

**ПРИВАТНЕ АКЦІОНЕРНЕ ТОВАРИСТВО
«ВИЩИЙ НАВЧАЛЬНИЙ ЗАКЛАД
«МІЖРЕГІОНАЛЬНА АКАДЕМІЯ УПРАВЛІННЯ
ПЕРСОНАЛОМ»**

Навчально-науковий інститут психології та соціальних
наук
Кафедра психології

КУРСОВА РОБОТА

з дисципліни «Психологія особистості»

на тему: **«Роль особистісної асертивності студентів при виборі стратегії
вирішення конфліктних ситуацій»**

Виконав: студент групи С-9-24-Б1ПС(4.0д)
освітньо-професійної програми «Психологія»
Кіпер Роман Сергійович
Керівник: Раєвська Яна Миколаївна.

Київ 2026

ЗМІСТ

Вступ.....	3
Розділ 1. Теоретичні засади особистісної асертивності та конфліктної поведінки.....	6
1.1. Поняття асертивності особистості: психологічна сутність, структура та функції.....	6
1.2. Стратегії вирішення конфліктних ситуацій у психології (конкуренція, співпраця, компроміс, уникнення, пристосування).....	11
1.3. Вплив рівня асертивності на вибір стратегії поведінки у конфлікті у студентів.....	14
Висновки до першого розділу.....	18
 Розділ 2. Емпіричне дослідження ролі асертивності у виборі стратегій вирішення конфліктів.....	 20
2.1. Організація, процедура та методики дослідження.....	20
2.2. Аналіз та інтерпретація результатів дослідження.....	23
2.3. Практичні рекомендації щодо розвитку асертивності.....	31
Висновки до другого розділу.....	34
 Висновки.....	 36
Список використаних джерел.....	38
Додатки.....	42

ВСТУП

Актуальність дослідження. Сучасний етап розвитку суспільства характеризується зростанням кількості міжособистісних взаємодій, ускладненням соціальних зв'язків та підвищенням рівня конфліктності в різних сферах життя. Особливо це проявляється в студентському середовищі, де відбувається активне формування особистості, становлення системи цінностей, розвиток комунікативних умінь і соціальної компетентності. У процесі навчання студенти постійно взаємодіють з однолітками, викладачами та іншими учасниками освітнього процесу, що об'єктивно зумовлює виникнення різноманітних конфліктних ситуацій.

У таких умовах важливого значення набуває здатність особистості обирати ефективні стратегії поведінки у конфлікті. Вибір цих стратегій значною мірою залежить від індивідуально-психологічних особливостей людини, серед яких провідне місце займає асертивність. Асертивність як особистісна якість забезпечує здатність відстоювати власні інтереси, відкрито виражати думки та почуття, не порушуючи при цьому прав і гідності інших людей. Вона виступає важливим чинником конструктивної комунікації та ефективної міжособистісної взаємодії.

Значущість дослідження посилюється в умовах сучасних соціальних викликів, зокрема нестабільності та воєнного стану, що впливають на психоемоційний стан студентської молоді, підвищують рівень тривожності, напруженості та конфліктності. У таких обставинах формування навичок конструктивного розв'язання конфліктів і розвиток асертивної поведінки набувають особливої ваги, оскільки сприяють психологічній стійкості та соціальній адаптації особистості.

Попри наявність наукових досліджень, присвячених проблемам асертивності та конфліктної поведінки, питання їх взаємозв'язку у студентському віці залишається недостатньо розкритим. Потребує подальшого уточнення роль асертивності у виборі стратегій вирішення конфліктів, а також визначення ефективних шляхів її формування у процесі професійної підготовки студентів.

Отже, дослідження ролі особистісної асертивності студентів при виборі стратегії вирішення конфліктних ситуацій є своєчасним і соціально значущим, оскільки спрямоване на розв'язання актуальних проблем сучасної освіти та психології особистості.

У сучасній психологічній науці проблема асертивності досліджується у різних аспектах. Зокрема, теоретичні засади поняття «асертивність» розкрито у працях В. Білоущенка, В. Мойсеєнка, Д. Шульги, де вона трактується як інтегративна властивість особистості, що поєднує впевненість у собі, здатність до самовираження та повагу до інших [2; 20; 32]. Комунікативний аспект асертивності та її зв'язок із міжособистісною взаємодією досліджували О. Блинова, В. Мойсеєнко, Т. Комар, В. Синюк, які підкреслюють її роль у формуванні ефективного спілкування та гармонізації стосунків [3; 12; 13]. Психологічні умови розвитку асертивності, її зв'язок із самоповагою, емпатією та особистісним потенціалом висвітлено у працях С. Герасіної, В. Лучківа, С. Мельничука [6; 14; 18]. Водночас окремі дослідження присвячені вивченню асертивності як чинника конфліктологічної культури та конструктивної поведінки у конфлікті (О. Гречановська, І. Вахоцька, Д. Удод), що дозволяє розглядати її як важливий ресурс подолання конфліктних ситуацій [5; 7; 30].

Разом із тим аналіз наукових джерел свідчить, що, попри значну кількість досліджень, проблема ролі асертивності саме у виборі стратегій вирішення конфліктних ситуацій студентами залишається недостатньо розробленою. Зокрема, потребує уточнення взаємозв'язок рівня асертивності з конкретними стратегіями поведінки у конфлікті (уникнення, суперництво, компроміс, співпраця), а також вплив сучасних соціальних умов, зокрема воєнного стану,

на ці процеси [1; 5; 31]. Недостатньо дослідженими залишаються практичні аспекти формування асертивності у студентської молоді як чинника конструктивного вирішення конфліктів, що зумовлює необхідність подальших теоретичних і емпіричних досліджень у цьому напрямі.

Об'єкт дослідження – особистісна асертивність та конфліктна поведінка студентів.

Предмет дослідження – роль особистісної асертивності у виборі стратегій вирішення конфліктних ситуацій студентами.

Мета роботи – здійснити теоретико-емпіричне дослідження ролі особистісної асертивності студентів при виборі стратегії вирішення конфліктних ситуацій.

Завдання дослідження:

1. На основі аналізу наукової літератури визначити сутність поняття асертивності, охарактеризувати основні стратегії поведінки у конфліктних ситуаціях та з'ясувати взаємозв'язок між ними.
2. Емпіричним шляхом дослідити рівень асертивності студентів і визначити особливості вибору ними стратегій вирішення конфліктних ситуацій.

У ході дослідження було використано такі **методи**: теоретичні (аналіз психологічної літератури з метою вивчення стану проблеми, різних точок зору, визначення власних позицій у досліджуваній проблемі, систематизація та узагальнення даних); **практичні** (анкетування).

Експериментальна база досліджень.

Структура роботи. Робота складається зі вступу, двох розділів, висновків до розділів, загального висновку, списку використаних джерел та додатків. Загальний обсяг роботи складає __ сторінок, з них основного тексту __ - сторінок. Робота містить __ таблиць та __ рисунків.

РОЗДІЛ 1

ТЕОРЕТИЧНІ ЗАСАДИ ОСОБИСТІСНОЇ АСЕРТИВНОСТІ ТА КОНФЛІКТНОЇ ПОВЕДІНКИ

1.1. Поняття асертивності особистості: психологічна сутність, структура та функції

У сучасному науковому знанні все більше утверджується поняття асертивності як важливої характеристики особистості, що забезпечує ефективну міжособистісну взаємодію та психологічне благополуччя. Уважного ставлення дослідників останнім часом вимагає питання визначення сутності асертивності, її структури та функціонального значення у поведінці людини. Можна виокремити досить значну кількість психологічних досліджень, у яких розглядаються різні аспекти цього феномену, однак аналіз проблеми свідчить про відсутність загальноприйнятого визначення поняття «асертивність».

Перш за все, необхідно зазначити, що термін «асертивність» у психології використовується для позначення здатності особистості відкрито та впевнено виражати свої думки, почуття та потреби, не порушуючи прав інших людей. Аналіз наукових праць, присвячених проблемі асертивності, свідчить про багатогранність та складність цього феномену, що охоплює когнітивні, емоційні та поведінкові компоненти.

Так, В. Білоущенко визначає асертивність як інтегративну властивість особистості, що проявляється у здатності відстоювати власну позицію, зберігаючи повагу до співрозмовника та дотримуючись соціально прийнятних норм поведінки [2, с. 52]. Слід підкреслити, що у цьому визначенні акцент робиться на балансі між самовираженням і врахуванням інтересів інших людей.

На думку В. Мойсеєнка, асертивність є складним психологічним утворенням, яке поєднує впевненість у собі, незалежність суджень, здатність до самоконтролю та відповідальності за власні дії [20, с. 172]. Важливо зазначити, що дослідник розглядає асертивність не лише як поведінкову характеристику, а як глибинну особистісну якість.

Разом з тим, О. Блинова та В. Мойсеєнко підкреслюють, що асертивність виступає важливим чинником формування комунікативної компетентності студентів, оскільки забезпечує ефективність спілкування, здатність до конструктивного вирішення конфліктів і встановлення гармонійних взаємин [3, с. 37]. При цьому слід зауважити, що асертивність сприяє зниженню рівня агресії та уникнення, формуючи оптимальну модель поведінки у взаємодії.

Слід також зазначити, що у працях Т. Комар і В. Синюк асертивність розглядається як чинник гармонізації міжособистісних взаємин, що забезпечує ефективну взаємодію в соціумі та сприяє розвитку соціальної зрілості особистості [12, с. 47]. Дослідники дійшли висновку, що асертивна поведінка дозволяє людині зберігати власну автономію, водночас підтримуючи позитивні стосунки з іншими.

Достатньо сказати, що в роботах Л. Марчук асертивність трактується як важлива складова професійної підготовки студентів, особливо майбутніх психологів, оскільки вона забезпечує ефективність професійного спілкування та сприяє розвитку рефлексивних умінь [16, с. 172]. У своїх дослідженнях авторка також підкреслює значення когнітивного компонента асертивності, який включає усвідомлення власних прав, цінностей і переконань [17, с. 146].

Необхідно підкреслити, що окремі дослідники розглядають асертивність у контексті розвитку психологічного потенціалу особистості. Зокрема, С. Мельничук зазначає, що асертивність є важливою детермінантою самореалізації та особистісного зростання студентів, оскільки сприяє розвитку впевненості, самоповаги та відповідальності [18, с. 409].

Разом з тим, у сучасних дослідженнях акцентується увага на зв'язку асертивності з психологічною стійкістю особистості. Зокрема, у «Резилієнс-

довіднику» підкреслюється, що асертивність виступає важливим ресурсом подолання стресових ситуацій та забезпечує ефективну адаптацію до складних життєвих умов [11, с. 12].

Окрему увагу слід приділити сучасним підходам до розуміння асертивності як системного утворення. Так, О. Петриченко та А. Федоренко розробили теоретичну модель асертивного потенціалу особистості студентської молоді, у якій виділяють когнітивний, емоційно-ціннісний та поведінковий компоненти [23]. Слід підкреслити, що така структура дозволяє комплексно розглядати асертивність як багаторівневе явище.

Аналізуючи структуру асертивності, необхідно зазначити, що більшість дослідників виділяють такі її основні компоненти: когнітивний (усвідомлення власних прав і обов'язків, адекватна самооцінка); емоційний (здатність до саморегуляції, емоційна стабільність); поведінковий (уміння відкрито висловлювати свою позицію, відстоювати власні інтереси).

Таблиця 1

Структура асертивності

Компонент асертивності	Зміст компонента	Характеристика прояву
Когнітивний	Усвідомлення власних прав, цінностей, переконань, адекватна самооцінка	Розуміння своїх потреб, здатність аналізувати ситуацію, приймати обґрунтовані рішення
Емоційний	Емоційна стабільність, саморегуляція, впевненість у собі	Контроль емоцій у спілкуванні, зниження тривожності, адекватне вираження почуттів

Поведінковий	Уміння відкрито висловлювати думки, відстоювати власну позицію	Конструктивна комунікація, здатність сказати «ні», відстоювання власних інтересів без агресії
Ціннісно-мотиваційний	Орієнтація на самоповагу, повагу до інших, внутрішні установки	Прагнення до гармонійних взаємин, відповідальність за власну поведінку

Слід зауважити, що ці компоненти взаємопов'язані та взаємодоповнюють один одного, забезпечуючи цілісність прояву асертивної поведінки.

Важливо зазначити, що асертивність виконує низку важливих функцій у житті особистості, забезпечуючи її ефективну взаємодію з соціальним середовищем та гармонійний психічний розвиток. Перш за все, необхідно підкреслити комунікативну функцію асертивності, яка полягає у забезпеченні ефективного міжособистісного спілкування. Завдяки асертивності особистість здатна відкрито й чітко висловлювати власні думки, почуття та потреби, при цьому зберігаючи повагу до співрозмовника. Слід зазначити, що така форма комунікації сприяє встановленню довірливих стосунків, зменшенню кількості конфліктів і непорозумінь, а також підвищує загальний рівень комунікативної культури.

По-друге, необхідно зазначити регулятивну функцію асертивності, яка проявляється у здатності особистості контролювати власну поведінку, емоційні реакції та дії у різних життєвих ситуаціях. При цьому слід зауважити, що асертивна людина здатна адекватно реагувати на зовнішні подразники, уникати імпульсивних або деструктивних проявів поведінки, а також підтримувати внутрішню рівновагу навіть у складних або конфліктних умовах. Це сприяє формуванню емоційної стабільності та розвитку самоконтролю.

По-третє, важливо підкреслити захисну функцію асертивності, яка полягає у здатності особистості відстоювати власні права, інтереси та особистісні межі. Слід також зазначити, що асертивна поведінка дозволяє

людині уникати як агресивних, так і пасивних моделей реагування, забезпечуючи конструктивний спосіб самозахисту. Разом з тим асертивність сприяє формуванню впевненості у собі, самоповаги та внутрішньої незалежності.

По-четверте, необхідно підкреслити адаптаційну функцію асертивності, яка забезпечує успішне пристосування особистості до умов соціального середовища. Достатньо сказати, що асертивність допомагає людині ефективно взаємодіяти з іншими, знаходити компроміси, вирішувати конфліктні ситуації та долати труднощі. У сучасних умовах, що характеризуються високим рівнем соціальної напруженості, ця функція набуває особливого значення, оскільки сприяє психологічній стійкості та здатності особистості до саморегуляції.

Разом з тим слід також зауважити, що асертивність виконує ще низку додаткових функцій, зокрема розвивальну, яка сприяє особистісному зростанню та самореалізації, а також профілактичну, що полягає у запобіганні виникненню деструктивних конфліктів і психологічних труднощів. Було встановлено, що високий рівень асертивності позитивно впливає на загальний психологічний стан особистості, сприяє підвищенню рівня задоволеності життям і ефективності соціальної взаємодії.

Разом з тим слід також зазначити, що асертивність тісно пов'язана з рівнем самоповаги та самооцінки особистості. У працях М. Джаннантоніо підкреслюється, що асертивність є проявом здорової самооцінки та внутрішньої впевненості людини [19, с. 85]. Це дозволяє особистості діяти впевнено, не вдаючись до агресії або пасивності.

При цьому слід зауважити, що асертивність не є вродженою якістю, а формується у процесі соціалізації та навчання. Вона може розвиватися під впливом освітнього середовища, міжособистісних взаємодій та цілеспрямованої психологічної роботи.

Отже, на сьогодні досить поширеною є думка про те, що асертивність є складним інтегративним утворенням особистості, яке включає когнітивні, емоційні та поведінкові компоненти, виконує важливі функції у

міжособистісній взаємодії та забезпечує ефективний вибір стратегій поведінки у конфліктних ситуаціях. Аналіз наукових джерел дозволяє зробити висновок, що асертивність виступає важливим чинником гармонійного розвитку особистості та її успішної соціалізації, що зумовлює необхідність подальшого дослідження цього феномену.

1.2. Стратегії вирішення конфліктних ситуацій у психології (конкуренція, співпраця, компроміс, уникнення, пристосування)

У сучасній психологічній науці проблема конфлікту та способів його вирішення посідає одне з провідних місць, що зумовлено зростанням інтенсивності міжособистісних взаємодій та ускладненням соціальних зв'язків. Уважного ставлення дослідників останнім часом вимагає питання визначення ефективних стратегій поведінки особистості у конфліктних ситуаціях. Разом з тим, аналіз наукових праць свідчить про багатогранність підходів до класифікації стратегій поведінки у конфлікті та їх психологічного обґрунтування.

Перш за все, необхідно зазначити, що конфлікт у психології розглядається як зіткнення протилежно спрямованих інтересів, цілей, позицій або поглядів сторін, що супроводжується емоційною напругою та потребує вирішення [27, с. 214]. Виявлені нами підходи до аналізу конфліктної поведінки дозволяють зробити висновок, що вибір стратегії вирішення конфлікту залежить від індивідуально-психологічних особливостей особистості, рівня її комунікативної компетентності, а також конкретної ситуації взаємодії.

Разом з тим, аналіз наукових джерел дає підстави стверджувати, що найбільш поширеною є класифікація стратегій поведінки у конфлікті, яка включає п'ять основних типів: конкуренцію, співпрацю, компроміс, уникнення та пристосування. Характерною особливістю цієї класифікації є врахування

двох основних параметрів – орієнтації на власні інтереси та врахування інтересів іншої сторони.

Найбільш імовірною причиною виникнення стратегії конкуренції є прагнення особистості до домінування, самоствердження та досягнення власної мети будь-якою ціною. Зокрема, ця стратегія передбачає активне й наполегливе відстоювання власної позиції без урахування інтересів іншої сторони. Необхідно зазначити, що конкуренція базується на високому рівні орієнтації на власні інтереси та низькому рівні врахування інтересів партнера по взаємодії. Характерною особливістю цієї стратегії є жорсткість, категоричність суджень, прагнення до перемоги та домінування у взаємодії. Разом з тим слід зауважити, що така стратегія часто супроводжується підвищеним емоційним напруженням, конфронтацією та навіть агресивними проявами поведінки. Слід також зазначити, що конкуренція може бути ефективною у ситуаціях, коли необхідно швидко прийняти рішення, відстояти принципову позицію або захистити власні права. В той же час надмірне використання цієї стратегії призводить до загострення конфліктів, погіршення міжособистісних відносин, втрати довіри та формування негативного соціально-психологічного клімату [9].

Стратегія співпраці, навпаки, передбачає максимальне врахування інтересів обох сторін та спрямована на пошук взаємовигідного рішення. Дуже важливо підкреслити, що співпраця ґрунтується на високому рівні орієнтації як на власні інтереси, так і на інтереси партнера, що робить її найбільш конструктивною стратегією вирішення конфліктів. До найбільш характерних ознак цієї стратегії належать відкритість у спілкуванні, щирість, готовність до діалогу, взаємоповага та прагнення до спільного вирішення проблеми. При цьому слід зауважити, що співпраця вимагає від особистості достатньо високого рівня розвитку комунікативних умінь, емоційного інтелекту та здатності до рефлексії. Виявлені нами особливості цієї стратегії дозволяють стверджувати, що вона сприяє не лише ефективному розв'язанню конфлікту, а й зміцненню міжособистісних відносин, розвитку довіри та формуванню партнерської взаємодії [27, с. 219].

Компроміс як стратегія поведінки у конфлікті займає проміжне положення між конкуренцією та співпрацею. Він передбачає взаємні поступки сторін з метою досягнення рішення, яке є прийнятним для кожного учасника конфлікту. Необхідно підкреслити, що компроміс характеризується середнім рівнем орієнтації як на власні, так і на чужі інтереси. Зокрема, кожна сторона відмовляється від частини своїх вимог, що дозволяє знизити рівень напруженості та швидко врегулювати конфлікт. Слід також зазначити, що компроміс є доцільним у ситуаціях, коли сторони мають приблизно рівні можливості впливу або коли час для вирішення проблеми обмежений. Разом з тим, аналіз цієї стратегії свідчить, що вона не завжди забезпечує повне задоволення потреб учасників конфлікту, що може призводити до часткового збереження внутрішньої незадоволеності та потенційного відновлення конфлікту в майбутньому.

Стратегія уникнення характеризується прагненням особистості уникнути конфліктної ситуації, ігнорувати проблему або відкласти її вирішення на невизначений час. Найбільш імовірною причиною використання цієї стратегії є низький рівень впевненості у собі, страх перед конфліктом, небажання вступати у протистояння або відсутність мотивації до вирішення проблеми. Характерною особливістю уникнення є пасивність, ухилення від відповідальності та відсутність активних дій щодо розв'язання конфлікту. В той же час слід зазначити, що ця стратегія може бути доцільною у випадках, коли конфлікт є незначним, не має суттєвого значення або коли необхідно виграти час для аналізу ситуації та підготовки до більш конструктивних дій [26, с. 143]. Разом з тим надмірне використання уникнення призводить до накопичення невирішених проблем, зростання внутрішньої напруженості та ускладнення міжособистісних відносин.

Стратегія пристосування передбачає свідоме поступання власними інтересами на користь іншої сторони з метою збереження позитивних взаємин або уникнення загострення конфлікту. Характерною особливістю цієї стратегії є низький рівень орієнтації на власні інтереси та високий рівень врахування

інтересів іншої людини. Слід зазначити, що пристосування може бути доцільним у ситуаціях, коли збереження відносин є важливішим за досягнення власної мети або коли особистість усвідомлює незначущість предмета конфлікту для себе. Разом з тим слід також зауважити, що систематичне використання цієї стратегії може призводити до зниження самооцінки, втрати впевненості у собі, формування залежної поведінки та внутрішнього психологічного дискомфорту [28, с. 198].

Отже, виявлені нами особливості стратегій вирішення конфліктних ситуацій дозволяють зробити висновок, що кожна з них має свою специфіку, сферу доцільного застосування та психологічні наслідки. Разом з тим, аналіз показує, що найбільш конструктивними є співпраця та компроміс, тоді як конкуренція, уникнення та пристосування потребують обережного та ситуаційно обумовленого використання. Надалі це дає підстави розглядати вибір стратегії поведінки у конфлікті як складний процес, що залежить від рівня розвитку особистості, зокрема її асертивності, комунікативних умінь та психологічної зрілості.

До найбільш характерних чинників, що впливають на вибір стратегії вирішення конфлікту, належать рівень самосвідомості особистості, її комунікативні навички, емоційна стабільність, соціальний досвід та умови конкретної ситуації. Надалі ці чинники визначають ефективність поведінки особистості у конфлікті та її здатність до конструктивної взаємодії.

Отже, аналіз проблеми свідчить про те, що стратегії вирішення конфліктних ситуацій є важливим елементом поведінки особистості, який визначає характер міжособистісних взаємин та ефективність соціальної взаємодії. В той же час важливо підкреслити, що формування конструктивних стратегій поведінки у конфлікті є важливим завданням сучасної освіти, оскільки сприяє розвитку соціально зрілої, відповідальної та асертивної особистості

1.3. Вплив рівня асертивності на вибір стратегії поведінки у конфлікті у студентів

Перш за все, необхідно зазначити, що асертивність у сучасній психології розглядається як важлива особистісна якість, яка забезпечує здатність людини відкрито висловлювати власні думки, відстоювати права та водночас поважати позицію іншого. У контексті студентського віку ця характеристика набуває особливого значення, оскільки саме в період навчання у закладі вищої освіти активно формуються комунікативні навички, стиль міжособистісної взаємодії та моделі поведінки у конфліктних ситуаціях [20, с. 171].

Слід також зауважити, що асертивність є багатовимірним утворенням, яке включає когнітивний, емоційний і поведінковий компоненти. Вона передбачає усвідомлення власної цінності, здатність до саморегуляції та конструктивної взаємодії з іншими людьми. Достатньо сказати, що високий рівень асертивності дозволяє студенту уникати як агресивних, так і надмірно пасивних моделей поведінки, забезпечуючи більш збалансований підхід до вирішення конфліктів [18, с. 409].

Разом з тим, аналіз наукових джерел свідчить, що рівень асертивності безпосередньо впливає на вибір стратегії поведінки у конфлікті. Було встановлено, що студенти з високим рівнем асертивності частіше обирають такі конструктивні стратегії, як співпраця та компроміс, оскільки вони здатні чітко усвідомлювати власні потреби, відкрито їх висловлювати та водночас поважати інтереси іншої сторони.

При цьому характерною особливістю є збалансованість їхньої поведінки, що проявляється у здатності уникати крайнощів у вигляді агресивного тиску або надмірної поступливості. В той же час особи з низьким рівнем асертивності схильні до використання менш конструктивних стратегій, зокрема уникнення або пристосування, що часто зумовлено невпевненістю у власних силах, страхом негативної оцінки або труднощами у вираженні власної позиції. Причому характерною особливістю цього процесу є те, що вибір стратегії

залежить не лише від об'єктивних умов ситуації, а й від стійких внутрішніх особистісних установок, рівня самооцінки та сформованості комунікативних навичок [24, с. 80].

Звертає на себе увагу той факт, що асертивність виступає своєрідним психологічним механізмом регуляції поведінки у конфлікті, який забезпечує інтеграцію емоційних, когнітивних і поведінкових компонентів особистості. Виявлені нами особливості свідчать про те, що асертивна особистість здатна одночасно враховувати як власні інтереси, так і інтереси опонента, що формує більш гнучкий і адаптивний стиль поведінки у конфліктних ситуаціях. При цьому слід зауважити, що така гнучкість є важливою умовою конструктивного вирішення конфліктів, оскільки дозволяє своєчасно змінювати стратегію поведінки залежно від розвитку ситуації, рівня напруженості та позиції співрозмовника. Разом з тим, аналіз показує, що саме асертивність знижує ймовірність переходу конфлікту в деструктивну форму, зокрема у відкриту агресію або повне уникнення взаємодії [3, с. 37].

Важливо зазначити, що асертивність тісно пов'язана з рівнем емоційної стабільності та здатністю до самоконтролю. Виявлені нами дані свідчать, що студенти з розвиненою асертивністю краще контролюють емоційні реакції у конфліктних ситуаціях, що дозволяє їм обирати більш раціональні стратегії поведінки. Разом з тим, недостатній рівень асертивності часто супроводжується імпульсивністю або, навпаки, надмірною поступливістю [26, с. 145].

При цьому слід зауважити, що асертивність виконує функцію своєрідного «посередника» між особистісними характеристиками студента та його поведінковими реакціями у конфлікті. Було встановлено, що саме через рівень асертивності реалізується вибір між такими стратегіями, як конкуренція, уникнення, компроміс, співпраця та пристосування. Стає очевидним, що підвищення рівня асертивності сприяє переходу від деструктивних до конструктивних моделей поведінки [30, с. 58].

Разом з тим, аналіз наукових досліджень показує, що формування асертивності у студентів є важливим завданням сучасної психологічної та

педагогічної практики. Слід також зауважити, що розвиток асертивності відбувається поступово і залежить від соціального досвіду, виховання, рівня самосвідомості та умов освітнього середовища [21]. Надалі це впливає на здатність особистості ефективно взаємодіяти у конфліктних ситуаціях.

Достатньо сказати, що студенти з високим рівнем асертивності демонструють більш зрілі форми поведінки у конфліктах, оскільки вони здатні чітко формулювати власну позицію, аргументувати її та водночас враховувати позицію іншої сторони. В той же час особи з низьким рівнем асертивності частіше уникають конфліктів або поступаються навіть тоді, коли це суперечить їхнім інтересам [29, с. 60].

Характерною особливістю є те, що асертивність тісно пов'язана з комунікативною компетентністю студента. Зокрема, виявлені нами дослідження підтверджують, що розвиток навичок ефективного спілкування, активного слухання та аргументації сприяє підвищенню рівня асертивності, що, у свою чергу, позитивно впливає на вибір конструктивних стратегій вирішення конфліктів [27].

Разом з тим, слід також зазначити, що асертивність не виключає можливості використання різних стратегій поведінки у конфлікті. Навпаки, вона забезпечує усвідомлений і гнучкий вибір між ними залежно від ситуації. Виявлені нами особливості свідчать, що асертивна особистість здатна використовувати як компроміс, так і співпрацю, уникаючи при цьому крайніх форм поведінки.

Отже, можна зробити висновок, що рівень асертивності є одним із ключових чинників, який визначає характер поведінки студентів у конфліктних ситуаціях. Стає очевидним, що розвиток асертивності сприяє формуванню конструктивних стратегій взаємодії, підвищує ефективність комунікації та забезпечує психологічну зрілість особистості у студентському середовищі.

Висновки до першого розділу

На основі аналізу наукової літератури встановлено, що асертивність у сучасній психології розглядається як важлива інтегративна характеристика особистості, яка поєднує когнітивний, емоційний та поведінковий компоненти. Вона забезпечує здатність людини відкрито висловлювати власні думки, захищати особисті права та водночас поважати інтереси інших. Слід також зауважити, що асертивність виступає однією з ключових умов формування зрілої, соціально адаптованої особистості, здатної до конструктивної взаємодії у різних життєвих ситуаціях.

У процесі дослідження з'ясовано, що асертивність виконує низку важливих функцій, серед яких комунікативна, регулятивна, захисна та адаптаційна. Виявлені нами особливості свідчать про те, що саме через ці функції забезпечується ефективність міжособистісного спілкування та здатність особистості до саморегуляції поведінки. Разом з тим, було встановлено, що рівень розвитку асертивності безпосередньо впливає на якість соціальних взаємодій та здатність особистості до конструктивного вирішення конфліктів.

Аналіз стратегій поведінки у конфліктних ситуаціях показав, що в психології виділяють п'ять основних моделей: конкуренцію, співпрацю, компроміс, уникнення та пристосування. Достатньо сказати, що кожна з цих стратегій має свої психологічні особливості, переваги та обмеження, а їх вибір залежить від індивідуальних характеристик особистості та специфіки ситуації. При цьому слід зазначити, що найбільш конструктивними вважаються

співпраця та компроміс, оскільки вони сприяють збереженню міжособистісних відносин та досягненню взаємовигідних рішень.

Разом з тим, аналіз наукових джерел свідчить, що рівень асертивності є одним із ключових чинників, який визначає вибір стратегії поведінки у конфлікті. Було встановлено, що студенти з високим рівнем асертивності частіше використовують конструктивні стратегії (співпрацю, компроміс), тоді як особи з низьким рівнем асертивності схильні до уникнення або пристосування. При цьому характерною особливістю є те, що асертивність забезпечує більш усвідомлений та гнучкий вибір поведінки у конфліктних ситуаціях.

Отже, стає очевидним, що асертивність виступає важливим психологічним механізмом регуляції конфліктної поведінки студентів, який впливає на ефективність їх міжособистісної взаємодії. Надалі це дозволяє розглядати розвиток асертивності як один із ключових напрямів удосконалення комунікативної культури та формування конструктивних стратегій поведінки у конфліктних ситуаціях у студентському середовищі.

РОЗДІЛ 2

ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ РОЛІ АСЕРТИВНОСТІ У ВИБОРІ СТРАТЕГІЙ ВИРІШЕННЯ КОНФЛІКТІВ

2.1. Організація, процедура та методики дослідження

Емпіричне дослідження було спрямоване на вивчення ролі особистісної асертивності студентів-психологів у виборі стратегій поведінки у конфліктних ситуаціях, а також на виявлення особливостей взаємозв'язку між рівнем асертивності та домінуючими стилями конфліктної поведінки.

Дослідження здійснювалося у три етапи.

Підготовчий етап. На цьому етапі було здійснено теоретичний аналіз наукової літератури з проблеми асертивності, конфліктної поведінки та особливостей професійного становлення студентів-психологів. Визначено основні теоретичні підходи до розуміння асертивності як особистісної характеристики, що забезпечує конструктивну взаємодію в умовах конфлікту. Було підібрано психодіагностичний інструментарій для дослідження рівня асертивності та стратегій поведінки у конфлікті. Крім того, розроблено авторський опитувальник, спрямований на виявлення особливостей вибору студентами-психологами стратегій поведінки у конфліктних ситуаціях у навчальному та міжособистісному середовищі. Також було сформовано вибірку досліджуваних та підготовлено онлайн-форму (Google Forms) для проведення емпіричного дослідження.

Діагностичний етап. На цьому етапі було безпосередньо проведено опитування студентів-психологів. Учасники заповнювали Google-форму, яка містила стандартизовані методики та авторський опитувальник. Дослідження дозволило отримати дані щодо рівня асертивності респондентів, а також їхніх переважних стратегій поведінки у конфліктних ситуаціях (конкуренція, співпраця, компроміс, уникнення, пристосування).

Аналітичний етап. На даному етапі здійснювалася математико-статистична обробка отриманих результатів, їх систематизація та інтерпретація. Було проаналізовано взаємозв'язок між рівнем асертивності студентів та обраними ними стратегіями поведінки у конфлікті. На основі отриманих даних сформульовано висновки відповідно до мети та завдань дослідження.

У дослідженні взяли участь 15 студентів-психологів закладу вищої освіти України, які навчаються за спеціальністю «Психологія». Віковий діапазон респондентів становив від 18 до 22 років, що відповідає типовому періоду ранньої юності та молодого дорослого віку, коли активно формуються професійно важливі особистісні якості, зокрема комунікативна компетентність, емоційна зрілість та асертивність.

До вибірки увійшли студенти різних курсів бакалаврату (1–3 курси), що дозволило врахувати певні відмінності у рівні професійної підготовки та соціально-психологічного досвіду. Серед респондентів переважали здобувачі, які вже мають базові знання з психології конфлікту та міжособистісної взаємодії, що є важливим для усвідомленого оцінювання власної поведінки у конфліктних ситуаціях.

За статевим складом вибірка є змішаною з переважанням осіб жіночої статі, що є типовою характеристикою студентських груп психологічного профілю. Така структура вибірки відображає реальні особливості контингенту майбутніх психологів і забезпечує достатню репрезентативність отриманих результатів у межах пілотного емпіричного дослідження.

Участь у дослідженні була добровільною та анонімною, що сприяло більшій відкритості респондентів під час відповідей і підвищило достовірність отриманих емпіричних даних.

У процесі емпіричного дослідження було використано виключно метод анкетування як основний інструмент збору даних. Це дозволило забезпечити стандартизованість отриманої інформації, а також охопити ключові показники досліджуваних феноменів -рівень асертивності та особливості вибору стратегій поведінки у конфліктних ситуаціях.

Емпірична база дослідження була представлена авторською анкетою, розробленою відповідно до мети та завдань роботи. Анкета включала закриті запитання та шкали самооцінювання, що дало можливість кількісно оцінити рівень асертивності студентів-психологів, їх ставлення до конфліктів та домінуючі стратегії поведінки у конфліктних ситуаціях (Додаток А).

Авторський опитувальник складався з кількох змістових блоків:

- соціально-демографічні дані (стать, курс навчання);
- твердження для самооцінки рівня асертивності (з використанням шкали Лайкерта від 1 до 5);
- запитання щодо типових стратегій поведінки у конфлікті (уникнення, поступка, конкуренція, компроміс, співпраця);
- блок оцінки ставлення до конфліктів як явища;
- самооцінка ефективності власної асертивної поведінки.

Слід зазначити, що респонденти оцінювали ступінь згоди з твердженнями за п'ятибальною шкалою, що забезпечило можливість більш точної кількісної інтерпретації результатів. Крім того, в анкеті передбачено запитання щодо суб'єктивного рівня асертивності (низький, середній, високий), а також самооцінки потреби у розвитку відповідних навичок.

Разом з тим, використання авторського опитувальника дозволило не лише отримати загальні показники, але й уточнити індивідуальні особливості прояву асертивності у студентів-психологів у реальних або потенційно конфліктних навчальних ситуаціях.

Звертає на себе увагу той факт, що анкетування проводилося в онлайн-форматі (Google Forms), що забезпечило зручність для респондентів, а також анонімність відповідей. Це сприяло підвищенню щирості відповідей та достовірності отриманих емпіричних даних.

Наступним кроком нашого емпіричного дослідження був аналіз та якісна інтерпретація отриманих даних, які представлені в наступному підрозділі.

2.2. Аналіз та інтерпретація результатів дослідження

Аналіз емпіричних даних дозволив виявити особливості прояву асертивності студентів-психологів та їхній вибір стратегій поведінки у конфліктних ситуаціях. Отримані результати були систематизовані та проаналізовані відповідно до структурних блоків авторської анкети.

У дослідженні взяли участь 15 студентів-психологів, серед яких 60% становили особи чоловічої статі (6 осіб), а 40% - жіночої (9 осіб). Отримані дані свідчать про відносно збалансований гендерний розподіл із незначною перевагою чоловіків, що дозволяє враховувати різні соціально-психологічні особливості у сприйнятті конфліктів та прояві асертивності.

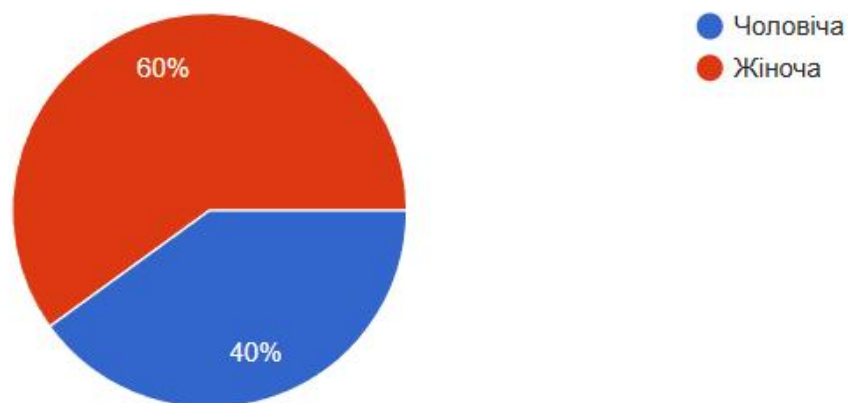


Рис 1. Дослідження ролі асертивності у виборі стратегій вирішення конфліктів

Звертає на себе увагу той факт, що 100% респондентів є студентами 2 курсу, що забезпечує однорідність вибірки за рівнем навчальної підготовки та приблизно однаковий рівень опанування психологічних дисциплін, зокрема курсів із психології спілкування та конфліктології.



Рис 2. Дослідження ролі асертивності у виборі стратегій вирішення конфліктів

Аналіз відповідей щодо здатності відкрито висловлювати власну думку показав, що більшість студентів демонструють середній та високий рівень асертивності: 46,7% обрали варіант «4», 26,7% -«5» і 26,7% -«3». Таким чином, стає очевидним, що переважає готовність до вираження власної позиції, однак у частини студентів ще зберігається обережність у комунікації.

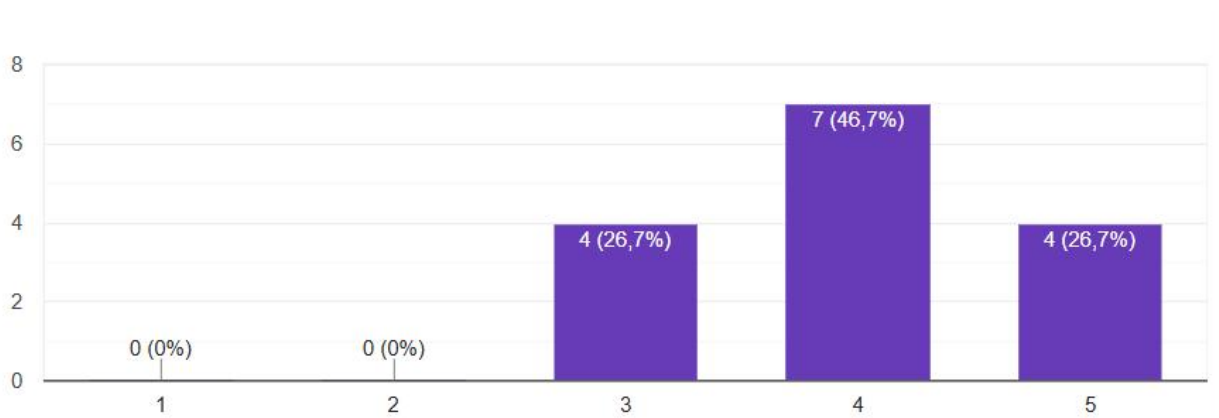


Рис 3. Дослідження ролі асертивності у виборі стратегій вирішення конфліктів

Щодо здатності відмовляти у незручних ситуаціях, було встановлено, що 33,3% респондентів оцінюють цю навичку на рівні «4», ще 33,3% -на рівні «5»,

тоді як 6,7% мають низький рівень (оцінка «1»). Разом з тим, ці дані свідчать про загалом достатньо сформовану здатність до відстоювання особистих меж.

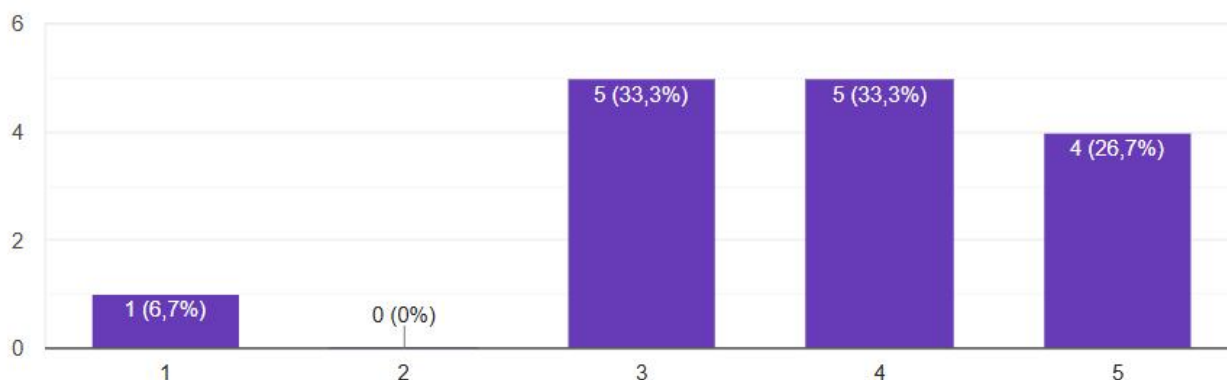


Рис 4. Дослідження ролі асертивності у виборі стратегій вирішення конфліктів

Аналіз твердження про відстоювання власних прав без порушення прав інших показав подібну тенденцію: більшість студентів (60%) обрали високі значення (4–5), що свідчить про наявність елементів конструктивної асертивної поведінки.

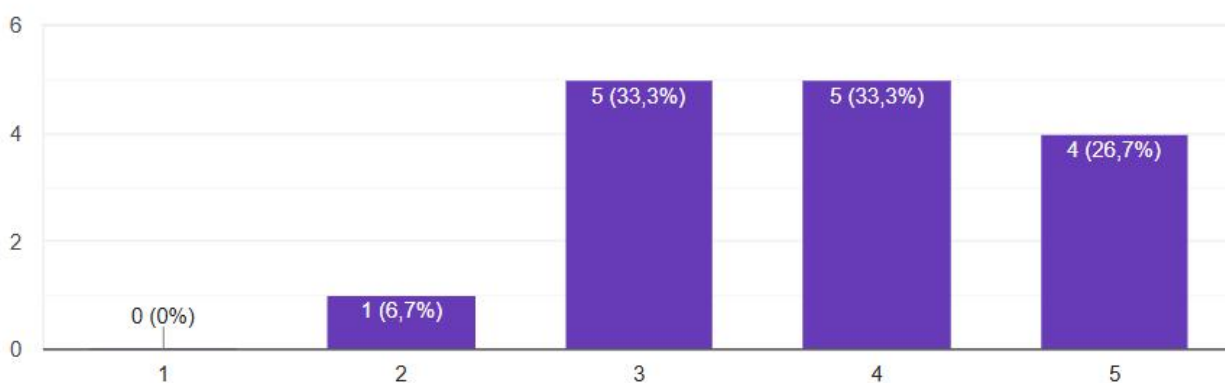


Рис 5. Дослідження ролі асертивності у виборі стратегій вирішення конфліктів

У відповідях на твердження «Я у конфлікті зберігаю спокій» виявлено неоднорідність результатів: 26,7% обрали найвищий рівень (5), тоді як 13,3% - найнижчий (1). Це свідчить про різний рівень емоційної саморегуляції у стресових ситуаціях.

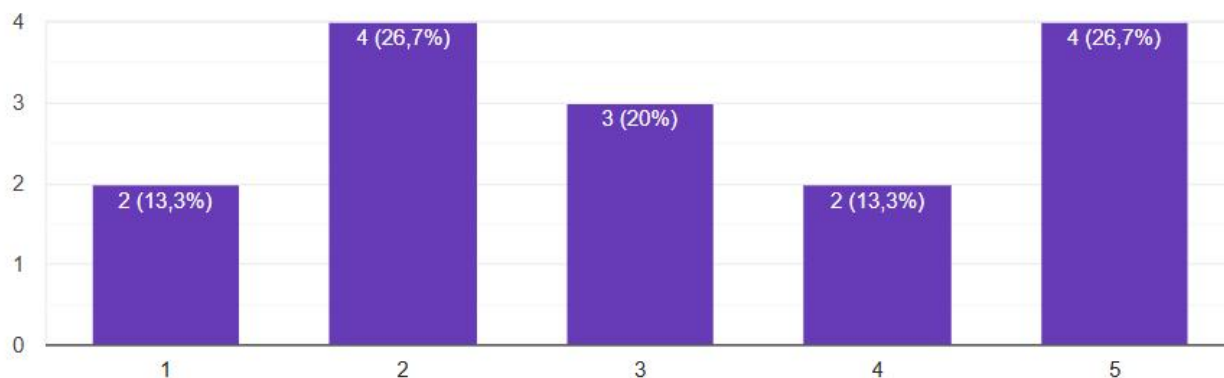


Рис 6. Дослідження ролі асертивності у виборі стратегій вирішення конфліктів

Водночас 46,7% студентів зазначили, що не бояться висловлювати незгоду (рівень «5»), що є позитивним показником асертивності. Подібна тенденція спостерігається і щодо уникнення агресії: 46,7% респондентів повністю погоджуються з тим, що уникають агресивної поведінки у спілкуванні, що вказує на орієнтацію на конструктивну взаємодію.

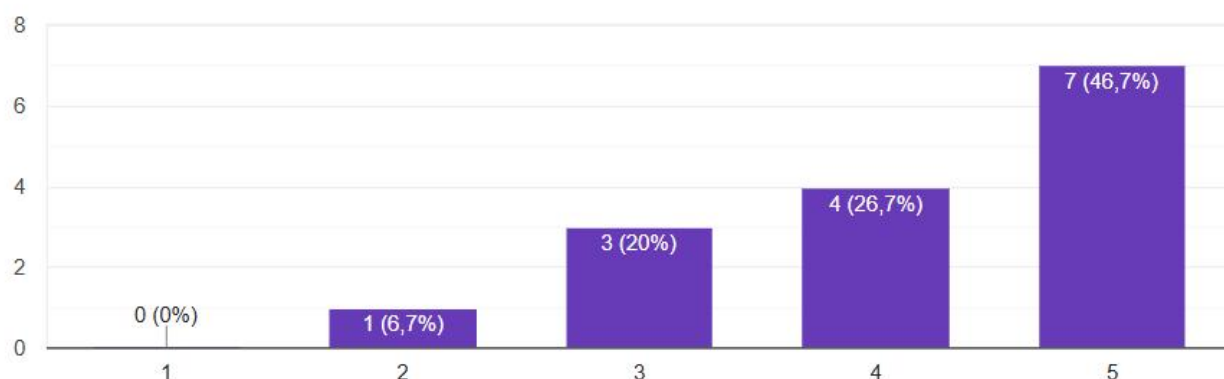


Рис 7. Дослідження ролі асертивності у виборі стратегій вирішення конфліктів

Щодо типових стратегій поведінки у конфліктних ситуаціях було встановлено, що найбільш поширеною є стратегія компромісу (40%). Разом з тим, по 20% респондентів обрали уникнення та поступливість, а також 20% - пошук спільного рішення. Наполягання на власній позиції характерне для 20% опитаних.

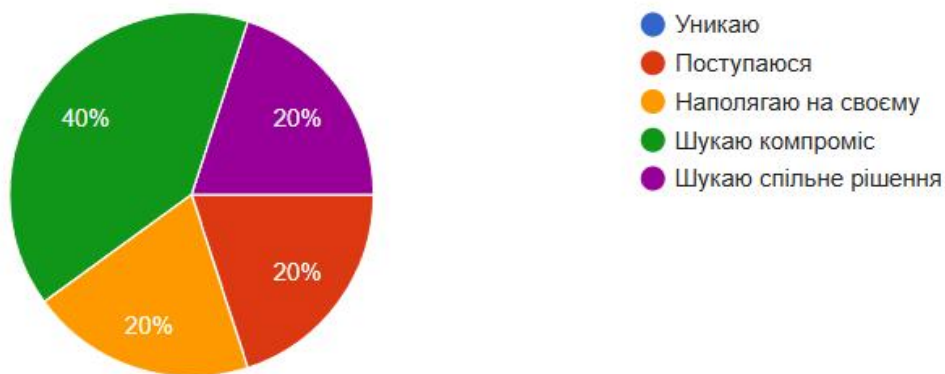


Рис 8. Дослідження ролі асертивності у виборі стратегій вирішення конфліктів

Отже, характерною особливістю є домінування компромісної та конструктивно-діалогічної поведінки, однак частина студентів все ще схильна до уникнення або поступливості.

Аналіз ставлення до конфліктів показав, що 53,3% студентів розглядають конфлікт як можливість вирішення проблем, тоді як 40% сприймають його як негативне явище, і лише 6,7% - як нормальне явище. Це свідчить про певну амбівалентність сприйняття конфлікту, при цьому поступово формується більш конструктивне ставлення до нього.

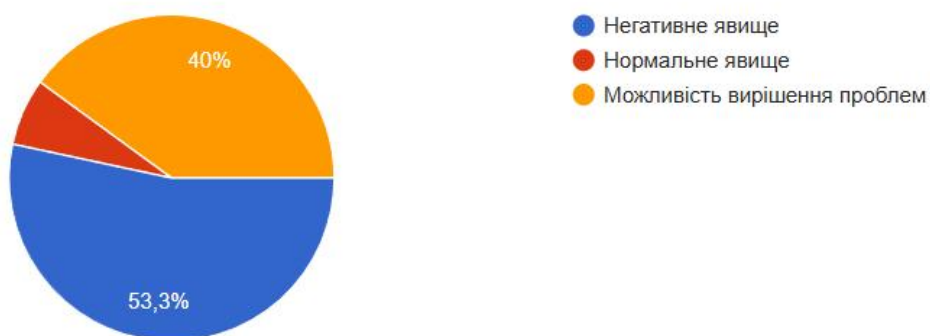


Рис 9. Дослідження ролі асертивності у виборі стратегій вирішення конфліктів

У блоці самооцінки стратегій поведінки 40% респондентів зазначили, що відкрито обговорюють проблему, 20% - уникають конфліктів, 20% - намагаються знайти спільне рішення, 20% - наполягають на власній позиції, і лише 6,7% обирають поступливість. Це свідчить про переважання активних форм взаємодії у конфліктних ситуаціях.

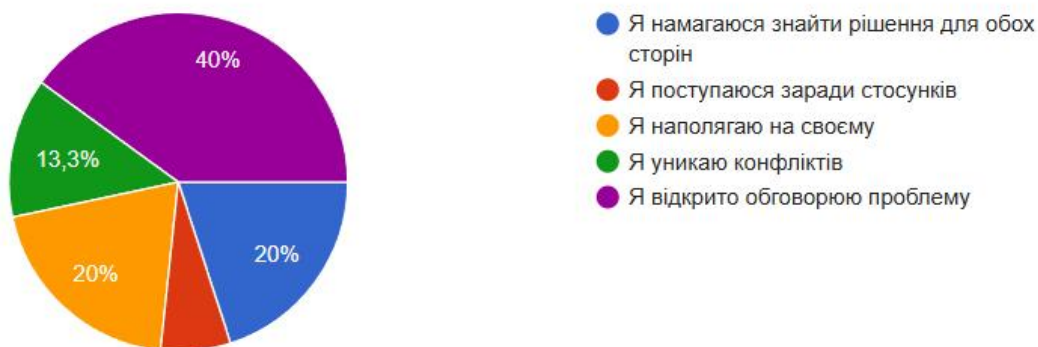


Рис 10. Дослідження ролі асертивності у виборі стратегій вирішення конфліктів

Було встановлено, що 66,7% студентів мають середній рівень асертивності, а 33,3% -високий. Низького рівня асертивності не виявлено. Це є важливим показником, який свідчить про загалом сформовані базові асертивні навички у студентів-психологів.

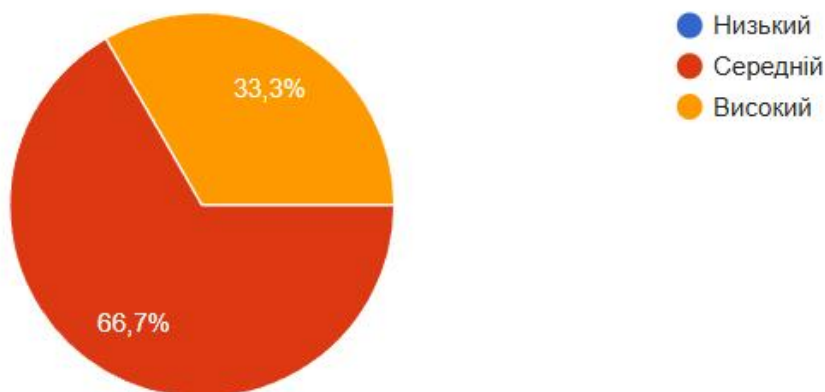


Рис 11. Дослідження ролі асертивності у виборі стратегій вирішення конфліктів

Щодо впливу асертивності на вирішення конфліктів, 60% респондентів зазначили, що вона допомагає їм у конфліктних ситуаціях, 26,7% -що допомагає частково, і 13,3% -що не допомагає. Це свідчить про усвідомлення більшістю студентів важливості асертивної поведінки.

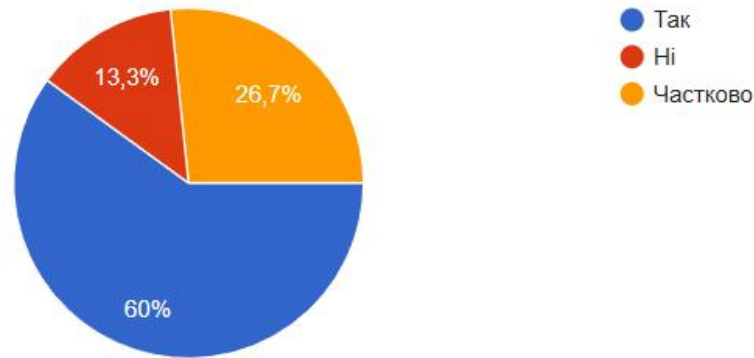


Рис 12. Дослідження ролі асертивності у виборі стратегій вирішення конфліктів

Разом з тим, аналіз отриманих даних дозволяє зробити висновок, що у студентів-психологів переважає середній та високий рівень асертивності, який корелює з вибором більш конструктивних стратегій поведінки у конфлікті, таких як компроміс, співпраця та відкрите обговорення проблеми. Стає очевидним, що асертивність виступає важливим чинником формування зрілої конфліктної поведінки, однак окремі респонденти все ще демонструють схильність до уникнення або поступливості, що потребує подальшого розвитку відповідних навичок.

Таблиця 2

Основні результати дослідження (n = 15)

Показник	Результат
Рівень асертивності	Середній – 66,7%; Високий – 33,3%
Провідна стратегія у конфлікті	Компроміс – 40%
	Співпраця – 20%
	Поступливість – 20%
	Наполягання – 20%
Ставлення до конфлікту	Негативне – 53,3%; як можливість – 40%
Вважають, що асертивність	Так – 60%; частково – 26,7%;

допомагає	ні – 13,3%
-----------	------------

Отримані дані свідчать, що у студентів-психологів переважає середній рівень асертивності (66,7%), що вказує на достатню, але ще не повністю сформовану здатність до впевненого самовираження, відстоювання власної позиції та конструктивної взаємодії в конфлікті. Високий рівень асертивності виявлено у 33,3% респондентів, що характеризує цих студентів як більш зрілих у поведінковому та комунікативному аспектах.

Щодо стратегій поведінки у конфлікті, найбільш поширеною є стратегія компромісу (40%), що свідчить про прагнення студентів до часткового врахування інтересів обох сторін. Разом з тим, рівномірно представлені стратегії співпраці, поступливості та наполягання (по 20%), що вказує на варіативність поведінкових реакцій залежно від ситуації.

При аналізі взаємозв'язку між рівнем асертивності та вибором стратегії поведінки у конфлікті було встановлено, що студенти з вищим рівнем асертивності частіше обирають співпрацю та компроміс, які належать до конструктивних стратегій взаємодії. Водночас особи із середнім рівнем асертивності демонструють більш змішану поведінку, поєднуючи компроміс із поступливістю або наполяганням на власній позиції.

Разом з тим, виявлені особливості свідчать про те, що низька схильність до уникнення конфліктів у вибірці загалом корелює з наявністю базового або середнього рівня асертивності, що є позитивною тенденцією. Стає очевидним, що асертивність виступає важливим регулятором поведінки у конфліктних ситуаціях, оскільки забезпечує баланс між відстоюванням власних інтересів та врахуванням позиції іншої сторони.

Отже, можна зробити висновок, що чим вищий рівень асертивності, тим більш конструктивною є стратегія поведінки у конфлікті, що підтверджує її ключову роль у формуванні ефективної міжособистісної взаємодії студентів-психологів.

2.3. Практичні рекомендації щодо розвитку асертивності

На основі проведеного емпіричного дослідження особливостей асертивності студентів-психологів та її впливу на вибір стратегій поведінки у конфліктних ситуаціях, доцільно сформулювати низку практичних рекомендацій, спрямованих на розвиток асертивної поведінки у студентському середовищі. Виявлені результати свідчать, що більшість студентів мають середній рівень асертивності, а також переважно орієнтуються на компромісні та комунікативно відкриті стратегії вирішення конфліктів. Водночас частина респондентів демонструє схильність до уникнення або поступливості, що вказує на необхідність цілеспрямованого розвитку асертивних навичок.

Важливо зазначити, що розвиток асертивності має здійснюватися системно, у межах освітнього процесу закладу вищої освіти, а також у форматі тренінгової та позааудиторної роботи. Перш за все, доцільно впроваджувати тренінги асертивної поведінки, які спрямовані на формування вміння відкрито висловлювати власну думку, відстоювати особисті межі та поважати позицію іншої людини. Такі тренінги можуть включати рольові ігри, моделювання конфліктних ситуацій, вправи на розвиток навичок «Я-повідомлень» та технік конструктивного відстоювання позиції.

Слід також зазначити, що ефективним засобом розвитку асертивності є використання інтерактивних методів навчання в межах дисциплін психологічного циклу. Зокрема, аналіз кейсів реальних конфліктних ситуацій, групові дискусії, дебати та рефлексивні вправи дозволяють студентам усвідомлювати власні поведінкові реакції та поступово змінювати неефективні моделі взаємодії. При цьому важливо створювати безпечне освітнє середовище, у якому студент не боїться висловлювати незгоду та проявляти ініціативу.

Разом з тим, аналіз результатів дослідження показав, що значна частина студентів обирає компроміс як основну стратегію поведінки у конфлікті. Це свідчить про наявність базових навичок соціальної взаємодії, однак недостатню

сформованість більш зрілих форм асертивної поведінки, зокрема співпраці. У зв'язку з цим доцільно спрямовувати роботу на розвиток саме кооперативних стратегій взаємодії, які передбачають не лише пошук компромісу, а й глибоке узгодження інтересів обох сторін.

Дуже важливо підкреслити роль викладача як моделі асертивної поведінки. Поведінка викладача у конфліктних та навчальних ситуаціях безпосередньо впливає на формування відповідних навичок у студентів. Викладач має демонструвати повагу до думки студентів, конструктивну реакцію на заперечення та вміння регулювати емоційні прояви у спілкуванні. Таким чином відбувається не лише теоретичне, а й практичне засвоєння асертивної моделі поведінки.

При цьому слід зауважити, що розвиток асертивності тісно пов'язаний із формуванням емоційної саморегуляції. Виявлені особливості свідчать про те, що студенти з вищим рівнем асертивності краще контролюють емоції у конфліктних ситуаціях, рідше проявляють агресію та більш конструктивно реагують на критику. Тому доцільно включати у програми розвитку асертивності вправи на емоційну стабілізацію, релаксаційні техніки та розвиток навичок усвідомленості.

Слід також зазначити, що ефективним напрямом роботи є розвиток навичок самопізнання та рефлексії. Студенти повинні навчитися аналізувати власні реакції у конфліктних ситуаціях, визначати свої сильні та слабкі сторони у спілкуванні, а також усвідомлювати наслідки вибраної поведінкової стратегії. Це сприяє формуванню внутрішньої відповідальності за власні дії та підвищенню рівня особистісної зрілості.

Разом з тим, доцільно звернути увагу на необхідність індивідуального підходу до розвитку асертивності. Виявлені нами результати показали, що студенти мають різний рівень сформованості асертивних навичок, тому універсальні методи не завжди є ефективними. У цьому контексті важливо проводити індивідуальні консультації, психокорекційні бесіди та діагностичні сесії для визначення особистісних труднощів у сфері комунікації.

Перш за все, варто наголосити на важливості формування у студентів позитивного ставлення до конфлікту як до природного елементу міжособистісної взаємодії. Результати дослідження показали, що значна частина респондентів сприймає конфлікт як негативне явище, що може знижувати їхню готовність до конструктивної взаємодії. Тому необхідно формувати розуміння конфлікту як можливості для розвитку, самопізнання та вдосконалення комунікативних навичок.

Надалі доцільно впроваджувати довготривалі програми розвитку асертивності, які включатимуть поетапне формування навичок: від усвідомлення власних потреб до відпрацювання поведінки у складних конфліктних ситуаціях. Такі програми можуть бути інтегровані у навчальні курси з психології спілкування, конфліктології та особистісного розвитку.

Таким чином, формування асертивності студентів є важливим чинником підвищення їхньої психологічної зрілості, комунікативної компетентності та здатності до конструктивного вирішення конфліктів. Реалізація запропонованих рекомендацій сприятиме не лише розвитку індивідуальних якостей студентів, а й покращенню загального психологічного клімату у студентському середовищі.

Висновки до другого розділу

У процесі емпіричного дослідження було організовано та реалізовано комплексну процедуру вивчення ролі асертивності студентів у виборі стратегій поведінки у конфліктних ситуаціях. Для цього визначено діагностичний інструментарій, що базувався на анкетуванні та авторському опитувальнику, сформовано вибірку студентів-психологів та проведено онлайн-опитування з подальшою обробкою отриманих даних. Таким чином, дослідження дозволило отримати первинні емпіричні дані щодо взаємозв'язку асертивності та поведінкових стратегій у конфлікті.

Аналіз результатів емпіричного дослідження показав, що у студентів-психологів переважає середній рівень асертивності, що свідчить про наявність базових навичок конструктивної взаємодії, однак недостатню стабільність у їх застосуванні в складних конфліктних ситуаціях. Звертає на себе увагу той факт, що студенти з більш високим рівнем асертивності частіше обирають такі стратегії, як співпраця, компроміс та відкрите обговорення проблеми. Водночас менш асертивні респонденти схильні до уникнення конфліктів або поступливості, що може свідчити про недостатню впевненість у власних комунікативних можливостях.

Разом з тим, аналіз отриманих даних засвідчив, що конфлікт у студентському середовищі переважно сприймається як амбівалентне явище: частина респондентів розглядає його як негативний фактор, тоді як інша частина - як можливість для вирішення проблем та розвитку взаємин. Це свідчить про недостатню сформованість конструктивного ставлення до конфлікту як до природного елементу міжособистісної взаємодії.

Було встановлено, що асертивність виступає важливим психологічним чинником, який впливає на вибір стратегії поведінки у конфлікті. Зокрема, при вищому рівні асертивності спостерігається більша схильність до партнерських і

конструктивних стратегій взаємодії, тоді як при нижчому рівні асертивності зростає частота використання пасивних або унікальних моделей поведінки. Достатньо сказати, що саме рівень асертивності значною мірою визначає здатність студента балансувати між власними інтересами та інтересами іншої сторони.

При цьому слід зауважити, що виявлені особливості підтверджують необхідність цілеспрямованого розвитку асертивності у студентів-психологів як професійно важливої якості. Важливо зазначити, що запропоновані практичні рекомендації, зокрема тренінги, інтерактивні методи навчання та розвиток емоційної саморегуляції, можуть суттєво підвищити рівень асертивності та сприяти формуванню більш конструктивних стратегій поведінки у конфліктних ситуаціях.

Отже, результати емпіричного дослідження підтвердили взаємозв'язок між рівнем асертивності та вибором стратегії поведінки у конфлікті, а також дозволили окреслити практичні напрями підвищення ефективності міжособистісної взаємодії студентів.

ВИСНОВКИ

Проведене теоретико-емпіричне дослідження ролі особистісної асертивності студентів у виборі стратегій вирішення конфліктних ситуацій дозволило сформулювати низку узагальнених висновків.

1. На основі аналізу наукової літератури встановлено, що асертивність є складним багатовимірним психологічним феноменом, який відображає здатність особистості відкрито та впевнено висловлювати власні думки, почуття і потреби, водночас поважаючи права та позиції інших людей. У сучасному науковому знанні все більше утверджується поняття асертивності як інтегральної особистісної якості, що поєднує комунікативний, емоційно-регулятивний та поведінковий компоненти. Необхідно підкреслити, що асертивність займає проміжне положення між пасивною та агресивною поведінкою, забезпечуючи конструктивний характер міжособистісної взаємодії.

Слід також зазначити, що у структурі асертивності дослідники виокремлюють такі основні складові: здатність до самовираження, уміння відстоювати особисті межі, емоційну саморегуляцію, відповідальність за власну поведінку та повагу до іншої особистості. Разом з тим, аналіз наукових праць свідчить про багатогранність цього феномену та відсутність єдиного підходу до його трактування, що підтверджує складність його дослідження.

Водночас охарактеризовано основні стратегії поведінки у конфліктних ситуаціях, до яких належать конкуренція, співпраця, компроміс, уникнення та пристосування. Достатньо сказати, що ці стратегії відрізняються ступенем орієнтації особистості на власні інтереси або інтереси іншої сторони. Було встановлено, що найбільш конструктивними є співпраця та компроміс, тоді як уникнення та пристосування частіше мають пасивний характер, а конкуренція - потенційно конфліктогенний.

Разом з тим, аналіз наукових джерел дозволяє зробити висновок про наявність взаємозв'язку між рівнем асертивності та вибором стратегії поведінки у конфлікті. При цьому слід зауважити, що асертивна особистість більш схильна до використання конструктивних стратегій, зокрема співпраці та компромісу, тоді як низький рівень асертивності частіше пов'язаний із уникненням конфліктів або поступливістю.

2. Емпіричним шляхом досліджено рівень асертивності студентів-психологів та особливості їх поведінки у конфліктних ситуаціях. Виявлені нами результати свідчать, що у більшості студентів переважає середній рівень асертивності, що вказує на наявність базових комунікативних навичок, однак недостатню сформованість стійких моделей асертивної поведінки у складних ситуаціях.

Звертає на себе увагу той факт, що студенти з вищим рівнем асертивності частіше обирають стратегії співпраці, компромісу та відкритого обговорення проблеми. При цьому характерною особливістю є те, що вони демонструють більшу впевненість у власних діях, емоційну стабільність та готовність до конструктивного діалогу. В той же час студенти з нижчим рівнем асертивності частіше вдаються до уникнення або поступливості, що може свідчити про труднощі у відстоюванні власної позиції.

Було встановлено, що ставлення студентів до конфліктів є неоднорідним: частина респондентів розглядає конфлікт як негативне явище, тоді як інші - як можливість для розвитку та вирішення проблем. Це свідчить про недостатню сформованість конструктивного сприйняття конфліктної взаємодії.

Разом з тим, аналіз результатів підтвердив, що рівень асертивності безпосередньо впливає на вибір стратегії поведінки у конфлікті. Стає очевидним, що підвищення рівня асертивності сприяє переходу від пасивних та унікальних стратегій до більш конструктивних і партнерських форм взаємодії.

Таким чином, результати дослідження підтверджують значущість асертивності як важливого чинника ефективної міжособистісної взаємодії студентів та їх здатності до конструктивного вирішення конфліктних ситуацій.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Асертивність і саморозвиток учнів та студентів з ознаками обдарованості в умовах війни: тези доповідей учасників XVII науково-практичного семінару, 25 квітня 2024 р. Київ: Інститут психології імені Г.С. Костюка НАПН України, 2024. 69 с.
2. Білоущенко В. В. Теоретичний аналіз поняття «асертивність» в працях вітчизняних та зарубіжних науковців. *Інсайт*. 2016. Вип.13. С. 51 – 54. 6
3. Блинова О. Є., Мойсеєнко В. В. Асертивність як чинник комунікативної компетентності студентів. *Scientific Journal Virtus*. Issue № 40. January, 2020. С.36 – 39.
4. Васютенко Р. М. Асертивність як оптимальна стратегія поведінки старшокласників. *Всеосвіта*. 2019. URL: <https://vseosvita.ua/library/asertivnist-ak-optimalna-strategia-povedinki-111750.html>
5. Вахоцька І. Психологічні чинники конфліктологічної стійкості студентів. *Вісник Національного університету оборони України*. 2023. URL: <https://visnyk.nuou.org.ua/article/view/286176>
6. Герасіна С. В. Асертивна поведінка як передумова формування почуття власної гідності та самоповаги студентської молоді. *Проблеми сучасної психології*. URL: <https://journals.uran.ua/index.php/2227-6246/article/view/161432>
7. Гречановська О. В. Асертивність як складова конфліктологічної культури майбутніх фахівців технічних спеціальностей. *Педагогіка безпеки*. 2019. URL: <https://ir.lib.vntu.edu.ua/handle/123456789/30469>
8. Григор'єва Л. В. Асертивність як умова ефективного спілкування в освітньому середовищі. *Освітній простір України*. 2019. № 15. С. 134–139. URL: <https://urok.osvita.ua/materials/psychology/69054/>

9. Даниляк Р., Муляр Н. Психолого-педагогічні аспекти поведінки особистості в умовах конфлікту. URL: <http://profped.ddpu.edu.ua/article/view/259995>
10. Дудіна М.М. Асертивна поведінка в етико-педагогічному дискурсі. *Проблеми освіти, науки та культури*. 2014 № 4 (132). С. 163-172.
11. Кокун О.М., Мельничук Т.І. Резилієнс-довідник: практичний посібник. Київ: Інститут психології імені Г.С. Костюка НАПН України. 2023. 25 с. URL: <https://lib.iitta.gov.ua/734632>
12. Комар Т. М., Синюк В. В. Асертивність як чинник гармонізації міжособистісних взаємин. *Педагогіка і психологія*. 2024. № 2. С. 45–50. URL: <https://journals.academ.vinnica.ua/index.php/ped-psyh/article/view/192>
13. Комар Т., Синюк В. Асертивність як ключовий фактор гармонізації взаємин у соціумі. *Науковий вісник Вінницької академії безперервної освіти*. 2024. URL: <https://journals.academ.vinnica.ua/index.php/ped-psyh/article/view/192>
14. Лучків В. З. Емпатійна детермінація асертивності. Особистісне зростання: теорія і практика. Зб. Тез за результатами II Всеукраїнської інтернетконференції. Житомир: Вид-во ЖДУ ім. І. Франка, 2016. 44 с
15. Лучків В. З. Рекреаційні функції асертивності. Актуальні проблеми рекреаційної психології та педагогіки дитинства. 2016. Одеса. С. 12 – 14.
16. Марчук Л. М. Комунікативний аспект асертивної поведінки особистості студента-психолога. Теоретичні і прикладні проблеми психології : зб. Наук. Пр. Східноукраїнського нац. Ун-ту імені Володимира Даля. Луганськ. 2014. № 2 (34). С. 170–176.
17. Марчук Л. М. Особливості розвитку когнітивного компоненту асертивної поведінки у студентів – психологів. *Науковий вісник Херсонського державного університету*. 2016. Вип.6. Т. 2. С.145 – 149
18. Мельничук С. К. Асертивність як детермінанта розвитку психологічного потенціалу студентів. *Вісник Одеського національного університету. Серія: Психологія*. 2012. Т. 17. № 8. С. 407–413.

19. Мікеле Джаннантоніо. Чи зі мною все гаразд? Самоповага та асертивність. Львів: Свічадо. 2020. 168 с
20. Мойсеєнко, В. В. Аналіз наукових підходів дослідження поняття «асертивності». Науковий вісник Херсонського державного університету. Серія: Психологічні науки. Херсон: Видавничий дім «Гельветика», 2017. Вип. 5. Т. 1. С. 170–175.
21. Ніколаєв Л. О. Дослідження проблеми асертивності у вітчизняній психології. Інститут психології імені Г. С. Костюка НАПН України. URL: <https://lib.iitta.gov.ua>
22. Олійник Г. І. Особливості агресивності у осіб із різним рівнем асертивності. Львів: НУЛП, 2020. 155 с.
23. Петриченко О., Федоренко А. Теоретична модель асертивного потенціалу особистості студентської молоді. Науковий часопис УДУ ім. М. Драгоманова. 2025. URL: <https://sj.udu.edu.ua/index.php/pn/article/view/1770>
24. Погребняк К. І. Асертивність як умова ефективної комунікації особистості. Науковий вісник Херсонського державного університету. Серія: Психологічні науки. 2024. № 1. С. 77–82. URL: <https://ekhsuir.kspu.edu/handle/123456789/20544>
25. Подоляк Н. В. Асертивність психолога як умова ефективного міжособистісного спілкування. Психологія: реальність і перспективи. 2022. № 18. С. 98–103. URL: <https://phsps.dspu.edu.ua/article/view/255845>
26. Поліщук В. М. Вікова та педагогічна психологія. Суми : Університетська книга, 2019. 352 с
27. Савчин М. В. Психологія міжособистісного спілкування. Київ: Центр учбової літератури, 2018. URL: https://pidruchniki.com/psihologiya/mizhosobistisne_spilkuvannya
28. Токарева Н. М., Шамне А. В. Вікова та педагогічна психологія : навч. посіб. Для студентів вищих навчальних закладів. Київ: видавництво НУБіП, 2017. 548 с.

29. Удод Д. В. Асертивність особистості як чинник безконфліктного спілкування. Вісник Харківського національного університету імені В. Н. Каразіна. Серія: Психологія. 2025. № 72. С. 56–61. URL: <https://ekhnuir.karazin.ua/handle/123456789/23839>
30. Шевченко Н. Ф., Жукова І. О. Особистісні детермінанти конструктивної поведінки в конфліктних ситуаціях. Психологічні студії. 2025. URL: <https://journals.vnu.volyn.ua/index.php/psychology/article/view/2931>
31. Шульга Д. М. Психологічний аналіз поняття «асертивність» у працях вітчизняних та зарубіжних науковців. Науковий вісник Львівського державного університету внутрішніх справ. 2024. URL: <https://journals.lvduvs.lviv.ua/index.php/psychology/article/view/899>

ДОДАТКИ

Додаток А

Анкетування для студентів

Роль особистісної асертивності студентів при виборі стратегії вирішення конфліктних ситуацій

Це анонімне опитування проводиться з метою дослідження особливостей асертивності студентів та їх поведінки у конфліктних ситуаціях. Просимо відповідати щиро. Отримані результати будуть використані лише в узагальненому вигляді.

Зірочка (*) указує, що запитання обов'язкове

Стать*

Чоловіча

Жіноча

Курс навчання *

1 курс

2 курс

3 курс

4 курс

Магістратура

Я вмію відкрито висловлювати свою думку *

зовсім не згоден(на)

1

2

3

4

5

повністю згоден(на)

Я здатний(на) відмовити, якщо мені незручно*

зовсім не згоден(на)

1

2

3

4

5

повністю згоден(на)

Я відстоюю свої права, не порушуючи прав інших*

зовсім не згоден(на)

1

2

3

4

5

повністю згоден(на)

У конфлікті я зберігаю спокій*

зовсім не згоден(на)

1

2

3

4

5

повністю згоден(на)

Я не боюся висловлювати незгоду*

зовсім не згоден(на)

1

2

3

4

5

повністю згоден(на)

Я уникаю агресії у спілкуванні*

зовсім не згоден(на)

1

2

3

4

5

повністю згоден(на)

У конфлікті я частіше: *

Уникаю

Поступаюся

Наполягаю на своєму

Шукаю компроміс

Шукаю спільне рішення

Конфлікти для мене: *

Негативне явище

Нормальне явище

Можливість вирішення проблем

Стратегії поведінки *

Я намагаюся знайти рішення для обох сторін

Я поступаюся заради стосунків

Я наполягаю на своєму

Я уникаю конфліктів

Я відкрито обговорюю проблему

Рівень асертивності *

Низький

Середній

Високий

Чи допомагає вам асертивність у конфліктах? *

Так

Ні

Частково

Чи хочете ви розвивати ці навички? *

Так

Ні