

зниження щільності чергування та можливості розрізнення, групування та злиття подій та дій, які розглядаються та реалізуються людиною.

Ключові слова: тривалість, послідовність, вік, психологічний час, фізичний час, настанова, переживання часу.

V. V. Plokhikh

ADJUSTING DETERMINATION OF AGE CHANGES OF SUBJECTIVE ESTIMATIONS AND EXPERIENCING OF TIME PASSING

The feeling of time acceleration which occurs in humans' brains with the process of aging is considered in the aspect of changing characteristics of the integral durations and discrete consequences of performed acts.

The productive analysis of the feeling of physical time acceleration is possible in the aspect of defying temporal relation of the whole and its parts, where the adjusting duration of life acts is the whole, and consequent actions and acts are its parts. This feeling depends on human's age and can be conditioned by the tendency to unity and reduction of life acts duration because of generalization, simplification and changing the significance of personal meanings, as well as restriction of informational exchange with environment.

Keywords: duration, sequence, age, psychological age, physical age, experience of time.

Подано до редакції 22.05.2013

УДК 155.2

Н. М. Подоляк

ФАКТОРНА СТРУКТУРА АСЕРТИВНИХ І НЕАСЕРТИВНИХ ОСІБ

Метою даної статті є виклад результатів дослідження факторної структури особистості асертивних і неасертивних осіб. Зокрема у статті представлені результати якісного аналізу досліджуваного феномену (метод осів і профілів).

Ключові слова: асертивність, факторна структура, властивість особистості.

Постановка проблеми. Актуальність та доцільність саме цієї розробки зумовлена цілою низкою соціальних та власне наукових чинників. По-перше, у сучасному світі активізуються процеси глобалізації та урбанізації, що приводить до високого ритму життя, збільшення інформаційного простору, необхідності взаємодії з іншими людьми в умовах жорсткої конкуренції на ринку праці тощо. Все частіше спостерігається наявність або вивченої безпорадності, невміння чинити опір негативно-му впливові, соціальної некомпетентності, конформності, що стає причиною невпевненої, пасивної, підкорюючої поведінки, або наявності агресивної поведінки, що пригнічує інших людей. По-друге, актуальність даної роботи зумовлена необхідністю теоретичних розробок, спрямованих на вивчення тих властивостей, що забезпечують баланс між наполегливістю, відстоюванням своїх прав і непорушенням прав інших людей, що виявляється у асертивній поведінці. І, нарешті, по-третє, підвищений інтерес до асертивності зумовлений потребами соціальної практики: навички такої поведінки і спілкування є значущими у багатьох сферах професійної діяльності, особливо це стосується соціономічних професій.

Аналіз психологічної літератури показав, що проблема асертивності прямо чи опосередковано привернула увагу різних вчених з кінця XIX століття. Розвиток проблеми асертивності деякою мірою представлений у роботах А. Адлера, Р. Альберті, А. Бандури, Э. Берна, Дж. Вольпе, У. Джеймса, Ф. Зімбардо, А. Лазаруса, Дж. Лібермана, А. Маслоу, Ф. Перлза,

К. Роджерса, К. Рудестам, Е. Солтера, Дж. Сміта, Е. Фромма, Е. Шострома, Р. Ентоні та інших. У вітчизняній психології до цієї проблеми опосередковано зверталися Б. Г. Ананьев, Л. І. Божович, Ф. Е. Василюк, В. І. Гарбузов, Є. В. Дубровіна, С. В. Ковальов, В. А. Лабунская, С. Д. Максименко, А. М. Прихожан, В. Г. Ромек, О. І. Санніков, О. П. Саннікова, О. А. Федосенко, В. А. Шаймієва та багато інших дослідників.

Відомо, що теоретичний аналіз будь-якого феномену вимагає його точної дефініції. Стосовно ж терміну «асертивність» спостерігається неоднозначність у його розумінні, широкий понятійний діапазон трактувань в роботах різних авторів, семантичні труднощі при перекладі, відсутність чітких уявлень про джерела та межі асертивності-неасертивності, що і ставить завдання його уточнення.

Термін «асертивність» (*assertiveness*) почав широко використовуватися у зарубіжній психології. Цей термін походить від англійського «*assert*», що означає здатність особистості стверджувати, заявляти, доводити, відстоювати свої права. Асертивність у літературі визначається як властивість особистості, що виявляється в її автономії, незалежності від зовнішніх впливів і оцінок інших людей; у здатності самостійно регулювати власну поведінку, відстоювати свої права; у переконаності в своїй правоті, самоповазі. Водночас, асертивні особистості характеризуються відсутністю маніпуляцій, жорстокості, агресії і наявністю пошани до людей, з якими

вони взаємодіють [1, 3, 4, 5, 6, 8].

Асертивність передбачає відмову від опори на чужі думки і оцінки, спонтанну поведінку в будь-яких життєвих обставинах у відповідності до своїх інтересів та спонукань. Бути асертивним означає бути самоініційованим і саморегульованим.

Загалом, аналіз літератури показує, що асертивність розуміють як:

- якість особистості, її здатність бути собою, де під цією «самістю» розуміється біологічна основа людської природи, виражена в потребах росту і розвитку;

- здатність людини не залежати від зовнішніх впливів і оцінок, вміння наполягати на своєму, це здатність оптимально реагувати на критику та вміння рішуче говорити собі та іншим «ні», якщо цього вимагають обставини, здатність самостійно регулювати власну поведінку і відповідати за неї;

- здатність людини впевнено та з гідністю відстоювати свої права, не принижувати при цьому права інших; це відкрита поведінка, яка не завдає шкоди іншим людям і не принижує їхню гідність;

- якість особистості як її автономність, незалежність від чужої думки й оцінки навколишніх людей, прийняття себе, здатність самостійно планувати власне життя, здійснювати свої плани і брати на себе відповідальність за власну поведінку;

- упевнений захист своїх інтересів чи свого погляду з урахуванням інтересів інших людей;

- гармонійне об'єднання властивостей особистості умінь і навичок спілкування, етично допустимих в конкретній ситуації, прояв їх у формі конкретних дій, обумовлених світоглядом;

- здатність особистості налагоджувати ефективну взаємодію;

- спосіб поведінки особистості у ситуаціях виправданого ризику, коли необхідно домогтися успіху;

- стратегію самоствердження та самопрезентації;

- вміння протистояти і домагатися свого;

- властивість особистості, в основі якої є позитивна оцінка власних навичок і здібностей як достатніх для досягнення цілей;

- здатність відкрито висловлювати свої почуття, бажання, думки;

- спонтанність реакцій, здатність бути чутливим до потреб інших, інтегративна властивість особистості, що забезпечує її здатність до адаптації;

- загальне позитивне когнітивно-емоційне ставлення до власних навичок.

Асертивність – це велика ступінь свободи у відстоюванні своїх прав, переконаність у своїй правоті, самоповага і пошана до людей, з якими вона взаємодіє.

Отже, широкий понятійний діапазон трактувань в роботах різних авторів і спрямував емпіричну частину нашої роботи на пошук властивостей особистості, що аранжують різні прояви асертивності.

Методи та процедура емпіричного дослідження. Дослідження асертивності здійснювалось за до-

помогою «Тест-опитувальника компонентів асертивності (ТОКАС)», розробленого О. П. Санніковою, О. І. Санніковим, Н. М. Подоляк [7]; для діагностики широкого кола властивостей особистості, що гіпотетично пов'язані з показниками асертивності був застосований 16-PF особистісний опитувальник Р. Кеттелла [2]. Вибірку досліджуваних склали 47 слухачів відділення післядипломної освіти «Психологія» Південноукраїнського національного педагогічного університету імені К. Д. Ушинського у віці від 25 до 40 років та 68 студентів Дрогобицького державного педагогічного університету імені Івана Франка у віці 21–25 років. Обробка отриманих даних здійснювалася за допомогою кількісного (кореляційного) та якісного (метод «асів» та «профілів») аналізів даних.

Результати та їх обговорення. З вибірки досліджуваних було обрано 2 групи осіб: з високими ($n = 7$) та низькими ($n = 12$) значеннями загального показника асертивності. На рис. 1 представлені профілі широкого спектру рис особистості (показників особистісних факторів за методикою Р. Кеттелла) означених груп осіб з максимальною та мінімальною враженістю загального показника асертивності. Середня лінія ряду кожного профілю проходить через точку 5,5 стенів. На вісі X відкладено фактори особистості за Р. Кеттелом, на вісі Y – їх значення, що виражені у стенах. Спочатку розглянемо кожний профіль окремо, а потім порівняймо їх між собою. Аналіз профілів дозволяє скласти психологічні характеристики представників обох груп – з високими і низькими значеннями загального показника асертивності.

Попередньо [4] за допомогою кореляційного аналізу нами було встановлено, що асертивність має значимі кореляційні зв'язки з такими особистісними паттернами, як Н(+), сміливість, N(+), проникливість, С(+), сила «Я», Q2(+), самодостатність, L(-), довірливість, O(-), самовпевненість, Q4(-), розслабленість, QII(-), емоційна стабільність, QIV(+).

Низький рівень асертивності супроводжується Н(-), боязкістю, N(-), наївністю, С(-), слабкістю «Я», Q2(-), залежністю від групи L(+), підозрілістю, O(+), схильністю до почуття провини Q4(+), напруженістю, QII(+), тривожністю і QIV(-) покірністю.

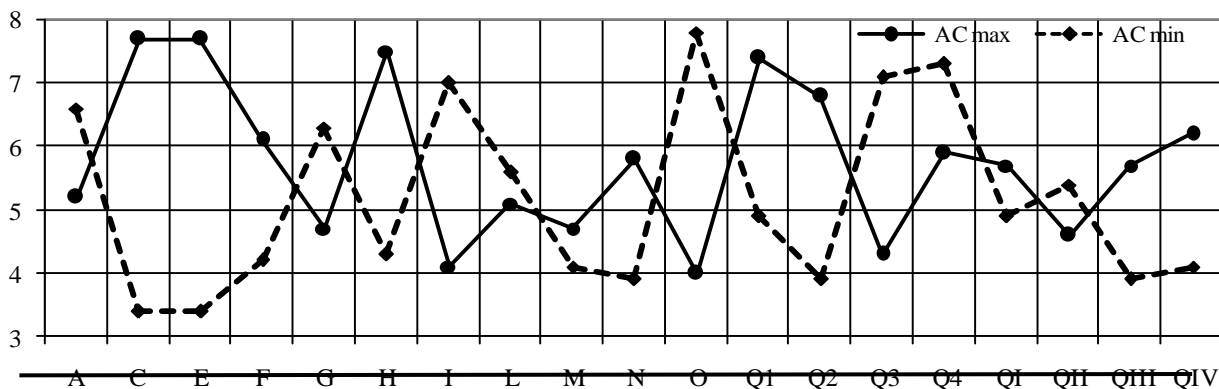
Для того, щоб здійснити аналіз профілів, проранжуємо найбільш виражені фактори кожного профілю за їх відхиленням від середньої лінії ряду за зменшенням значень (див. табл. 1). Такий підхід дозволить упорядкувати найбільш виражені фактори і описати індивідуально-типологічні характеристики особистості представників кожної групи.

Отже, представників групи асертивних осіб характеризує вільність від невротичних симптомів, спокій, реалістичність у відношенні до життя, наполегливість. Така особа не виявляє фанатичної турботи про стан здоров'я, має постійні інтереси, уміє тримати себе в руках – С(+). Ці особи самовпевнені, незалежно мислячі, схильні до аскетизму, керуються власними правилами поведінки, авторитарні, не визнають авто-

ритетів (E+); їм притаманна соціальна сміливість, спонтанність, авантюризм, жвавість в емоційній сфері, артистичність, здібність переносити скарги, (H+). Вони незалежні, схильні йти власною дорогою, приймають власні рішення, діють самостійно, не рахуються з громадською думкою, але не обов'язково відіграють домінуючу роль у стосунках з іншими. Не можна вважати, що люди їм не подобаються, вони просто не потребують їхньої згоди й підтримки (Q2+). Асертивні особистості веселі, життєрадісні, самовпевнені, нечутливі до зауважень та докорів, енергійні активні, розслаблені – O(-).

Групу неасертивних осіб, перш за все, характери-

зує висока схильність до відчуття провини O(+). Це виявляється у схильності до суму, заклопотаності, вразливості, чутливості до зауважень, зажуриності, втомленості, напруженості, іпохондричності. Неасертивним особам властива висока конформність, скромність, тактовність, боязкість, обережність, доброзичливість, слухняність. Така особа не уміє відстоювати свою точку зору, покійно йде за сильнішими, сама поступається дорогою іншим, не вірить в себе і свої здібності, тому часто виявляється залежною, бере на себе провину, лагідно підкоряється усім обов'язкам. Така пасивність є частиною багатьох невротичних станів – C(-) [2].



AC _{max}	5,2	7,7	7,7	6,1	4,7	7,5	4,1	5,1	4,7	5,8	4,0	7,4	6,8	4,3	5,9	5,7	4,6	5,7	6,2
AC _{min}	6,6	3,4	3,4	4,2	6,3	4,3	7,0	5,6	4,1	3,9	7,8	4,9	3,9	7,1	7,3	4,9	5,4	3,8	4,1

Рис. 1. Профіль показників особистісних факторів за методикою Р. Кеттелла у групах осіб з максимальною (AC_{max}) та мінімальною (AC_{min}) вираженістю загального показника асертивності.

Примітка: 1) аббревіатура: А (афектотимія – сизотимія), С (сила – слабкість «Я»), Е (домінантність – покійність), F (безпе- чність – заклопотаність), G (сила – слабкість «Понад-Я»), Н (смівливість – боязкість), I (м'якість – твердість), L (підозрілість – до- вірливість), М (мрійливість – практичність), N (проникливість – наївність), О (схильність до відчуття провини – самовпевненість), Q1 (радикалізм – консерватизм), Q2 (самодостатність – залежність від групи), Q3 (високий – низький самоконтроль), Q4 (напру- женість – розслабленість), QI (екстраверсія – інтроверсія), QII (тривожність – емоційна стабільність), QIII (кортикальна жвавість – сензитивність), QIV (незалежність – покійність).

Таблиця 1

Найбільш виражені фактори кожного профілю за відхиленням значень від середньої лінії ряду

Ранги	Група осіб з максимальною (AC+) вираженістю загаль- ного показника асертивності	Група осіб з мінімальною (AC-) вираженістю загального показника асертивності
1	C(+)	O(+)
2	E(+)	C(-)
3	H(+)	E(-)
4	Q2(+)	Q4(+)
5	O(-)	N(-)
6	I(-)	Q2(-)

Неасертивна особистість ухиляється від відпові- дальності, не доводить справу до кінця, характеризу- ється невтриманістю, тривожністю, енергійною на-пруженістю – Q4(+). Такі особи покійні, м'які, конформ- ні, адаптивні, поступаються іншим, часто визнають пра- гнуть до нав'язливого дотримання коректності, правил (E-); мають тенденцію до сильного контролю своїх емо-

цій і спільної поведінки, соціально уважні і ретельні, проявляють самоповагу і турботу про соціальну репу- тацію (Q3+). Неасертивні особи виявляють емоційну чу- тливість, емоційну нестійкість, легко засмучуються. Ці особи характеризуються емоційною нестабільністю, невпевненістю, нетерплячістю, роздратованістю, триво- жністю, мінливістю в інтересах, низьким порогом щодо

фрустрації, пластичністю, уникненням вимог дійсності, невротичним стомленням, дратівливістю. Ці люди у своїй поведінці орієнтуються на групову думку, потребують постійної опори, підтримки оточення, схвалення. Вони вважають за краще жити і працювати разом з іншими людьми не тому, що є дуже товариськими, а тому, що у них відсутні ініціатива і сміливість у виборі власної лінії поведінки – Q2(–).

Висновки: 1. Асертивність розглядається як інтегральне психологічне утворення, як риса особистості, що дозволяє адекватно оцінювати обставини, ситуацію і власну поведінку; адаптуватися до умов життєдіяльності, що змінюються, будувати паритетні, твор-

чі взаємостосунки з оточуючими. Асертивність виявляється у незалежності від зовнішніх впливів і оцінок; у відповідальності, здатності самостійно регулювати власну поведінку.

2. Для емпіричного психодіагностичного дослідження були застосовані «Тест-опитувальник компонентів асертивності» (ТОКАС), розроблений О. П. Санніковою, О. І. Санніковим, Н. М. Подоляк та 16-PF особистісний опитувальник Р. Кеттелла.

3. Виявлені та описані психологічні характеристики («психологічні портрети») асертивних і неасертивних осіб у просторі широкого спектру рис особистості, що представлені у факторній моделі Р. Кеттелла.

ЛІТЕРАТУРА

1. Леонтьев, А. А. Асертивность. Общение и деятельность общения / Алексей Алексеевич Леонтьев. – СПб.: Питер, 2008. – С. 160–215.

2. Мельников В. М. Введение в экспериментальную психологию личности: [учеб. пособ. для слушат. ИПК преподават. пед. дисциплин ун-тов и пед. ин-тов] / В. М. Мельников, Л. Т. Ямпольский. – М.: Просвещение, 1985. – 319 с.

3. Николаев Л. О. Дослідження проблеми асертивності у вітчизняній та зарубіжних школах психології розвитку / Л. О. Николаев // Проблеми сучасної психології: Зб. наук. праць КПНУ імені Івана Огієнка, Інституту психології імені Г. С. Костюка АПН України. – 2010, Вип. 9. – С. 138–146.

4. Подоляк Н. М. Психологічні особливості асертивності / Наталя Михайлівна Подоляк // Індивідуально-психологічні якості особистості майбутніх психологів та динаміка їх у період професійної підготовки: Матер. міжнар. наук.-практ. конф. мол. учених та студентів (20 травня 2010 р., м. Одеса). – Одеса: СМІЛ, 2010. – С. 12–16.

5. Санникова О. П. Формально-динамические и качественные метахарактеристики индивидуальности / Ольга

Павловна Санникова // Наука і освіта. – 2007. – №6–7. – С. 30–33.

6. Санникова О. П. Асертивність як психологічна характеристика особистості / О. П. Санникова, О. Ю. Непочатова // Актуальні проблеми сучасної психології: Матер. міжнар. наук.-практ. конф. молод. учених та студентів (26 квітня 2012 р., м. Одеса). – Одеса: СМІЛ, 2012. – С. 269–272.

7. Санникова О. П. Діагностика асертивності: результати апробації методики ТОКАС / О. П. Санникова, О. І. Санніков, Н. М. Подоляк // Наука і освіта. «Традиції та новачі сучасної освіти в Україні»: тематичний спецвипуск Республіканського вищого навчального закладу «Кримський інженерно-педагогічний університет». – 2013. – №3/СХІІІ. – С. 140–144.

8. Санникова О. П. Прояви асертивності: пошук індивідуально-типових відмінностей / О. П. Санникова, М. Капустина // Проблеми сучасної психології особистості: Матер. наук.-практ. конф. молод. учених та студентів (23 травня 2013 р., м. Одеса). – Одеса: Лерадрук, 2013. – С. 181–186.

Н. М. Подоляк

ФАКТОРНАЯ СТРУКТУРА АСЕРТИВНЫХ И НЕАСЕРТИВНЫХ ЛИЧНОСТЕЙ

Целью данной статьи является изложение результатов исследования факторной структуры личности асертивных и неасертивных лиц. В частности, в статье представлены результаты качественного анализа исследуемого феномена (метод асов и профилей).

Ключевые слова: асертивность, факторная структура, свойство личности.

N. M. Podoliak

FACTOR STRUCTURE OF ASSERTIVE AND NON-ASSERTIVE INDIVIDUALS

The article deals with factor structure of assertive and non-assertive individuals. Psychological characteristics (patterns) of assertive and non-assertive individuals in a wide variety of personality traits that are presented in R. Cattell's factor model are revealed and described. Assertiveness is considered as an integral psychological phenomenon, as a personality trait that allows to evaluate circumstances, situation and own behavior, to adapt oneself to living conditions, to build creative and parity relations with other people.

Keywords: assertiveness, factor structure, personality trait.

Подано до редакції 17.05.2013