25(64)(4), 131–134. [in Ukrainian].

12. Skolota, E. V. (2023). Strukturno-dynamichna model asertyvnosti maibutnikh fakhivtsiv sotsionomichnoho profiliu [Structural-dynamic model of assertiveness of future professionals in the social domain]. *II International Scientific-Practical Conference of Tavriya National University named after V. I. Vernadsky, dedicated to the 105th anniversary of the university*. https://doi.org/10.36059/978-966-397-355-5-11 [in Ukrainian].

13. Chulkova, K. O. (2018). Analiz doslidzhen problemy asertyvnoi povedinky osobystosti [Analysis of studies on the problem of assertive behavior of personality]. *Psykholohichnyi chasopys – Psychological Journal*, 1(11), 38–45. [in Ukrainian].

14. Shynkar, M. I. (2020). Problema asertyvnosti v suchasnomu suspilstvi [The problem of assertiveness in modern society]. *Visnyk Natsionalnoho universytetu oborony Ukrainy. Seriia Pytannia psykholohii – Bulletin of the National Defense University of Ukraine. Psychology Series*, 1(54), 210–213. [in Ukrainian].