

УДК 159.9:161.262

DOI <https://doi.org/10.32782/2311-8458/2024-1-13>

**Шульга Дмитро Мирославович**,  
аспірант кафедри теоретичної психології,  
Інститут управління, психології та безпеки  
Львівського державного університету внутрішніх справ,  
вулиця Городоцька, 26, Львів, 79000, Україна  
ORCID: <https://orcid.org/0009-0009-7459-5119>

## ПСИХОЛОГІЧНИЙ АНАЛІЗ ПОНЯТТЯ «АСЕРТИВНІСТЬ» У ПРАЦЯХ ВІТЧИЗНЯНИХ ТА ЗАРУБІЖНИХ НАУКОВЦІВ

*У статті автор розкриває особливість та різноманіття поглядів та концепцій на природу феномену асертивності. Проведено теоретичний аналіз наукової літератури щодо сутності змісту асертивності як особистісної властивості, що детермінує поведінку особистості в соціумі, її адаптивність та відповідну міжособистісну взаємодію. Констатовано, що у сфері наукових досліджень щодо асертивності в зарубіжній психології виокремлюють два основних підходи. Перший зосереджується на зовнішніх аспектах поведінки, що характеризують успішну особистість, що знаходить своє відображення у працях вчених, таких як Г. Бейер, Д. Джонсгард, В. Каппоні, Т. Новак та Г. Фенстрейхейм. Другий напрямок спрямований на дослідження внутрішнього світу людини та її екзистенційного стану, що є об'єктом робіт таких гуманістичних психологів, як А. Маслоу, Г. Олпорт, К. Роджерс, В. Франкл та Е. Фромм. Автор виокремлює структурні компоненти феномену асертивності, серед яких когнітивно-змістовна, афективна та поведінкова компоненти. У статті обґрунтовано, що важливим чинником особистісної асертивності є адаптаційний потенціал. Феномен асертивності детермінує визначену поведінку особистості, яка виявлятиметься у спонтанних реакціях, відповідних ситуації емоціях, умінні говорити відверто про свої бажання та вимоги, здатності висловлюватись та відсутності страху заперечуванню, застосуванні аргументів у розмові, наполегливості на власних думках, володінні стратегіями задоволеності справедливим вимог та вмінні говорити «ні» у відповідних ситуаціях, не порушуючи права інших осіб. Така особистісна властивість розкривається через цілеспрямованість, конструктивність, відповідальність, впевненість в собі, самостійність, рішучість, самоефективність, незалежність, ініціативність, наполегливість, суб'єктивність, емпатійність, вимогливість, рефлексійність тощо.*

**Ключові слова:** особистість, асертивність, особистісна властивість, структурні компоненти, адаптивність.

### **Shulga Dmytro. Psychological analysis of the concept of "assertability" in the works of domestic and foreign scientists**

*In the article, the author reveals the peculiarity and variety of views and concepts on the nature of the phenomenon of assertiveness. A theoretical analysis of the scientific literature was carried out regarding the essence of the content of assertiveness as a personal property that determines the behavior of an individual in society, its adaptability and the corresponding interpersonal interaction. It was established that in the field of scientific research on assertiveness in foreign psychology, two main approaches are distinguished. The first focuses on the external aspects of behavior that characterize a successful personality, which is reflected in the works of scientists such as H. Beyer, D. Jongvard, V. Capponi, T. Novak and H. Fenstreheim. The second direction is aimed at researching the inner world of a person and his existential state, which is the object of the works of such humanistic psychologists as A. Maslow, G. Allport, K. Rogers, W. Frankl and E. Fromm. The author singles out the structural components of the assertiveness phenomenon, including cognitive-content, affective and behavioral components. The article substantiates that an important factor of personal assertiveness is adaptation potential. The phenomenon of assertiveness determines the specific behavior of the individual, which will be manifested in spontaneous reactions, emotions appropriate to the situation, the ability to speak frankly about one's wishes and demands, the ability to express oneself and the absence of fear of denial, the use of arguments in conversation, persistence in one's own opinions, the possession of strategies for satisfying fair demands and the ability to say "no" in appropriate situations without violating the rights of others. Such a personal property is revealed through purposefulness, constructiveness, responsibility, self-confidence, independence, determination, self-efficacy, independence, initiative, persistence, subjectivity, empathy, demandingness, reflexivity, etc.*

**Key words:** personality, assertiveness, personal property, structural components, adaptability.

**Вступ.** Феномен асертивності вважається досить новим у психології, і використовується для визначення особистісних рис. На сьогоднішній день, його сутність залишається неоднозначною в психологічній науці. Тому, аналіз цього явища з використанням філософських та психологічних підходів є дуже актуальним.

Під час аналізу психологічної літератури стало відомо, що проблема асертивності цікавила вчених ще в кінці XIX століття. Великий внесок у вивчення цього питання зробили такі дослідники, як Р. Альберті, А. Адлер, Дж. Вольпе, Е. Берн, Р. Лацарус, Ф. Зімбардо, А. Сальтер, У. Джеймс, Е. Шостром, Дж. Сміт, М. Еммонс та інші.

Також відомі психологи, такі як Ф. Василюк, О. Брюховецька, В. Гарбузов, С. Ковальов, С. Максименко, В. Ромек, Л. Марчук, О. Федосенко, звертали увагу на цей аспект. Різні аспекти асертивної поведінки досліджувалися у працях К. Чулкової, Г. Балла, Н. Подоляк, Є. Головахи, З. Ковальчук, В. Мойсеєнко, О. Донченко, В. Татенка, М. Шинкар, М. Савчина, С. Складенко, Т. Титаренко та інших.

**Мета статті** – розкрити феномен асертивності через наукові праці вітчизняних та зарубіжних авторів.

**Матеріали та методи.** Концепція асертивності була сформульована на початку 1960-х років американським психологом А. Солтером. Вона включила в себе основні ідеї гуманістичної психології, зокрема, наголошувала на важливості самореалізації та протиставляла це концепції маніпулювання людьми. За думкою самого Солтера, особистість, яка має розвинуте почуття самоповаги, здатна діяти асертивно в будь-якій ситуації, виражаючи свої думки відкрито, впевнено і рішуче. Він визначав сутність цього підходу як здатність висловлювати свої думки чітко і бути відповідальним за свої слова.

**Результати дослідження.** У психологічній літературі асертивність описується як «особистісна риса, що передбачає автономію та незалежність від зовнішніх впливів і оцінок, здатність самостійно контролювати свою поведінку». Ще один психологічний довід-

ник визначає асертивність як «гармонійне поєднання властивостей особистості, яке виражається у знаннях про природу людини, навичках спілкування та етично прийнятних проявах у конкретних ситуаціях. Асертивність позначається формулюванням своїх бажань і потреб, пошуком їх задоволення та здатністю враховувати погляди оточуючих з повагою та увагою. Бути асертивним означає розуміти і враховувати інші точки зору, залишаючи простір для їхніх ділових інтересів, а також вміло захищати власні інтереси» [1].

Вивчення феномену асертивності в психології спочатку розпочалося в рамках поведінкової терапії. Пізніше, такі психологи, як Р. Альберті, Дж. Вольпе, М. Еммонс та інші представники поведінкового напрямку, встановили загальні основи розуміння асертивності як вияву впевненості в собі. У цьому контексті асертивність трактувалася як результат навчання, адаптивна реакція на соціальний вплив.

У соціально-психологічних дослідженнях, проведених вітчизняними авторами у радянський період, існувало кілька методологічних підходів до вивчення категорії асертивності. Наприклад, у роботах вітчизняних представників концепції спільної діяльності асертивність розглядалася як один із ключових моментів, необхідних для досягнення поставленої індивідуальної мети в життєдіяльності колективу або невеликої групи [2].

У сучасній психологічній літературі «асертивність» визначається як здатність відкрито висловлювати свої думки та емоції, не зашкоджуючи при цьому іншим людям або собі. Це означає, що людина може вільно виражати свої потреби та вимоги, дотримуючись при цьому взаємоповаги і враховуючи інтереси інших. Поняття «асертивність» стає важливим на рівні цінностей та підтримується позитивним ставленням до себе та інших людей (Р. Альберті, М. Еммонс, Р. Лінденфілд, М. Мольц, Т. Харріс та ін.) [2].

Різні вчені мають свої власні підходи до тлумачення асертивності, що важливо для розуміння цього явища. Наприклад, К. Чулкова та Л. Марчук вбачають асертивність у само-

просуванні чи просуванні своєї волі. В. Мойсеєнко тлумачить її як самоствердження без хвастошів чи несправжньої скромності, а скоріше як впевнений захист власних інтересів.

За Г. Крайгом і Д. Бокумом – це відстоювання своїх прав. Д. Ньюстром і Ф. Девіс розглядають асертивність як процес висловлення почуттів та пропозицій про легітимні зміни. В. Шпалінський визначає асертивність як здатність вільно заявляти свої бажання та вимоги та досягати їх реалізації. Це також уміння адекватно реагувати на зауваження, критику, а також рішуче висловлювати «ні», коли це необхідно. В педагогічній літературі асертивність визнається як соціальна якість, яка проявляється в орієнтації на компроміс і співпрацю як стратегії взаємодії [3].

На думку В. Семиченко, досліджувана нами асертивність є системоутвірним ядром поваги як почуття та власної гідності. Асертивність характеризується як індивідуальна ціннісна властивість, що виявляється активними діями людини, в тому числі, у вмінні берегти свою «автономність», уникаючи маніпуляції й тиску зі сторони оточення [4].

Американський психолог М. Дойч вказує, що особа, яка себе цінує й поважає, характеризується значним рівнем асертивності. Автор сформулював принцип, який він називає «троїстим», і він полягає в тому, що в будь-якій ситуації асертивна особистість виступає рішуче, чесно та дружелюбно. За словами психолога, рішучість не дозволяє опонентові маніпулювати чи залякати її, чесність не дозволяє втягнутися у морально неприпустимі ситуації, навіть якщо на це спробують змусити, а дружелюбність показує опонентам, що ця особистість поважає і цінує не лише свою думку, тому вона готова до конструктивної взаємодії [5].

У сфері наукових досліджень щодо асертивності в зарубіжній психології виокремлюють два основних підходи. Перший зосереджується на зовнішніх аспектах поведінки, що характеризують успішну особистість, що знаходить своє відображення у працях вчених, таких як Г. Бейер, Д. Джонгвард, В. Каппоні, Т. Новак та Г. Фенстрейхейм. Другий

напрямок спрямований на дослідження внутрішнього світу людини та її екзистенційного стану, що є об'єктом робіт таких гуманістичних психологів, як А. Маслоу, Г. Олпорт, К. Роджерс, В. Франкл та Е. Фромм.

Важливо відзначити, що в зарубіжних дослідженнях асертивність часто асоціюється з поняттями успішності, незалежності, самостійності та впевненості. У вітчизняних наукових працях цей феномен частіше розглядається в контексті відповідальності, особистісної позиції, моральних переконань та здатності протистояти груповому тиску. Поведінковий підхід до асертивності включає в себе ряд зовнішніх проявів, таких як відкритість у висловленні власних бажань і вимог, а також здатність до встановлення контактів. Невпевнену поведінку, у свою чергу, пов'язують з неясними формулюваннями цілей, нереалістичними очікуваннями, неправильною оцінкою власних досягнень та неумінням використовувати минулий досвід [6].

Джозеф Вольпе розглядає правдиво асертивну особистість з чотирьох позицій:

1. вона вільно висловлює свої думки та почуття;

2. вміє спілкуватися на різних рівнях з різними людьми, чи це незнайомі, друзі, чи родина. Ця комунікація завжди є відкритою, чесною, прямою та адекватною;

3. така особистість активно орієнтована на життя і досягає своїх цілей, намагаючись впливати на події;

4. її дії характеризуються самоповагою. Вона розуміє, що ситуація може не завжди бути ідеальною, але намагається знайти спосіб діяти, щоб не пропустити можливості, підтримуючи при цьому свою гідність. Невпевненість, згідно з Вольпе, зазвичай виникає внаслідок відсутності позитивного соціального досвіду чи навичок спілкування, або через невміння їх застосовувати.

К. Рудестам підкреслює, що асертивна поведінка є найбільш конструктивним способом міжособистісної взаємодії, що дозволяє відповідати агресії та маніпуляції. У свою чергу, вітчизняні вчені Є. Нікітін і Н. Харламенкова також розглядають асертивність

як «самоствердження через конструктивну діяльність».

У наукових колах поняття «асертивність» застосовують для визначення впевненої, самодостатньої, успішної людини, як автономну, незалежну від зовнішніх впливів і оцінок, здатність самостійно регулювати власне поведіння. Цілком виправданим є припущення дуже близької аналогії з поняттям упевненість, яке подібно визначається у психологічному словнику [7].

Представники психоаналітичного підходу Г. Фенстерхейм і Дж. Бейер асертивну особистість характеризують за такими характеристиками:

– вільно висловлювати свої думки і почуття: «Це – Я. Це те, що я думаю, відчуваю, бажаю»;

– спілкуватися з людьми на всіх рівнях (незнайомими людьми, друзями, родинами). Це спілкування завжди відкрите, чесне, пряме, адекватне;

– мати активну орієнтацію в житті, досягати бажаного; – характеризуватися самоповагою, приймаючи обмеження в певній ситуації, дії спрямовані на підтримку самоповаги [8].

Вирішення проблеми впевненості в собі та ставлення до інших людей більш схильне до предмету філософських роздумів, ніж до психології. Ральф Вальдо Емерсон, американський філософ-ідеаліст, хоч і не використовує термін «асертивність», проте асоціює його з поняттям довіри. У своїй праці «Довіра до себе» він чітко висловлює концепцію нескінченних можливостей людини та підкреслює, що кожен має бути собою, не намагаючись наслідувати інших.

Англійський філософ-психолог Френк Девіс вбачає в цій рисі здатність, яка супроводжує людину протягом життя, формуючи достатній потенціал для розв'язання непередбачуваних ситуацій та конструктивної взаємодії з іншими. Людина повинна довіряти собі, так як це роблять тварини та діти, які відверто виявляють свої почуття. Вчені визначають дві основні перешкоди на шляху довіри до себе: страх перед прийняттям загальноприйнятої

думки, що примушує до нещирості, та страх проявити внутрішню неоднорідність.

Карл Роджерс визначає впевненість як ключовий фактор для конструктивної самореалізації людини. Володимир Ромек вказує на те, що впевненість та невпевненість є змінними та ситуаційно залежними явищами. Ці явища характеризуються різними проявами, такими як страх бути відкинутим, неправильні переконання, низька самооцінка, необґрунтоване прагнення дотримуватися прийнятих стандартів, а також неуспішна виразність почуттів. Розрізняють «невпевненість» та «впевненість у собі», що виявляється як загально позитивне когнітивно-емоційне ставлення до власних здібностей. За думкою Володимира Ромека, когнітивний аспект відображає концепцію «віри в ефективність», а емоційний аспект можна розглядати як поєднання сором'язливості та ініціативності у соціальних ситуаціях. Отож, асертивність – це важлива особистісна якість, яка допомагає подолати труднощі у взаємодії та сприяє подальшим успішним крокам [5].

Ірина Зінов'єва та Володимир Ромек у своїх дослідженнях зауважують, що відсутність впевненості у собі може призвести до того, що особа, яка приймає рішення, стає вразливою до зовнішнього психологічного впливу та тиску, і може легко піддаватися відмові від власних принципів, ідеалів, цінностей та переконань. За думкою цих авторів, асертивність, переважно, супроводжується процесом аналізу, осмислення та критичного мислення, що вказує на те, що дане психологічне утворення має переважно когнітивний характер [9; 15].

Вчені С. Стайн та Г. Бук характеризують асертивність як «складову трьох основних компонентів: здатності відкрито висловлювати переконання і думки, здатності адекватно висловлювати почуття, здатності захищати свої права» [9].

О. Федоров стверджує, що асертивною є така поведінка, де мета активно досягається, проте не порушуються ніяк права інших людей. Також це така поведінка, коли можна досягти балансу взаємних інтересів,



а засоби сприяють прийняттю відповідного рішення [5].

На думку О. Брюховецької, асертивність – позитивна поведінка зрілої особи, яка поважає інших та себе, розуміє, слухає та намагається досягати дієвого компромісу; це також ввічлива наполегливість, здатність поводитись доброзичливо та впевнено, відстоювати конструктивно власні права, проявляючи повагу щодо інших. Асертивна особистість бере на себе відповідальність за свою поведінку та рішення, які вона приймає, оптимально реагує на критику зі сторони та здатна говорити «ні» за ситуативної потреби. Асертивна поведінка вченими розглядається як конструктивний та оптимальний спосіб міжособистісної взаємодії [10].

Асертивність як особистісна характеристика має такі структурні компоненти: когнітивний, поведінковий, особистісний та емоційно-ціннісний. Когнітивний компонент виявляється у силі переконання особи у своїй ефективності, адекватній оцінці ситуації, гнучкості мислення. Поведінковий компонент асертивності виявляється у відповідальності, незалежності, готовності до ризику, наполегливості (напористості), конструктивній агресії. Прояв особистісного компонента характерний високим рівнем самоповаги і самооцінки людини. Емоційно-ціннісний компонент асертивності виявляє вміння управляти власними реакціями, сміливість в соціальних контактах, довіру та впевненість у собі [1].

Українська вчена Н. Подоляк розробила модель асертивності через призму континуально-ієрархічного підходу. Вона вважає, що ця властивість є багаторівневим та цілісним утворенням, до складу якого входять змістовно-особистісний, формально-динамічний та соціально-імперативний рівні, які, у свою чергу, представлені відповідними компонентами зі специфічним змістом. Вони знаходяться у взаємодії між собою та один одного доповнюють, утворюючи інтегративну особистісну властивість, що ніяким чином не зводиться до суми її структурних складових. Її також можна характеризувати як системну

властивість з характеристиками активності й цілісності [3].

За дослідженням Марії Манойлової, асертивність відноситься до емоційного інтелекту міжособистісного аспекту і є однією з ключових рис низького рівня конфліктності, опираючись на її експериментальні дані. Особистість з вміннями асертивної поведінки виявляє повагу та терпимість до точки зору інших, що допомагає уникнути розвитку конфліктних ситуацій. Серед трьох основних компонентів емоційного інтелекту – комунікативної толерантності, емпатії та асертивності, що сприяють оптимізації спілкування, вчена підкреслює переважаюче значення асертивності [5].

Джон Сміт характеризував асертивність через особистісні права. Особа здатна активно використовувати власні права та відстоювати їх. Така людина поважає права інших та утворює взаємовідносини, не порушуючи їх меж. Він вводить поняття «принципи асертивності», які визначають правила взаємодії в суспільстві та спілкування з іншими людьми, включаючи відмову від маніпуляцій, жорсткості та агресії проти інших.

Вивчення наукової літератури підтверджує, що більшість дослідників згодні, що асертивність представляє собою «золоту середину» поміж агресивною та пасивною поведінкою [1–3; 5; 6; 8–14]. Основні риси асертивності включають адекватну самоповагу, самооцінку, ініціативність, наполегливість, відповідальність та інші.

Світлана Медведева в своїй дослідженні розглядає асертивність як гармонійну сумісність особистісних якостей, що проявляється в щирих вчинках щодо себе та інших людей, вмінні етично спілкуватися у конкретних ситуаціях, поєднаній з впевненістю, позитивною самооцінкою та повагою до прав інших осіб [6].

Авраам Лацарус вважав асертивність соціальною компетентністю, формою емоційної вільності, що проявляється у здатності висловлювати свої побажання, вимоги та запити, а також у можливості відмовити. З цієї точки зору, це виявляється у відкритому вираженні своїх побажань та почуттів, у здатності розпо-

чати або закінчити розмову за власною ініціативою, не відступаючи при цьому від власних інтересів [11].

Психологічний аналіз сучасних наукових доробків вітчизняних та зарубіжних дослідників дозволив К. Чулковій стверджувати, що асертивністю є можливість людини організувати власну поведінку, вміння формувати свої вимоги та бажання та їх задовольняти, а також прислухатись до різних думок. Вчена переконує, що ця властивість характеризується гармонійним поєднанням особистісних властивостей, вияв знань її щодо людської природи, вміння спілкуватись відповідно до ситуації, виявляти на діях власний світогляд позитивного спрямування [12].

Асертивність означає здатність виходити за рамки власного «Я», успішно адаптуватися до соціальних і особистісних умов і знаходити позитивні аспекти в невідповідних ситуаціях. Ця якість сприяє досягненню успіху у діяльності, особливо, коли особа володіє широким кругозором, логічним мисленням та розвинутими навичками в різних сферах. Більше того, асертивність може бути набутою як вміння. Асертивна людина має чітку мету і вміє керувати своїми емоціями, не дозволяючи їм легко під-

даватися маніпуляціям або емоційному тиску інших. Вона вміє досягати своїх цілей, незважаючи на негативний тиск з боку оточення, бере до уваги свої власні інтереси, одночасно підраховуючи інтереси інших. Асертивність розвивається саме у соціумі, через взаємодію з оточенням і іншими людьми. Відчуття особистості в різних умовах соціалізації дозволяє їй створювати власний стиль взаємодії [13].

**Висновки.** Отже, феномен асертивності детермінує визначену поведінку особистості, яка виявлятиметься у спонтанних реакціях, відповідних ситуації емоціях, вмінні говорити відверто про свої бажання та вимоги, здатності висловлюватись та відсутності страху заперечуванню, застосуванню аргументів у розмові, наполегливості на власних думках, володінні стратегіями задоволеності справедливим вимог та вмінні говорити «ні» у відповідних ситуаціях, не порушуючи права інших осіб. Така особистісна властивість розкривається через цілеспрямованість, конструктивність, відповідальність, впевненість в собі, самостійність, рішучість, самоефективність, незалежність, ініціативність, наполегливість, суб'єктивність, емпатійність, вимогливість, рефлексійність тощо.

#### Список використаних джерел:

1. Сердюк Н.М. Асертивна поведінка та почуття впевненості в собі у структурі міжособистісних стосунків підлітків. URL: <http://dspace.pdpu.edu.ua/bitstream/123456789/3139/1/Serdyuk.pdf>.
2. Бутузова Л.П. Асертивність особистості як основа становлення безпечної поведінки в підлітковому віці. *Проблеми психологічної безпеки: особистість, суспільство, держава*. 2010. С. 33–40.
3. Подоляк Н. Структура асертивності з позиції континуально-ієрархічного підходу. *Проблеми гуманітарних наук. Психологія*. № 43 (2018). С. 128–140.
4. Семиченко В.А. Психологія особистості. Київ, 2001. 427 с.
5. Марчук Л.М. Соціально-психологічні особливості формування асертивної поведінки у професійному становленні майбутніх психологів: дис. ... канд. психол. наук : 19.00.05 / Інститут психології імені Г. Костюка Національної академії педагогічних наук України, Київ, 2016. 225 с.
6. Медведева С.А. Асертивність майбутніх практичних психологів: досвід вивчення. Соціальні технології: актуальні проблеми теорії та практики: міжвузівський зб. наук. пр. / ред. кол. : В. П. Бех, К. Ю. Богомаз, Л. Ф. Бурлачук та ін. ; гол. ред. О. Л. Скідін. Одеса: Астропринт, 2008. Вип. 39–40. С. 234–240.
7. Словник психологічних термінів. URL: <https://nuph.edu.ua/slovnik-psihologichnih-terminiv/>.
8. Мойсеєнко В.В. Асертивність як соціально-психологічний механізм вибору стратегій статусної поведінки студентською молоддю: дис. ... доктора філософії : 053 Психологія / Східноукраїнський національний університет імені Володимира Даля, Херсон, 2020. 194 с.
9. Ніколаєв Л.О. Розвиток асертивності підлітків у різних умовах соціалізації: автореф. дис. ... канд. псих. наук: 19.00.07. Переяслав-Хмельницький, 2016. 22 с.
10. Брюховецька О.В. Асертивність як складова професійної толерантності керівників закладів загальної середньої освіти. *Вісник післядипломної освіти. Серія «Соціальні та поведінкові науки»*. Випуск 8(37). 2018. С. 36–50. <https://doi.org/10.32405/2522-9931>.

11. Lazarus R.S. Stress and adaptational outcomes-the problem of confounded measures / R. S. Lazarus, A. DeLongis, S. Folkman, R. Gruen. *American Psychologist*. 1985. New York, 1984. № 40. P. 770–779.
12. Чулкова К.О. Аналіз досліджень проблеми асертивної поведінки особистості. *Психологічний часопис : збірник наукових праць*. 2018. № 1. Вип. 11. С. 38–40.
13. Ільницька Л.А., Оніщенко І.О. Психологічні особливості асертивності студентів-психологів. *Габітус : зб. наукових праць*. 2022. Вип. 33. С. 92–97.
14. Мельничук С. Формування асертивності як умови ефективної комунікації у студентському віці. URL: <http://dspace.cuspu.edu.ua/jspui/bitstream/123456789/2990/1/%D0%A4%D0%BE%D1%80%D0%BC%D1%83%D0%B2%D0%B0%D0%BD%D0%BD%D1%8F%20асертивності>.

#### References:

1. Serdiuk, N.M. Asertyvna povedinka ta pochuttia vpevnenosti v sobi u strukturi mizhosobystisnykh stosunkiv pidlitkiv [Assertive behavior and a sense of self-confidence in the structure of interpersonal relationships of adolescents]. Retrieved from: <http://dspace.pdpu.edu.ua/bitstream/123456789/3139/1/Serdyuk.pdf> [in Ukrainian].
2. Butuzova, L.P. (2010). Asertyvnist osobystosti yak osnova stanovlennia bezpechnoi povedinky v pidlitkovomu vitsi [Assertiveness of the individual as a basis for the formation of safe behavior in adolescence]. *Problemy psikhologichnoi bezpeky: osobystist, suspilstvo, derzhava – Problems of psychological safety: personality, society, state*. 33–40 [in Ukrainian].
3. Podoliak, N. (2018). Struktura asertyvnosti z pozytsii kontynualno-iierarkhichnoho pidkhodu [The structure of assertiveness from the perspective of a continuous-hierarchical approach]. *Problemy humanitarnykh nauk. Psykholohiia*. 43, 128–140 [in Ukrainian].
4. Semychenko, V.A. (2001). *Psykhologhiia osobystosti [Personality psychology]*. Kyiv. 427 [in Ukrainian].
5. Marchuk, L.M. (2016). Sotsialno-psykhologichni osoblyvosti formuvannia asertyvnoi povedinky u profesiinomu stanovlenni maibutnykh psikhologiv [Socio-psychological features of the formation of assertive behavior in the professional formation of future psychologists]. *Candidate's thesis*. Instytut psikhologhii imeni H. Kostiuka Natsionalnoi akademii pedahohichnykh nauk Ukrainy, Kyiv, 225 [in Ukrainian].
6. Medvedieva, S.A. (2008). Asertyvnist maibutnykh praktychnykh psikhologiv: dosvid vyvchennia [Assertiveness of future practical psychologists: study experience]. *Sotsialni tekhnologii: aktualni problemy teorii ta praktyky: mizhvuzivskiyi zb. nauk. pr. / red. kol. : V. P. Bekh, K. Yu. Bohomaz, L. F. Burlachuk ta in. ; hol. red. O. L. Skidin*. Odesa: Astroprynt. 39–40. 234–240 [in Ukrainian].
7. Slovyk psikhologichnykh terminiv. Retrieved from: <https://nuph.edu.ua/slovyk-psiologichnih-terminiv/> [in Ukrainian].
8. Moiseienko, V.V. (2020). Asertyvnist yak sotsialno-psykhologichnyi mekhanizm vyboru stratehii statusnoi povedinky studentskoiiu moloddiu [Assertiveness as a socio-psychological mechanism of choosing strategies of status behavior by student youth]. *Doctor's thesis*. Skhidnoukrainskyi natsionalnyi universytet imeni Volodymyra Dalia, Kherson. 194. [in Ukrainian].
9. Nikolaiev, L.O. (2016). Rozvytok asertyvnosti pidlitkiv u riznykh umovakh sotsializatsii [Development of assertiveness of teenagers in different conditions of socialization]. *Extended abstract of Candidate's thesis*. Pereiaslav-Khmelnytskyi. 22 [in Ukrainian].
10. Briukhovetska, O.V. (2018). Asertyvnist yak skladova profesiinoyi tolerantnosti kerivnykiv zakladiv zahalnoi serednoi osvity [Assertiveness as a component of professional tolerance of managers of general secondary education institutions]. *Visnyk pislidyplomnoi osvity – Bulletin of postgraduate education*. 8(37), 36–50 [in Ukrainian].
11. Lazarus, R.S. (1985). Stress and adaptational outcomes-the problem of confounded measures / R. S. Lazarus, A. DeLongis, S. Folkman, R. Gruen. *American Psychologist*. New York. 40. 770–779.
12. Chulkova, K.O. (2018). Analiz doslidzenhen problemy asertyvnoi povedinky osobystosti [Analysis of research on the problem of assertive personality behavior]. *Psykhologichnyi chasopys : zbirnyk naukovykh prats*. 1. 11. 38–40 [in Ukrainian].
13. Ilynytska, L.A., & Onishchenko, I.O. (2022). Psykhologichni osoblyvosti asertyvnosti studentiv-psykhologiv [Psychological features of assertiveness of psychology students]. *Habitus : zb. naukovykh prats*. 33. 92–97 [in Ukrainian].
14. Melnychuk, S. Formuvannia asertyvnosti yak umovy efektyvnoi komunikatsii u studentskomu vitsi [Formation of assertiveness as a condition for effective communication in student age]. Retrieved from: <http://dspace.cuspu.edu.ua/jspui/bitstream/123456789/2990/1/%D0%A4%D0%BE%D1%80%D0%BC%D1%83%D0%B2%D0%B0%D0%BD%D0%BD%D1%8F%20асертивності> [in Ukrainian].