

## ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГІЧНІ ЗАСАДИ ВЗАЄМОЗВ'ЯЗКУ АСЕРТИВНОСТІ ТА СТИЛІВ КОНФЛІКТНОЇ ВЗАЄМОДІЇ У ПІДЛІТКІВ

Валькова Діана

У сучасних умовах трансформації українського суспільства, зростання соціальної напруги, інформаційного навантаження та міжособистісних суперечностей особливої актуальності набуває проблема ефективної комунікації особистості. Підлітковий вік є критичним періодом формування соціальних навичок, самосвідомості та моделей поведінки, що визначають подальшу соціалізацію індивіда. Саме в цей період інтенсивно формуються механізми саморегуляції, здатність до відстоювання власної позиції, а також способи реагування на конфліктні ситуації.

Асертивність як інтегративна властивість особистості виступає важливим психологічним ресурсом, що забезпечує баланс між захистом власних інтересів і повагою до прав інших. Водночас стилі конфліктної взаємодії відображають типові стратегії поведінки особистості у ситуаціях протиріч. Проблема полягає в тому, що підлітки часто демонструють або пасивну, або агресивну поведінку, що ускладнює конструктивне вирішення конфліктів і негативно впливає на їх психоемоційний стан та міжособистісні стосунки.

Незважаючи на значну кількість досліджень, присвячених окремо асертивності та конфліктній поведінці, 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. Це обумовлює необхідність комплексного аналізу зазначеної проблематики.

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

У ході теоретичного аналізу встановлено, що асертивність є складним

багатовимірним феноменом, який розглядається у психології як поведінкова компетентність, особистісна риса та інтегральна характеристика особистості. Її сутність полягає у здатності людини відкрито, впевнено та соціально прийнятно висловлювати власні думки, почуття й потреби, не порушуючи при цьому прав інших.

Формування концепції асертивності відбувалося під впливом різних психологічних напрямів, зокрема біхевіоризму, гуманістичної психології, гештальт-підходу та соціально-когнітивної теорії. У межах біхевіорального підходу асертивність розглядається як набута поведінкова навичка, яка може формуватися шляхом спеціального тренінгу. Представники гуманістичної психології акцентують увагу на зв'язку асертивності з процесами самоактуалізації, самоприйняття та розвитку особистісної автономії.

Важливим є те, що асертивність займає проміжне положення між пасивною та агресивною поведінкою, виступаючи найбільш конструктивною формою міжособистісної взаємодії. Вона включає такі компоненти, як впевненість у собі, самоповага, відповідальність за власну поведінку, емпатія та здатність до ефективної комунікації.

Паралельно було розглянуто проблему конфліктної взаємодії. Конфлікт визначається як зіткнення протилежних інтересів, потреб або цінностей, що супроводжується емоційним напруженням. У психології виділяють конструктивні та деструктивні конфлікти, залежно від їх наслідків для учасників взаємодії.

Особливу увагу приділено класифікації стилів поведінки у конфлікті, відповідно до якої виокремлюють п'ять основних стратегій: конкуренція, співробітництво, компроміс, уникнення та пристосування. Кожен із цих стилів характеризується різним співвідношенням орієнтації на власні інтереси та інтереси іншої сторони.

У підлітковому віці вибір стилю конфліктної поведінки зумовлюється низкою психологічних чинників, серед яких провідними є рівень самооцінки, розвиток

комунікативної компетентності, емоційна стабільність та соціальний досвід. Підлітки з високою самооцінкою частіше обирають активні стратегії (співробітництво, конкуренція), тоді як невпевнені в собі — схильні до уникнення або пристосування.

Встановлено, що асертивність відіграє ключову роль у виборі стилю конфліктної взаємодії. Високий рівень асертивності сприяє використанню конструктивних стратегій – співробітництва та компромісу, які забезпечують ефективне вирішення конфліктів і збереження міжособистісних стосунків. Натомість низький рівень асертивності пов'язаний із домінуванням пасивних або деструктивних стилів, що можуть призводити до накопичення внутрішньої напруги або загострення конфліктів.

Окремо виділено явище псевдоасертивності, яке проявляється у формі агресивної поведінки та пов'язане з орієнтацією на домінування. Така поведінка не є конструктивною та може негативно впливати на соціальну адаптацію підлітка.

Таким чином, асертивність виступає важливим регулятором поведінки у конфліктних ситуаціях, забезпечуючи оптимальний баланс між власними інтересами та інтересами інших. Її розвиток є необхідною умовою формування ефективної комунікативної поведінки та гармонізації міжособистісних стосунків у підлітковому середовищі.

У результаті проведеного теоретичного аналізу встановлено, що асертивність є інтегральною характеристикою особистості, яка забезпечує ефективну міжособистісну взаємодію та сприяє конструктивному вирішенню конфліктів. Вона формується під впливом соціального досвіду та може розвиватися у процесі навчання і тренінгової роботи.

З'ясовано, що конфліктна взаємодія є невід'ємною складовою соціального життя, а стилі поведінки у конфлікті відображають типові способи реагування особистості на суперечності. Найбільш конструктивними є стратегії

співробітництва та компромісу, тоді як уникнення, пристосування та конкуренція можуть мати як адаптивний, так і деструктивний характер залежно від ситуації.

Доведено, що існує тісний взаємозв'язок між рівнем асертивності та вибором стилю конфліктної поведінки у підлітків. Високий рівень асертивності сприяє використанню конструктивних стратегій, тоді як її недостатній розвиток зумовлює схильність до пасивних або агресивних форм поведінки.

Отже, розвиток асертивності є важливим напрямом психолого-педагогічної роботи з підлітками, оскільки він сприяє формуванню ефективних моделей поведінки у конфліктних ситуаціях, підвищенню рівня соціальної адаптації та гармонізації міжособистісних стосунків.

#### 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.