

інституті шлюбу. Наприклад, завдяки широкому застосуванню атитюдів стали очевидними такі факти, як більш позитивне ставлення людей до егалітарних взаємин у сім'ї, до праці жінок, зміни ставлення до цінності дітей тощо. В той же час, дослідження цієї сфери свідчать про те, що певні установки людей заважають їм адекватно функціонувати в різних життєвих сферах і ситуаціях. Наприклад, орієнтація на патріархальний тип подружніх взаємин [10].

ВИСНОВКИ

1. Нами було підбрано і обгрунтовано доцільність застосування комплексу діагностичних методик для вивчення взаємозв'язку між типом гендерної ідентичності і орієнтацією на професійну і сімейну самореалізацію у жінок-практичних психологів: опитувальник С. Бем, опитувальника термінальних цінностей (ОТеЦ), методика «Якорі кар'єри» Е. Шейна, кольоровий тест відносин Е. Ф. Бажина, А. М. Еткінда (КТВ), авторська методика вимірювання атитюдів і сімейної та професійної самореалізації, опитувальник «Вимірювання установок в сімейній парі».

2. Практичне значення отриманих результатів зводиться до можливості розроблення на їхній основі програми сімейного консультування, проведення тренінгів особистісного зростання, профорієнтації, індивідуального консультування з питань, які стосуються сімейної і професійної самореалізації.

3. На основі отриманих результатів можуть бути проведені більш широкі наукові дослідження з питань гендерної ідентичності і самореалізації особистості.

ЛІТЕРАТУРА

1. Алешина Ю. Е. Социально-психологические методы исследования супружеских отношений: спецпрактикум по социальной психологии / Ю. Е. Алешина, Л. Я. Гозман, Е. М. Дубовская. – М. : Изд-во Моск. ун-та, 1987. – С. 78–90.
2. Бажин Е. В. Цветовой тест отношений : метод. рекомендации / Е. В. Бажин, А. М. Эткинд. – Л. : Ленинградский научно-исслед. психоневрол. ин-т им. В. М. Бехтерева, 1985. – 18 с.
3. Бондаревська І. О. Гендерна ідентичність жінок-менеджерів : монографія / за наук. ред. Н. Г. Калашник / І. О. Бондаревська. – Дніпропетровськ : Інновація, 2011. – 224 с.
4. Бурлачук Л. Ф. Словарь-справочник по психодиагностике / Л. Ф. Бурлачук, С. М. Морозов. – СПб. : Питер, 2000. – 528 с.
5. Ильин Е. П. Дифференциальная психология профессиональной деятельности / Е. П. Ильин. – СПб. : Питер, 2008. – 432 с.
6. Клецина И. С. Психология гендерных отношений: теория практика : монография / И. С. Клецина. – СПб. : Алетейя, 2004.
7. Кочкурова О. В. Професійна ідентичність майбутнього практичного психолога як складова соціалізації його особистості / О. В. Кочкурова // Актуальні проблеми психології : зб. наук. праць інституту психології імені Г. С. Костюка НАПН України. – Кіровоград : Імекс ЛТД, 2013. – Том XI. – Соціальна психологія. – Вип. 6. – Кн. I. – 502 с.
8. Практикум по психодиагностике: психодиагностические материалы / [ред. кол. : А. А. Бодалев и др]. – М. : Изд-во МГУ, 1988. – 141 с.
9. Почебут Л. Г. Организационная социальная психология : учеб. пособ. / Л. Г. Почебут, В. А. Чикер. – СПб. : Речь, 2000. – С. 283–297.
10. Практикум по гендерной психологии / [под ред. И. С. Клецинной]. – СПб., 2002. – 487 с.
11. Сенин И. Г. Опросник терминальных ценностей : руководство / И. Г. Сенин. – Ярославль : Содействие, 1991. – 17 с.
12. Ткалич М. Г. Гендерна психологія : навч. посіб. / М. Г. Ткалич. – К. : Академвидав, 2011. – 248 с. – (Серія «Альма-матер»).

УДК 159.922.2

АСЕРТИВНІСТЬ ЯК ЧИННИК ОПТИМІЗАЦІЇ СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНОЇ АДАПТАЦІЇ СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ

Т.Г. Дріга

аспірантка кафедри психології СНУ імені Володимира Даля

У статті подано аналіз останніх досліджень та публікацій з проблеми асертивності. Розглянуто сучасні визначення поняття «асертивність», основні концепції асертивності. Окреслено психологічні особливості студентського віку; характер соціальної ситуації розвитку; типи адаптації студентів; характерні особливості деструктивного стану дезадаптованих студентів. Наведено приклади маніпулятивних упереджень на противагу «принципам асертивності». Висвітлено чинник асертивності в оптимізації процесу соціально-психологічної адаптації студентської молоді. Запропоновано формат технології формування асертивності студентів ВНЗ. Акцентовано факт, що саме студентський вік є найбільш сприятливим для формування асертивності в силу своєї сенситивності.

Ключові слова: асертивність, студентська молодь, соціально-психологічна адаптація, поведінкова модель, соціальна ситуація розвитку, маніпулятивні упередження, «принципи асертивності».

В статье представлен анализ последних исследований и публикаций по проблеме асертивности. Рассмотрены современные определения понятия «асертивность», основные концепции асертивности. Определены психологические особенности студенческого возраста; характер социальной ситуации развития; типы адаптации студентов; характерные особенности деструктивного состояния дезадаптированных студентов. Приведены примеры манипулятивных предубеждений в противовес «принципам асертивности». Освещен фактор асертивности в оптимизации процесса социально-психологической адаптации студенческой молодежи. Предложен формат технологии формирования асертивности студентов вузов. Акцентируется факт, что именно студенческий возраст является наиболее благоприятным для формирования асертивности в силу своей сенситивности.

Ключевые слова: асертивность, студенческая молодежь, социально-психологическая адаптация, поведенческая модель, социальная ситуация развития, манипулятивные предубеждения, «принципы асертивности».

ПОСТАНОВКА ПРОБЛЕМИ

Серед широкого кола питань психології у вищій школі, присвячених студентству як особливій соціальній та віковій категорії, надзвичайно актуально залишається проблема вивчення особистісних детермінант розвитку і стійкості адаптації студентів до умов навчання у вищому навчальному закладі.

Актуальним проблемам адаптації молоді до нових умов життєдіяльності та взаємин у соціальній групі присвячені праці вітчизняних (В.Л. Кікоть, В.А. Петровський, Т.В. Середа, О.І. Гончаров, А.Д. Ерднєв, М.І. Лісіна, А.В. Фурман) та зарубіжних учених (Е. Еріксон, Д. Клаузен, З. Фройд та ін.). В окремих психологічних дослідженнях вирішуються завдання адаптації молоді до навчання у вищих навчальних закладах (О.І. Борисенко, А.В. Захарова, В.А. Кап-Калік, М.В. Левченко, О.Г. Мороз, В.С. Штифурак та ін.).

Увага дослідників в основному зосереджується на вивченні різноманітних факторів, у тому числі й особистісних властивостей, які спричинюють процес дезадаптації першокурсників. Студентський вік характеризується протиріччям між накопиченим у попередні етапи життєвим досвідом, з одного боку, і необхідністю рішучого життєвого самовизначення – з іншого. Відзначено, що довузівської досвід швидше виявляється недостатнім у зв'язку з не завжди зрілою здатністю до рефлексії і соціальною активністю, не до кінця сформованим уявленням про сенс життя і лише потенційно закладеними можливостями особистісного зростання.

Під соціально-психологічною адаптацією більшість учених розуміють пристосування індивіда до нових умов соціального довкілля та його результат. Уміння адаптуватися за різних обставин характеризує процес становлення і розвитку особистості, її професійного зростання. У випадку ж її дезадаптації порушується не лише особистісно-професійний розвиток, а й знижуються психофізіологічні можливості організму, уможливаються розлади здоров'я.

Поza увагою вчених залишається така багатогранна риса особистості, як асертивність, прояв якої знаходить своє віддзеркалення в переконанні у власній ефективності, що засноване на саморозумінні, самоповазі і власній значущості. Асертивна поведінка забезпечує активно-дослідницьке ставлення до світу; діяльний, творчий підхід до життя; здатність до відкритого вираження своїх емоційних переживань, переваг, точок зору, думок, ідей; до формування, досягнення й утримання власних життєвих цілей.

На нашу думку, асертивність особистості, з одного боку, набуває у студентському віці величезного значення для розкриття здібностей і особистісного та професійного становлення, а з іншого боку, забезпечує оптимізацію процесу соціально-психологічної адаптації студентів до навчання у вищому навчальному закладі.

Аналіз існуючої літератури показав, що питання щодо чинника асертивності в процесі адаптації студентської молоді залишається відкритим, що зумовлює актуальність дослідження.

У рамках дослідження проблеми асертивності в зарубіжній психології можна виділити два основних напрямки. Перший напрямок досліджує зовнішню поведінкову модель успішної людини. Цьому присвячені роботи Г. Бейера, М. Джеймса, Д. Джонгварда, В. Каппоні, Т. Новака, Г. Фенстрейхейма, а другий напрямок – гуманістична психологія, досліджує внутрішній світ людини, її екзистенційний стан (А. Маслоу, Г. Оллпорт, Ф. Перлс, К. Роджерс, В. Франкл, Е. Фромм та ін.).

У вітчизняній психології були закладені основні положення, які дозволяли вивчати особистість як самостійного суб'єкта життєдіяльності з точки зору взаємовідносин суб'єкта і світу (К.О. Абульханова-Славська, А.В. Брушлинський, Б.С. Братусь, С.Л. Рубінштейн та ін.).

У сучасній психологічній літературі термін «асертивність» означає висловлювати свою думку й безпосередньо показувати свої емоції та поведінку в межах, які не порушують прав і психічної території інших людей, а також власних. Цей термін означає відсутність агресивної поведінки, охорону власних прав у суспільних ситуаціях.

Поняття «асертивність» набуває певну поведінкову значущість лише на рівні ідей і цінностей, які й зумовлюють вибір соціальної поведінки людини (Р. Алберті, М. Еммонс, Р. Лінденфілд, М. Мольц, Т. Харріс та ін.).

«Асертивна людина – та, що відповідає за власну поведінку, демонструє самоповагу і повагу до інших, позитивна, слухає, розуміє і намагається дійти до робочого компромісу» (С. Стаут) [7].

На думку американського психолога М. Дойча, особистість, яка поважає і цінує себе, вирізняється високим рівнем асертивності. Автор сформулював «троїстий принцип», який полягає в тому, що в будь-якій ситуації асертивна особистість діє рішуче, чесно і дружлюбно [4].

Асертивність, згідно зі С. Стайном та Г. Буком, складається з трьох основних компонентів: здатності адекватно висловлювати почуття, здатності відкрито висловлювати переконання і думки, здатності захищати свої особисті права [6].

Науковець С. Герасіна у своїй роботі приходять до висновку, що рівень асертивності найбільш глибоко характеризує індивідуальний стиль поведінки особистості щодо себе та оточуючих. На її думку, асертивність – це якість, що відображає адекватний рівень мотивації досягнень, почуття впевненості в собі, емоційно-ціннісні установки, які, інтегруючись, трансформуються в почуття власної гідності та самоповагу [1].

Мета дослідження: провести теоретичний аналіз феномену асертивності як чинника оптимізації соціально-психологічної адаптації студентської молоді.

РЕЗУЛЬТАТИ ТЕОРЕТИЧНОГО АНАЛІЗУ ПРОБЛЕМИ

Студентський період життя людини припадає переважно на період пізньої юності або ранньої дорослості, який характеризується оволодінням усім різноманіттям соціальних ролей дорослої людини, отриманням права вибору, набуття певної юридичної та економічної відповідальності, можливості включення в усі види соціальної активності (аж до державного рівня), здобуття вищої освіти та опанування професією. Для особисті студента характерним є активний розвиток моральних і естетичних почуттів, посилення свідомих мотивів поведінки, цілеспрямованості, рішучості й наполегливості, самостійності та ініціативності, вміння володіти собою. Підвищується інтерес до моральних проблем (цілі та сенс життя, обов'язок і відповідальність, любов і дружба та ін.).

«Це доленосний період у житті людини, бо вирішується велика кількість відповідальних питань, які студенти повинні порівняно швидко вирішити. Вони значною мірою визначають подальшу їх долю», – зауважує філософ В. Шубкін.

У цей час, за Є.А. Клімовим, відбувається активне формування індивідуального стилю діяльності.

Студентський вік – надзвичайно важливий період становлення «Я-концепції» як ядра особистості. «Я-концепція» студента – складна, динамічна система його уявлень про себе як особистості й суб'єкта навчально-професійної діяльності, яка включає в себе:

1. «Образ Я», що розкриває неповторність самосприйняття через фіксацію студентом певної соціально-рольової позиції та настанов щодо себе.
2. Самоставлення як систему емоційно-ціннісних установок на адресу власного «Я». Воно проявляється у вигляді глобального почуття «за» або «проти» самого себе. Ці почуття виявляються у специфічних внутрішніх оцінках, таких як самосхвалення, самопохвала, самозвинувачення.
3. Поведінкову складову як самопрезентацію – інтегративний сплав вроджених і набутих стратегій реагування й готовності до певної форми або способу взаємин із навколишнім соціальним середовищем, що породжені особистим досвідом, уявленням про себе та самоставленням.

Для студентського віку характерним є активізація самопізнання і подальшого формування самооцінки, зростання сили «Я» і здатності проявити й зберегти свою індивідуальність. Виникає підґрунтя для подолання страху втрати власного «Я» в умовах групової діяльності, інтимної близькості або дружби. При цьому, за Г.С. Абрамовою, «Я» випробовує свою силу, а через протистояння з іншими людьми юнаки знаходять чіткі межі свого психологічного простору, що захищають їх від небезпеки руйнівного впливу іншого.

У той же час, як показують соціологічні дослідження [2], молоді люди нерідко відчувають розгубленість у новій для себе соціальній ситуації розвитку, не завжди розуміють особистісні властивості й емоційні стани інших людей, часто не вміють вибирати прийнятні варіанти поведінки та реалізовувати їх у процесі взаємодії; демонструють безкомпромісність у вчинках, а часто – невміння ефективно спілкуватися з оточенням. Нездатність молодого людини висувати та утілювати в життя особистісні потреби, цілі, бажання, прагнення, інтереси й почуття призводить до підвищеного рівня невдоволення життям, відсутності планів щодо власного майбутнього, появи соціального страху.

Адаптація насамперед пов'язана зі зміною соціальної ситуації розвитку студента. Соціальна ситуація розвитку, що включає систему відносин, різні рівні соціальної взаємодії, різні типи і форми діяльності, розглядається в якості основної умови особистісного розвитку. Ця ситуація може бути змінена людиною подібно до того, як вона намагається змінити своє місце в навколишньому світі, усвідомивши, що воно не відповідає її можливостям.

Основною характеристикою зміни соціальної ситуації в студентському віці є входження в субкультуру дорослості. Це означає, що перебудовується вся система соціальних відносин людини, що дорослішає: відбувається психологічне відділення від батьків (Е. Гоффман, Д. Левінсон, М.Р. Мінігалієва, К. Фопель); набуття професійної ідентичності; встановлення інтимних стосунків (Е. Еріксон, В.М. Цілуйко); набуття дорослої ідентичності (А.І. Красило); зміна ставлення до реальності через самовизначення і переорієнтацію на цінності саморозвитку, повну відповідальність за цілі, вибір і засоби (Б.С. Братусь, Б.В. Зейгарник, А.І. Красило, В.І. Слободчиков, Г.А. Цукерман).

Усі ці фактори вимагають від студента значної мобілізації внутрішніх ресурсів в період адаптації до навчання у вищому навчальному закладі. Стан дезадаптації призводить не тільки до порушення тенденцій особистісного зростання і згорання процесу професійного становлення як майбутнього фахівця, а й до зниження психофізіологічних можливостей організму, зміни форм поведінки, розвитку патологічних процесів [3].

Залежно від особливостей перебігу процесу адаптації розрізняють такі типи адаптації студента: 1 тип – студент, який легко адаптується до нових умов, швидко виробляє стратегію своєї поведінки, легко входить у колектив; поведінка емоційно стійка, неконфліктна; 2 тип – студент, адаптація якого цілком залежить від середовища й соціального оточення. Трапляються ускладнення і в організації своєї роботи, і в режимі праці, і в спілкуванні. Важлива допомога, зовнішній контроль і підтримка; 3 тип – студент, який важко адаптується через свої індивідуальні особливості. Поведінка його деструктивна, конфліктна, емоційно нестійка, з неадекватною реакцією на вимоги та умови навчання. У період адаптації такий студент переживає деструктивний стан, для якого характерним є: неспроможність переживати самотність; занижена самоповага і самооцінка; соціальна тривожність, невпевненість у спілкуванні, сором'язливість, очікування

осуду з боку оточуючих; недовіра до людей; труднощі у виборі партнера, друга; пасивність і невизначеність, що знижує власну ініціативність і в навчанні, і в спілкуванні; нереалістичні очікування, орієнтація на підвищені вимоги до себе тощо [2].

Студенти-першокурсники найчастіше відчують справжні труднощі «вживання» в новий колектив. Побоювання виглядати некомпетентним або прагнення швидше завоювати авторитет і повагу, закритість або нав'язливість – молода людина починає губитися в пошуках найбільш вигідної, але не завжди адекватної моделі поведінки.

На наш погляд, уникненню багатьох проблем адаптаційного періоду може сприяти така риса характеру як асертивність. «Риса характеру є реальний спосіб вирішення життєвих, насамперед – діяльнiсних і комунікативних ситуацій цією конкретною людиною» [5].

С.Л. Рубінштейн зауважував: «Риси характеру – це ті властивості людини, з яких у певній визначеній логіці і внутрішній послідовності випливає одна лінія поведінки, одні вчинки...». Останнє і означає визначеність людини у житті – чіткість розуміння власної позиції, диференційоване ставлення до суспільних цінностей і інших людей.

Існування асертивності як властивості особистості означає, що «вказана вище готовність пройшла довгий шлях, «вступаючи» в різні взаємини з іншими численними властивостями особистості, зустрівшись неодноразово з різними і неоднозначними реакціями зовнішнього середовища (передусім – соціального), утворила-таки складну і стійку міжфункціональну систему, яка визначає такий спосіб дій і взаємодій, за яким іншій людині ніколи не завдається шкоди».

Традиційно асертивну поведінку описують через певний набір положень, яких дотримується людина у своїй поведінці. М.Дж. Сміт розглядав асертивну поведінку наступним чином: «З погляду прав особистості – людина обізнана у переліку своїх власних прав, користується ними і, за необхідності, захищає свої права. В той же час людина визнає те, що оточуючі мають такі ж права, і прагне будувати взаєностосунки з ними без порушення їх прав. У разі виникнення дисбалансу «мої права – чужі права» поведінка стає пасивною або агресивною».

М.Дж. Сміт розробив так звані «принципи асертивності», список беззаперечних прав особистості:

1. Я маю право висловлювати свої почуття прямо, чесно і відкрито засобами, що поважають права інших.

Маніпулятивне упередження: «Я не повинен показувати своїх почуттів. Це може завдати шкоди оточуючим. Це може дискредитувати мене в їх очах».

2. Я маю право самостійно оцінювати власну поведінку, думки і емоції і відповідати за їх наслідки.

Маніпулятивне упередження: «Я не повинен безцеремонно і незалежно від інших оцінювати себе і свою поведінку. Насправді оцінювати і обговорювати мою особистість у всіх випадках повинен не я, а хтось більш навчений і авторитетний, хто володіє істиною в останній інстанції».

3. Я маю право не давати жодних пояснень і обґрунтувань, що виправдовують мою поведінку.

Маніпулятивне упередження: «Я відповідаю за свою поведінку перед іншими людьми, бажано, щоб я звітував перед ними і пояснював все, що я роблю, вибачався перед ними за будь-які свої вчинки».

4. У мене є право не брати на себе відповідальність за проблеми інших людей.

Маніпулятивне упередження: «У мене більше зобов'язань стосовно деяких людей і установ, ніж себе. Бажано пожертвувати моїми власними гідністю, думкою і бажаннями і пристосуватися під їхні потреби. Вони набагато важливіші, ніж я».

5. Я маю право змінити свою думку. Я маю право міняти свої погляди.

Маніпулятивне упередження: «У разі якщо я вже висловив якусь точку зору, я повинен її ніколи не міняти. Інакше мені доведеться вибачатися або визнати, що я помилявся. Це б означало, що я не компетентний і не здатний відстоювати свою думку, нехай і помилкову».

6. У мене є право робити помилки і відчувати себе комфортно, визнаючи їх. Я маю право помилятися і відповідати за свої помилки.

Маніпулятивне упередження: «Я не маю права помилятися, а якщо я зроблю якусь помилку, я повинен відчувати себе винуватим. Бажано, щоб мене і мої рішення контролювали».

7. Я маю право сказати: «Я не знаю», «Я не розумію».

Маніпулятивне упередження: «Бажано, щоб я зміг відповісти на будь-яке питання. Я зобов'язаний розуміти все, що б не відбувалося. Я зобов'язаний розбиратися абсолютно у всьому. Інакше я буду нікчемною особистістю».

8. Я маю право не залежати від доброї волі інших людей.

Маніпулятивне упередження: «Якщо люди хочуть добра мені чи кому-небудь або чого-небудь, то їм краще знати, як правильно жити. Я повинен слідувати за їх добрими спонуканнями, незалежно від своїх бажань».

9. Я маю право бути незалежним від доброзичливості інших і від їхнього доброго ставлення до мене.

Маніпулятивне упередження: «Я повинен зробити все, щоб викликати схвалення і похвалу інших людей, я в них потребую».

10. Я маю право приймати нелогічні рішення.

Маніпулятивне упередження: «Бажано, щоб я дотримувався логіки, розуму, раціональності і обґрунтованості всього, що я здійснюю. Розумно і правильно лише те, що логічно й обґрунтовано».

11. Я маю право сказати: «Я тебе не розумію».

Маніпулятивне упередження: «Я повинен бути уважним і чутливим стосовно потреб оточуючих, я повинен вміти «читати їх думки». У разі якщо я цього робити не буду, я – безжальний невіглас, і ніхто мене не буде позитивно сприймати».

12. Я маю право сказати: «Мене це не цікавить».

Маніпулятивне упередження: «Я повинен намагатися уважно і емоційно ставитися до всього, що трапляється в світі, і до всього, що трапляється з будь-ким. Напевно, мені це не вдасться, але я повинен намагатися цього обов'язково досягти. В іншому випадку, я – черствий, байдужий».

13. У мене є право просто бути самим собою і не підлаштовуватися під інших людей. Мої власні інтереси, думки, бажання рівнозначні інтересам, думкам, бажанням інших людей.

Маніпулятивне упередження: «Мої особисті інтереси не настільки значущі, як інтереси інших людей. Я повинен підлаштовуватися під інших людей, бо вони більш значущі в цьому світі, ніж я сам».

14. У мене є право говорити «так» чи «ні».

Маніпулятивне упередження: «Я повинен відповідати тільки те, чого від мене очікують інші люди. Інакше я можу їх образити і буду винен в тому, що їх настрій погіршиться».

15. У мене є право просити про щось інших.

Маніпулятивне упередження: «Якщо я буду просити про щось інших, то про мене подумують як про неповноцінну особистість. Я не повинен цього робити, щоб зберегти гарну думку про себе».

16. У мене є право на те, щоб мене слухали і серйозно до мене ставилися.

Маніпулятивне упередження: «Моє думка не настільки важлива, як думка інших людей. Мені завжди краще промовчати і бути скромним. Це оцінять інші люди і будуть поважати мене. Я не гідний того, щоб висловлювати іншим людям свою думку. Я не гідний того, щоб мене слухали і серйозно до мене ставилися».

17. У мене є право бути нещасним або щасливим. Я сам вирішую, що для мене зараз краще.

Маніпулятивне упередження: «Я в жодному разі не можу бути нещасним. Інакше мене засудять інші люди і подумують, що я неповноцінна особистість. Якщо я почуваюся нещасним, то я обов'язково повинен дослухатися всіх, хто буде давати мені поради про те, як мені бути щасливим. Але я не можу бути й щасливим, інакше всі подумують, що я протиставляю себе їм на зло. Я повинен не виділятися і підлаштовуватися під інших».

Уміле і успішне застосування цих принципів передбачає використання комунікативних прийомів, яких легко навчити будь-кого, хто потребує психологічної допомоги: як студентів, так і викладачів. Вони (принципи асертивності), незважаючи на їх простоту і очевидність, охоплюють можливі ускладнення у спілкуванні з іншими людьми і стосовно самого себе.

«Принципи асертивності» – це емпіричні правила поведінки в суспільстві, принципи спілкування з оточуючими. Причому таке спілкування спирається на істинно гуманістичні початки, заперечується маніпуляція, жорстокість і агресія стосовно іншої людини.

В основі асертивності закладена, на думку західних авторів, – взаємна пошана, доброзичлива наполегливість, ввічлива вимогливість. Асертивна людина поводить себе гідно, не принижуючи ні себе, ні іншого; дотримується правил субординації; бере на себе відповідальність, оскільки її поведінка має повчальний характер. Так, вирішуючи конфлікт, вона має одночасно бути здатною показувати студенту (співрозмовнику, учаснику тренінгу тощо) варіанти асертивної поведінки в подібній ситуації, отже, закладаючи основи його адаптивної поведінки в майбутньому.

Відзначимо, що сформульовані правила частково присутні в традиційних роботах з педагогічної комунікації, але найчастіше ми зустрічаємо їх у роботах, присвячених проблемам порушення взаємодії старшого покоління з молодшим, порушення поведінки особистості, а також проблемам зняття стресу, викликаного неправильним ставленням людини до самої себе і до оточуючих. Тобто про її незалежність і гідність піклуються вже лікарі і психологи.

На нашу думку, стиль асертивної поведінки втілює в собі взаємодію моральних і соціально-етичних установок, а також навичок міжособистісного спілкування. Він дозволяє знаходити взаємоприйнятні рішення і зберігати відносини навіть у дуже складних ситуаціях. Отже, асертивна поведінка в комунікативному процесі – це оптимальний варіант спілкування викладача зі студентами (начальника з підлеглим, батьків з дітьми тощо), що призводить до формування самостійної і відповідальної особистості, здатної успішно вирішувати проблеми, – психологічні, освітні, виробничі та ін.

Останнім часом все більше вищих навчальних закладів у процесі адаптації пропонують студентам пройти низку тренінгів. Однак у більшості випадків, це навчання, пов'язане з розвитком функціональної компетентності або комунікативних навичок. Ці тренінги не допомагають по-справжньому адаптуватися. Та й, на нашу думку, асертивність вони не розвивають.

ВИСНОВКИ

Формування асертивності – творчий, багатоаспектний процес. По-перше, особистості необхідно розібратися в собі (щоб особистість усвідомила, наскільки її поведінка визначається її власними уподобаннями та стимулами, а наскільки – минулим досвідом (активно негативним раннім досвідом, відсутністю/недостатністю позитивного досвіду, навіюваними установками). По-друге – формувати навички асертивної поведінки. Асертивна поведінка полегшує і доповнює процес адаптації студентської молоді. Основні цілі розвитку асертивної поведінки реалізуються через визначені соціальні ситуації, які

формується в рольовій грі або в реальних умовах. По-третє – оволодіти певним обсягом психологічних знань і соціальних компетенцій.

Студентський вік сприяє формуванню асертивності в силу своєї сенситивності (є найсприятливішим для завершення формування як психофізичних, так і особистісних якостей).

Асертивність як риса особистості допомагає молодій людині зайняти певну ціннісну позицію стосовно самої себе, інших і, виходячи з цієї позиції, досягти своїх цілей, – будувати життєву стратегію. І саме в цьому контексті розвиток асертивності виступає важливим заходом оптимізації процесу соціально-психологічної адаптації студентів вищого навчального закладу.

ЛІТЕРАТУРА

1. Герасіна С.В. Асертивна поведінка як передумова формування почуття власної гідності та самоповаги студентської молоді / С.В. Герасіна // Проблеми сучасної психології. – 2010. – № 10. – 168 с.
2. Громадский Р.Б. Проблемы социально-психологической адаптации студентов / Р.Б. Громадский, С.И. Замолев, С.В. Кудрявцева // Социальная дезадаптация: Нарушение поведения у детей и подростков : м-лы Российской научно-практической конференции. – М. : Университетская книга, 2006. – 147 с.
3. Делікатний К.Г. Становлення студента: Питання адаптації випускника школи у вузі / К.Г. Делікатний. – К. : Знання УРСР, 1983. – 48 с.
4. Дойч М. Разрешение конфликта (Конструктивные и деструктивные процессы) / Мортон Дойч // Социально-политический журнал. – 2007. – № 1. – 164 с.
5. Максименко С.Д. Психологія учіння людини : генетико-моделюючий підхід : монографія / С.Д. Максименко. – К. : ВД «Слово», 2013. – 592 с.
6. Стайн С. Преимущества EQ: Эмоциональная культура и ваш успех / С. Стайн, Г. Бук ; пер. с англ. Маргариты Маркус. – Stoddart Publishing Co. Limited, 2010. – 480 с.
7. Стаут С. Управленческий тренинг (Managing Training) / Санны Стаут. – СПб. : Питер, 2006. – 160 с.

УДК 316.627

ВОЛОНТЕРСТВО: ДЕФІНІТИВНИЙ АНАЛІЗ

О.Л. Іванік

аспірант кафедри психології Донецького національного університету

У статті висвітлюється проблема визначення волонтерства, зокрема, як психологічного явища. Проаналізовано різноманітність тлумачень та виділено специфічні психологічні особливості, характерні для них. Сформульовано визначення волонтерства як предмета психологічних досліджень.

Ключові слова: волонтерство, волонтер, свобода, безкорисливість, розвиток, користь.

В статті освещается проблема определения волонтерства, в частности, как психологического явления. Проанализировано разнообразие трактовок и выделены специфические психологические особенности, характерные для них. Сформулировано определение волонтерства как предмета психологических исследований.

Ключевые слова: волонтерство, волонтер, свобода, бескорыстие, развитие, польза.

ПОСТАНОВКА ПРОБЛЕМИ

Проблематика волонтерства останнім часом стає темою «живих» наукових зацікавлень в українській науковій думці, набуває все більш популярного характеру як об'єкт досліджень. Волонтерство активно досліджується й у багатьох інших країнах. Вчені продовжують працювати над тим, як точно описати й виміряти волонтерство. Здавалося б, це термін з поширеним використанням і загальнозрозумілий, але науковцям практично дуже складно розробити універсальне визначення [8]. Ця ситуація спричинена широким колом сфер, які використовують ресурс волонтерів, різними напрямками діяльності волонтерів, різною кваліфікацією та вимогами до особистості волонтера, а також особливостями навколишнього середовища і навіть термінами задіяності.

Є необхідність проведення науково-практичних конференцій, семінарів та симпозіумів у цій сфері. Наразі відкриваються інститути волонтерства, центри дослідження волонтерства, проводяться соціально-психологічні дослідження з питань розвитку волонтерства в окремих державах та в світі взагалі. Існують різні тлумачення терміна «волонтерство» та «волонтер» у зв'язку із локальною специфікою втілення у практику та розвитку волонтерської діяльності. Гельмут Анхайер та Лестер Саламон констатують різноманітність визначень понять «волонтер» та «волонтерство» у різних країнах. Вчені наголошують, що «британські та американські концепції волонтерства, французький *volontariat*, італійський *volontariato*, шведська *frivilligverksamhet* або німецьке *ehrenamt* мають різні історії, і несуть різні культурні та політичні конотації. У деяких країнах, таких як Ізраїль, волонтерство тісно пов'язане з культурною ідентичністю. Так само в Сполучених Штатах існують міцні зв'язки між волонтерством як культурним очікуванням і реальністю та міфом [9].

На сьогодні існує декілька визначень понять «волонтер» та «волонтерство», які мають як спільні, так і відмінні риси, тож ми можемо констатувати полісемантичність цих понять у різних країнах. Проаналізувавши видання останніх років, можна зробити висновок, що на зміну вузькоспеціальному аналізу цього феномену прийшов час синтезувати накопичений досвід.