

ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ВЗАЄМОЗВ'ЯЗКУ АСЕРТИВНОСТІ ТА СТИЛІВ КОНФЛІКТНОЇ ВЗАЄМОДІЇ У ПІДЛІТКІВ

Валькова Діана

У сучасних умовах трансформації українського суспільства, посилення соціальної напруги, інформаційного перевантаження та ускладнення міжособистісних взаємодій особливої актуальності набуває проблема ефективної комунікації особистості. Особливо це стосується підліткового віку, який є критичним етапом становлення особистості, формування її ціннісних орієнтацій, самосвідомості та поведінкових стратегій (Заброцький, 2009; Павелків, 2015).

У підлітковому віці інтенсивно розвиваються механізми саморегуляції, формується здатність до самовираження та відстоювання власної позиції, що нерідко супроводжується підвищеною конфліктністю. Це обумовлено як віковими особливостями психічного розвитку, так і впливом соціального середовища (Близнюкова, 2010).

У цьому контексті важливого значення набуває феномен асертивності, який розглядається як здатність особистості впевнено і відкрито висловлювати власні думки, почуття та потреби, не порушуючи при цьому прав інших (Гуменюк, 2002). Асертивність забезпечує баланс між пасивністю та агресією, виступаючи основою конструктивної міжособистісної взаємодії

Водночас стилі конфліктної взаємодії відображають типові способи реагування особистості на ситуації протиріч. У підлітковому віці часто спостерігається домінування неефективних стратегій — уникнення або агресивного суперництва, що негативно впливає на соціальну адаптацію та психологічний стан особистості (Чайковська, 2016; Коць, 2007).

Незважаючи на значну кількість наукових досліджень, присвячених проблемам асертивності та конфліктної поведінки, питання їх взаємозв'язку у підлітковому віці потребує подальшого теоретичного осмислення. Особливо

актуальним є визначення ролі асертивності як чинника вибору конструктивних стилів поведінки у конфлікті, що й зумовлює необхідність даного дослідження.

Метою теоретичного аналізу є узагальнення наукових підходів до розуміння сутності асертивності та стилів конфліктної взаємодії, а також визначення особливостей їх взаємозв'язку у підлітковому віці.

У результаті теоретичного аналізу встановлено, що асертивність є складним багатовимірним феноменом, який розглядається як поведінкова навичка, особистісна риса та інтегральна характеристика особистості. Вона передбачає здатність до відкритого, впевненого та соціально прийнятного самовираження, що базується на повазі до себе та інших.

Формування концепції асертивності відбувалося у межах різних психологічних підходів. У біхевіоральному напрямі вона розглядається як набута поведінкова навичка, яка формується шляхом тренування. У гуманістичній психології асертивність пов'язується з процесами самоактуалізації, самоприйняття та особистісного зростання. Соціально-когнітивний підхід підкреслює роль навчання через спостереження та соціальний досвід у формуванні асертивної поведінки.

Асертивність займає проміжне положення між пасивною та агресивною поведінкою, виступаючи найбільш конструктивною формою взаємодії. До її основних компонентів належать впевненість у собі, адекватна самооцінка, емоційна стабільність, відповідальність за власну поведінку, емпатія та комунікативна компетентність.

Паралельно було проаналізовано феномен конфлікту, який визначається як зіткнення протилежних інтересів, цінностей або потреб, що супроводжується емоційним напруженням (Гірник, 2010; Дуткевич, 2004). Конфлікти можуть мати як конструктивний, так і деструктивний характер залежно від способу їх вирішення.

Особливу увагу приділено класифікації стилів поведінки у конфлікті.

Виділяють п'ять основних стратегій:

- 1) конкуренція,
- 2) співробітництво,
- 3) компроміс,
- 4) уникнення,
- 5) пристосування.

Ці стилі відрізняються співвідношенням орієнтації на власні інтереси та інтереси інших учасників взаємодії.

У підлітковому віці вибір стилю конфліктної поведінки зумовлюється низкою факторів: рівнем самооцінки, розвитком емоційної сфери, комунікативними навичками, соціальним досвідом та особливостями виховання (Токарева, 2014).

Встановлено, що асертивність виступає ключовим чинником, який визначає характер поведінки у конфліктних ситуаціях. Підлітки з високим рівнем асертивності частіше використовують конструктивні стратегії — співробітництво та компроміс, що сприяє ефективному розв'язанню конфліктів та збереженню міжособистісних відносин.

Натомість низький рівень асертивності пов'язаний із використанням пасивних (уникнення, пристосування) або агресивних (конкуренція) стратегій, що може призводити до загострення конфліктів або внутрішньоособистісної напруги (Пов'якель, 2012).

Окремо розглянуто феномен псевдоасертивності, який проявляється у формі агресивної поведінки та прагнення домінування. Така поведінка не сприяє конструктивній взаємодії та негативно впливає на соціальну адаптацію підлітків.

Таким чином, асертивність виступає важливим регулятором поведінки у конфліктних ситуаціях, забезпечуючи баланс між власними інтересами та інтересами інших і сприяючи формуванню ефективної комунікативної взаємодії.

У результаті проведеного теоретичного аналізу встановлено, що асертивність

є інтегральною характеристикою особистості, яка забезпечує ефективну міжособистісну взаємодію та сприяє конструктивному вирішенню конфліктів. Вона формується у процесі соціалізації та може цілеспрямовано розвиватися.

З'ясовано, що конфліктна взаємодія є невід'ємною складовою соціального життя, а стилі поведінки у конфлікті відображають типові способи реагування особистості. Найбільш конструктивними є співробітництво та компроміс, тоді як інші стратегії можуть мати як адаптивний, так і деструктивний характер.

Доведено наявність тісного взаємозв'язку між рівнем асертивності та вибором стилю конфліктної поведінки у підлітків. Високий рівень асертивності сприяє конструктивній взаємодії, тоді як її недостатній розвиток зумовлює схильність до неефективних форм поведінки.

Отже, розвиток асертивності є важливим напрямом психолого-педагогічної роботи, спрямованої на формування ефективних моделей поведінки у конфліктних ситуаціях, підвищення рівня соціальної адаптації та гармонізацію міжособистісних відносин підлітків.

Список використаних джерел

1. Близнюкова О. М. Психологічний аналіз чинників кризи підліткового віку. *Проблеми сучасної психології*. Кам'янець-Подільський: Аксіома, 2010. Вип. 8. С. 66–75.
2. Гірник А. М. Основи конфліктології. Київ: Києво-Могилянська академія, 2010. 222 с.
3. Дуткевич Т. В. Конфліктологія з основами психології управління. Кам'янець-Подільський, 2004. 351 с.
4. Котлова Л. О. Гендерні особливості конфліктної поведінки у підлітковому та юнацькому віці. *Педагогічна освіта: теорія і практика*. 2013. Вип. 19. С. 95–99.
5. Маноха І. П. Психологія потаємного «Я». Київ: Поліграф-книга, 2001. 448 с.
6. Павелків В. Р. Вікова психологія: підручник. Київ: Кондор, 2015. 469 с.
7. Пов'якель Н. І. Психопрофілактика конфліктів. Київ: Шкільний світ, 2012. 128 с.
8. Чайковська О. М. Психологія підліткової конфліктності: навчальний посібник. Кам'янець-Подільський, 2016. 126 с.