

Актуальні проблеми сучасної психології: перспективи та пріоритетні напрями наукових досліджень молодих науковців [за ред. кол. Л.А. Онуфрієва, Беата Земба, Марик Палюх та ін.] - Кам'янець-Подільський: ПП «Медобори», 2015. - Вип. 1. - С. 18-20.

Білоущенко В.В.
старший лаборант кафедри
загальної та соціальної психології,
факультет психології, історії та соціології
Херсонський державний університет
м. Херсон, Україна

АСЕРТИВНІСТЬ ЯК ОСОБИСТІСНА РИСА

В сучасній Україні гостро відчувається потреба в людях, які вміють створювати психологічний клімат у колективі, здатних аналітично мислити, вміють слухати і говорити з людьми.

Важливим завданням вітчизняної психології є дослідження різних властивостей і рис особистості, які формуються і проявляються в конкретній діяльності людини і впливають на ефективність цієї діяльності. Однією з цих рис є асертивність – основа оптимального, конструктивного способу міжособистісної взаємодії [1].

Термін «асертивність» є похідним від англійського дієслова assert (наполягати, стверджувати, заявляти). У психології асертивність розуміється як якість особистості, як здатність людини конструктивно відстоювати свої права, демонструвати позитивне і шанобливе ставлення до інших людей, як здатність захищати власні інтереси, формулювати і відстоювати свою думку, вільно висловлювати свої почуття і емоції, досягати поставленої мети, при цьому не порушувати права інших людей і брати на себе відповідальність за власну поведінку [3].

Асертивність почав вивчати Ендрю Селтер. Він виділив і описав характеристики асертивності. До основних характеристик асертивності автор відносить: емоційність мовлення; експресивність поведінки; уміння протистояти напору і атакувати; уміння не «ховатися» за невизначеними

формулюваннями; неприйняття самоприниження і недооцінки своїх сил і якостей особистості; здатність до імпровізації у поведінці.

Схожої думки щодо проблеми асертивності дотримується і К. Рудестам, який стверджує, що асертивна поведінка виявляється: у вмінні будувати відносини в бажаному напрямі з іншими, тобто в соціальних уміннях; у вмінні звернутися до інших людей з проханням; у вмінні відповісти негативно на вимоги інших, протистояти їм; у самоповазі; у впевненості в собі (невпевнена в собі людина стримує почуття внаслідок тривоги, внаслідок почуття провини і недостатніх соціальних умінь).

Асертивність є складним утворенням, що характеризується своєрідністю структури, змістовними й практично-дієвими якісними характеристиками. Цілеспрямовано формувати асертивну поведінку можна комплексно, залучаючи різні соціальні інститути: сім'ю, дошкільні навчальні заклади, загальноосвітні й спеціалізовані школи, заклади додаткової освіти й виховання. У той же час асертивна поведінка передбачає «неагресивну впевненість».

Формування асертивності як особистісної риси в першу чергу передбачає, щоб людина віддала собі звіт, наскільки його поведінка визначається його власними схильностями і спонуканнями, а наскільки - кимось нав'язаними установками [4].

Ця процедура багато в чому схожа зі сценарним аналізом Е. Берна, тобто, за термінологією Е. 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 слід його відкоригувати. Часто виявляється, що людина знаходиться у «полоні» чужих установок, і від цього несвідомого 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.

Теоретичний аналіз наукової літератури свідчить про те, що несформованість асертивної поведінки, як способу адекватної взаємодії в

міжособистісних відносинах, показника недостатньої розвиненості вольових якостей і комунікативних навичок, сприяє дезадаптованості людини в соціальній, сімейній, професійній сферах та може провокувати формування девіантних форм поведінки.

Прояснити структурні характеристики впевненості у собі допомагає модель М. Розенберга, що включає в себе вимірювання, що характеризують окремі компоненти або «образ Я»: стійкість (стабільність або мінливість уявлення індивіда про себе і своїх властивостях); впевненість у собі (відчуття можливості досягти поставлених перед собою цілей); самоповагу (прийняття себе як особистості, визнання своєї соціальної і людської цінності); кристалізацію (легкість чи труднощі зміни індивідом уявлення про себе). Впевненість у собі, як відчуття можливості досягти поставлених перед собою цілей, розглядається як окремий компонент свідомості або вимір «образу я», поряд зі стійкістю, самоповагою і кристалізацією.

Як відзначає у своїй роботі Т.А. Коробкова асертивність це якість особистості, що характеризує її автономність, незалежність від чужої думки й оцінки оточуючих людей, прийняття себе, здатність самостійно планувати власне життя, бути самим собою здійснювати свої плани і брати на себе відповідальність за власну поведінку [2].

Проведений аналіз літератури дозволяє вважати, що асертивність - це великий ступінь свободи у відстоюванні своїх прав, переконаність у своїй правоті, самоповага і самопошана до людей, з якими особистість взаємодіє. Асертивна поведінка - це поведінка, яка дозволяє людині висловлюватися чітко і однозначно, чинити порядно, діяти переконливо, уникати маніпулювання оточенням, розуміти себе та інших, вміти наполягати на своєму.

Список використаних джерел

1. Дайнеко Ю.Б. Развитие асертивности студентов психолого-педагогических специальностей вуза / Ю.Б. Дайнеко // Приоритетные направления развития вузовской науки: от теории к практике. Сборник

материалов II Международной научно-практической конференции / Под редакцией к.п.н., доцента Климовой О.В. – Троицк: Троицкий филиал ФГБОУ ВПО «ЧелГУ». – 2013. – Часть 1. – 274 с.

2. Коробкова Т. А. Ассертивность как вид педагогической коммуникации / Т. А. Коробкова. – Нижний Новгород : Изд. ВИПИ, 2000. – С. 138–139

3. Степанов С. С. Популярная психологическая энциклопедия: — М.: Изд-во Эксмо, 2005. - 672 с.

4. Фальова О.Є. Асертивність як фактор самореалізації особистості жінки / О.Є. Фальова // Вісник Харківського національного педагогічного університету імені Г.С. Сковороди. Серія «Психологія» - 2015. - № 50