УДК 159.922.2
DOI https://doi.org/10.32782/cusu-psy-2026-2-9

АНАЛІЗ ПОНЯТТЯ «АСЕРТИВНІСТЬ» У КОНТЕКСТІ ВИВЧЕННЯ ФЕНОМЕНУ СУБ'ЄКТНОСТІ

Зінченко Олександр Володимирович,
кандидат психологічних наук, доцент,
доцент кафедри практичної психології
Київського столичного університету імені Бориса Грінченка;
провідний науковий співробітник лабораторії кіберпсихології
Інституту психології імені Г. С. Костюка
Національної академії педагогічних наук України
ORCID ID: 0000-0003-4625-7533

Лісова Наталія Анатоліївна,
викладач кафедри практичної психології
Київського столичного університету імені Бориса Грінченка
ORCID ID: 0009-0000-3727-6500

Метою статті є теоретичний аналіз поняття «асертивність» у контексті концепції суб'єктності. Пропоноване дослідження засноване на використанні низки теоретичних методів. Загальним стратегічним шляхом наукової розвідки є системний аналіз наукових джерел з проблеми асертивності й суб'єктності. Важливим методами є узагальнення й абстрагування, що дозволяють прийти до цілісних теоретичних висновків на основі вивчення теоретичного масиву даних. Наступним кроком є використання моделювання, що дозволяє встановити зв'язки між досліджуваними феноменами. Коротко проаналізовано підходи до розуміння асертивності у психологічній науці. У цілому асертивність розуміють як здатність здійснювати комунікацію, реалізовувати сміливість і впевненість у захисті власної позиції. Визначено основні критерії цього явища: чесний прояв емоцій, відвертість, відсутність страху відмови, здатність до аргументованої дискусії, повага до соціального оточення. Проаналізовано поняття «суб'єкт», що характеризує людину здатну до активного пізнання реальності. Як наслідок, суб'єктність пояснюється як характеристика і здатність до активного впливу на дійсність у контексті перетворень світогляду й ментальних моделей особистості. Теоретичний аналіз понять дає нам можливість знайти спільні елементи досліджуваних явищ: самостійність, незалежність, відповідальність, психологічна зрілість і вольові якості. Висловлюється думка про те, що суб'єктність – це цілісна характеристика оптимальної, усвідомленої активності особистості, тоді як асертивність є її безпосереднім інструментальним виявом у контексті емоцій та комунікації. Потребує подальшої перевірки гіпотеза про те, що асертивність і суб'єктність перебувають у прямій статистичній взаємозалежності як частина і ціле. Зроблено висновок, що ці феномени можуть слугувати метричними індикаторами психологічної зрілості особистості. Подальші перспективи дослідження проблематики вбачаємо в розробці й апробації валідного діагностичного інструментарію, спрямованого на вивчення суб'єктності й асертивності.

Ключові слова: *суб'єктність, асертивність, самостійність, незалежність, відповідальність, психологічна зрілість.*

Zinchenko Oleksandr, Lisova Nataliia. An analysis of the concept of «assertiveness» in the context of studying the phenomenon of agency

The purpose of this article is to conduct a theoretical analysis of the concept of «assertiveness» in the context of the concept of subjectivity. This study is based on the use of a number of theoretical methods. The general strategic approach to this research is a systematic analysis of scientific sources on the issues of assertiveness and agency. Key methods include generalization and abstraction, which allow for the derivation of comprehensive theoretical conclusions based on the analysis of a set of theoretical data. The next step involves the use of modeling, which enables the identification of relationships between the phenomena under study. Approaches to understanding assertiveness in psychological science are briefly analyzed. In general, assertiveness is understood as the ability to

© Зінченко О. В., Лісова Н. А., 2026
Стаття поширюється на умовах ліцензії відкритого доступу CC BY 4.0

communicate and to demonstrate courage and confidence in defending one's own position. The main criteria for this phenomenon have been identified: the honest expression of emotions, frankness, the absence of fear of rejection, the ability to engage in reasoned discussion, and respect for one's social environment. The concept of "agent," which characterizes a person capable of actively perceiving reality, has been analyzed. Consequently, agency is explained as a characteristic and the ability to actively influence reality in the context of transformations in worldview and an individual's mental models. A theoretical analysis of these concepts allows us to identify common elements among the phenomena under study: autonomy, independence, responsibility, psychological maturity, and volitional qualities. We propose the view that agency acts as a holistic characteristic of optimal, conscious personal activity, whereas assertiveness is its direct instrumental manifestation in the context of emotions and communication. The hypothesis that assertiveness and subjectivity are directly statistically interdependent as part and whole requires further testing. It is concluded that these phenomena can serve as metric indicators of an individual's psychological maturity. We see further prospects for research on this topic in the development and validation of a reliable diagnostic instrument aimed at studying agency and assertiveness.

Key words: *agency, assertiveness, self-reliance, independence, responsibility, psychological maturity.*

Вступ

Трансформація суспільних орієнтирів і цінностей визначає зміну векторів наукового пошуку. Особливо це стосується психологічної науки, що суттєво залежить від специфіки соціальних тенденцій. Так, відхід від тоталітарної, авторитарної суспільної системи й розвиток країни відповідно до демократичних цінностей визначають підвищення значущості ідеалів гуманізму. З огляду на це поступове зростання поваги до особистості, її прав і свобод стає обов'язковим аспектом гуманістичної трансформації соціуму. У цьому контексті стрімко актуалізується вивчення психологічної проблематики, що раніше розглядалася мінімально або взагалі ігнорувалася. Зокрема, мова йде про феномен асертивності, що передбачає захист власних психологічних кордонів без агресивності й зі збереженням поваги до соціального оточення.

Наукові дослідження явища асертивності починаються з середини минулого століття. Зокрема, одним з перших це поняття почав використовувати А. Солтер, описуючи форми соціально конструктивної й незалежної поведінки [12]. Ці ідеї розвиває учень А. Солтера – Дж. Вольпе, який розглядав асертивність як здатність до відкритого відображення внутрішніх емоційних станів [16]. У цьому контексті, С. Стайн пояснював означений феномен як обов'язковий компонент емоційного інтелекту, що дозволяє людині чітко розуміти й контролювати переживання [14]. Дж. Твендж визначає асертивність як характеристику особистості, що передбачає відкриту й цілісну поведінку, конструктивну комунікацію, сміливість і впевненість у захисті власної позиції, чітке усвідомлення інтересів соціального оточення [15]. М. Сміт говорить про це психічне явище як вияв незалежності, ефективної саморегуляції й відповідальності [13].

Звісно цей аналіз закордонних джерел є дуже поверховим, але навіть такий огляд дає можливість стверджувати, що асертивність є популярним об'єктом психологічних досліджень у західних країнах вже тривалий час. Водночас у вітчизняних наукових розвідках, цей феномен почав розглядатися порівняно недавно – з початку Незалежності України. Проте сформований інформаційний масив з цього питання заслуговує на окрему увагу.

Т. Ткачук на основі, системного аналізу теоретичних джерел характеризують асертивність як якість особистості, що включає цілеспрямованість, активність, впевненість, відкритість, енергійність [7]. Л. Ніколаєв і О. Войтенко дотримуються класичних поглядів на асертивність, розглядаючи цю здатність як важливий особистісний ресурс, що забезпечує гармонійний емоційний баланс, оптимізацію соціальної комунікації, позитивний розвиток самооцінки, конструктивне розв'язання конфліктних ситуацій, загальну ефективність діяльності [4]. Особливо актуальною ця якість є в умовах перманентної соціальної нестабільності. Д. Шульга за результатами системного теоретичного аналізу виокремлює такі критерії асертивності: чесний прояв емоцій, відвертість у формулюванні власних бажань, відсутність страху відмови, здатність до аргументованої дискусії, наполегливий захист власної позиції, можливість ска-

зати «ні» у неприємних ситуаціях, повага до соціального оточення, самостійність, рішучість, ефективне цілепокладання [11]. Є. Сколота вказує на суттєве значення асертивної поведінки для фахового розвитку в цілому і професіоналізації майбутніх психологів, зокрема [5].

Значна кількість досліджень асертивності й асертивної поведінки у психології свідчить про суттєві успіхи у вивченні цієї проблеми. Зокрема, з'ясовано структурні компоненти, професійну й вікову специфіку феномена. Проте залишаються нез'ясовані аспекти цього питання, що, зокрема, стосуються пошуку місця асертивності у загальній структурі суб'єктності як одного з базових конструктів сучасної психологічної науки. Побудова відповідних теоретичних моделей дозволить заповнити «білі плями» у вивченні особистості. Ці теоретичні конструкції, своєю чергою, можуть стати основою для планування цілісних емпіричних досліджень асертивності й подальшої розробки ефективних формувальних програм.

Відповідно до зазначених теоретичних аспектів **метою статті** є теоретичний аналіз поняття «асертивність» у контексті концепції суб'єктності.

Матеріал та метод

Загальним стратегічним шляхом наукової розвідки є системний аналіз наукових джерел з проблеми асертивності й суб'єктності. Важливими методами є узагальнення й абстрагування, що дозволяє прийти до цілісних теоретичних висновків на основі аналізу теоретичного масиву даних. Наступним кроком є використання моделювання, що дозволяє встановити зв'язки між асертивністю й суб'єктністю.

Результати

Вивчення феномена суб'єктності є перспективним напрямом психології, оскільки дозволяє визначити стратегії й тактики оптимізації психічного розвитку й соціалізації особистості. У своєму дослідженні ми, перш за все, орієнтуємося на наукові результати колективу науковців під керівництвом М. Смульсон, що відображають сутність феноменів «суб'єкт» і «суб'єктність». Так, науковці пояснюють поняття «суб'єкт» як людину здатну до активного пізнання реальності. Як наслідок, суб'єктність пояснюється як характеристика і здатність до активного впливу на дійсність у контексті перетворень світогляду й ментальних моделей особистості. Таким чином, суб'єктність описується як ознака особистісної зрілості, що відповідає таким критеріям: самостійність, унікальність, самодостатність, готовність до відповідальності, здатність йти на ризик [6]. У контексті означеного теоретичного підходу, суб'єктна активність як мотиваційно й когнітивно обґрунтовану діяльність, що реалізується відповідно до важливих і самостійно визначених цілей, інтересів, прагнень [6]. Важливим для нашого дослідження є думки С. Кузікової, що розглядає суб'єктність через призму прагнення до саморозвитку [3]. О. Штепа визначає такі критерії суб'єктної активності як наявність переконань, сукупність стійких цілей, життєві компетенції, стійкість і резильєнтність [10].

На основі розглянутої наукової інформації про феномени суб'єктності й асертивності у психологічній науці, ми будемо рухатися до досягнення мети нашої публікації. У цілому, якщо максимально спростити результати аналізу, то ми говоримо, що суб'єктність – це здатність ефективно й оптимально діяти, а асертивність – це властивість, що забезпечує можливість оптимально відображати емоції й спілкуватися з оточенням, зберігаючи цілісність власного «Я». Отже, обидва поняття мають різні родові характеристики – «властивість» і «здатність». Теоретичний аналіз понять дає нам можливість знайти спільні елементи досліджуваних феноменів, що слід схарактеризувати детальніше.

1. *Самостійність* – важлива характеристика усвідомленого суб'єкта діяльності. Як зазначає, Ю. Бакка, ця риса відображає здатність до регуляції діяльності й автономної поведінки [1]. Означена якість безпосередньо пов'язана з опановуванням людиною вищими формами пізнання об'єктивної дійсності – теоретичним й абстрактним, а також з процесами саморегуляцією психічної сфери. У контексті асертивності, ми говоримо про автономне управління емоційними й комунікативними реакціями, а у межах суб'єктності – про комп-

лексну, інтегральну характеристику внутрішньої реальності людини, що забезпечує оптимальне здійснення активності.

2. *Незалежність* – не зважаючи на близькість цього поняття до терміну «самостійність», ці феномени мають чітку диференціацію. Якщо у випадку вивчення самостійності, акцентуємо на автономній регуляції, то у контексті розгляду суб'єктності – на збереженні власного життєвого простору. О. Главінська і Л. Новік характеризують незалежність особистості через процес збереження психологічних кордонів як відображення орієнтації на суб'єктивну ціннісну парадигму [2]. Таким чином, трактуємо незалежність як рису, що визначає фіксацію на суб'єктивних цінностях і переконаннях, визначаючи мотивацію діяльності. У випадку асертивності, ця характеристика виявляється через емоційне відображення значущості внутрішніх конструктів у спілкуванні й емоційному реагуванні. Суб'єктність передбачає більш комплексний вияв незалежності через емоційний, комунікативний, когнітивний, мотиваційний компонент.

3. *Відповідальність* – це складне системне, психічне утворення, що можна розглядати як рису і властивість особистості. Попри велику кількість різноманітних підходів до вивчення цього поняття, загалом цей феномен можна схарактеризувати як здатність особистості діяти відповідно до визначених соціальних норм і почуття обов'язку [9]. Відповідальність у межах реалізації асертивної поведінки проявляється через стійку повагу до соціального оточення. Ця риса спрацьовує як механізм, що блокує агресивність поведінки і заподіяння шкоди оточенню. Водночас відповідальність суб'єкта діяльності відображає комплексну можливість реалізовувати свої цілі у контексті різних галузей і сфер соціуму.

4. *Психологічна зрілість* – поняття, що активно використовується при описі обох досліджуваних феноменів. На думку В. Фефелової й Т. Тимошенко, психологічна зрілість – це системний психічний конструкт, що охоплює когнітивні, емоційні, поведінкові, соціальні компоненти психіки й свідчить про ментальне здоров'я, когнітивний розвиток, соціальну адекватність, етичну обґрунтованість дій людини [8]. Зрілість обов'язково передбачає психологічну гнучкість і відкритість до нового досвіду. Особистісна зрілість містить у своїй структурі такі складники: любов до себе, оптимальна емоційність, інтелектуальність, автономія, розвинена самооцінка, позитивна соціальність, стабільні моральні орієнтири. У цьому контексті, асертивність і суб'єктність тісно пов'язані з особистісною зрілістю. На нашу думку, слід розглядати означений феномен як властивість і стан, що визначає ефективність соціалізації й властивий далеко не кожній людині. Таким чином постає питання про способи з'ясування наявності особистісної, психологічної зрілості, що має розв'язуватися через створення якісного, апробованого психодіагностичного інструментарію. У цьому контексті конструкти асертивності й суб'єктності можуть слугувати одним з інтегральних, теоретично обґрунтованих діагностичних індикаторів зрілості.

5. *Вольові якості* – збірне поняття, що включає цілий спектр характеристик вольової сфери. Теоретичний аналіз продемонстрував, що рішучість, цілеспрямованість, сміливість, енергійність, принциповість стосуються як явища асертивності, так і суб'єктності. Загалом ці психічні властивості об'єднані здатністю до психічної регуляції й спрямованістю на подолання труднощів. Так асертивна особистість долає проблеми міжособистісної комунікації й емоційні бар'єри суб'єктивної реальності. Суб'єктність відображає цілеспрямовані дії у різних сферах, що фіксуються на досягненні бажаних результатів і демонструють зміст ментальних моделей людини. У цьому контексті також мова йде про подолання низки зовнішніх і внутрішніх труднощів, що передбачає актуалізацію вольових якостей. Іншими словами: без зусиль неможливо досягнути бажаного результату.

Отже, проведений теоретичний аналіз дає підстави говорити про деяку структурну схожість феноменів асертивності й суб'єктності. Водночас ми не розглядаємо ці наукові поняття як синонімічні. У цьому контексті пропонуємо характеризувати суб'єктність як комплексну

характеристику особистості, що передбачає залучення різних форм психічного реагування. Одним з ключових складників цієї властивості є когнітивні процеси й світоглядні позиції, що забезпечують продуктивне осмислення реакції як фундамент здійснення оптимальної діяльності. Водночас здатність до асертивної поведінки знаходиться у площині емоцій і комунікації. Тому доцільно розглядати асертивність як здатність, аспект або елемент (залежно від сутності й типу теоретичної моделі), що свідчить про розвиток суб'єктності. Ми припускаємо, що асертивність і суб'єктність статистично перебувають у прямій кореляційній залежності, а на рівня логічної структури як частина і ціле. Важливо говорити про організацію майбутніх емпіричних досліджень, що передбачає розробку методів психодіагностики. З огляду на це важливо говорити про соціальну зрілість, оскільки компоненти суб'єктності можуть виступати як метричні критерії вияву досліджуваних психічних явищ.

Висновки

У результаті теоретичного аналізу проблеми, асертивність розглядається як здатність до конструктивного захисту власних кордонів зі збереженням поваги до оточення, тоді як суб'єктність визначається як активна готовність людини до усвідомленої трансформації дійсності. Виявлено спільні структурні компоненти цих психічних феноменів, серед яких провідне місце посідають самостійність, незалежність, відповідальність, вольові якості та загальна психологічна зрілість. Можна висловити думку про те, що суб'єктність – це цілісна характеристика оптимальної, усвідомленої активності особистості, тоді як асертивність – риса, що є безпосереднім інструментальним виявом у контексті емоцій та комунікації. Потребує подальшої перевірки гіпотеза про те, що асертивність і суб'єктність перебувають у прямій статистичній взаємозалежності як частина і ціле. Ці феномени можуть слугувати метричними індикаторами психологічної зрілості особистості. Подальші перспективи дослідження проблематики вбачаємо в розробці й апробації валідного діагностичного інструментарію, спрямованого на вивчення суб'єктності й асертивності.

Література:

1. Бакка Ю. Теоретико-методологічні аспекти вивчення проблеми становлення самостійності особистості. *Вісник Львівського університету. Серія психологічні науки*. 2021. Випуск 11. С. 10–15. https://doi.org/10.30970/PS.2021.11.2

2. Главінська О. Д., Новік Л. О. Особистісна суверенність як основа самореалізації особистості. *Інтеграція освіти, науки та бізнесу в сучасному середовищі: зимові диспути* : тези доповідей І Міжнародної науково-практичної інтернет-конференції, 6–7 лютого 2020 р. Дніпро, 2020. Т. 1. С. 281–284.

3. Кузікова С. Б. Особистість у розвитку: потенціал суб'єктності як модус самозмінювання. *Науковий вісник Херсонського державного університету. Серія: Психологічні науки : збірник наукових праць*. Херсон : Херсонський державний університет, 2016. Том 1. Вип. 1. С. 53–58. http://nbuv.gov.ua/UJRN/nvkhp_2016_1%281%29__11

4. Ніколаєв Л. О., Войтенко О. В. Асертивність як особистісний ресурс дорослого в умовах соціальної кризи. *Габітус*. 2024. Вип. 59. Том 2. С.166–171. https://doi.org/10.32782/2663-5208.2024.59.28

5. Сколота Е. В. Асертивність як складник професійного профілю майбутнього психолога. *Вчені записки ТНУ імені В.І. Вернадського. Серія: Психологія.* 2020. Том 31 (70), № 4. С. 79–83. https://doi.org/10.32838/2709-3093/2020.4/11

6. Смульсон М. Л., Мещеряков Д. С., Назар М. М., Дітюк П. П. Концепція проєктування віртуального освітнього простору з потенціалом розвитку суб'єктності дорослих. *Технології розвитку інтелекту.* 2023. Том 7. № 1 (33). https://doi.org/10.31108/3.2023.7.1.4

7. Ткачук Т. А. Асертивність особистості: проблема визначення поняття в історичному ракурсі. *Вісник Національного університету оборони України. Питання психології.* 2025. Вип. 5 (87). С. 199–206. https://doi.org/10.33099/2617-6858–25–87–5–199-206

8. Фефелова В. В., Тимошенко Т. С. Психологічна зрілість особистості: теоретичний аналіз та компонентна структура. *Вчені записки ТНУ імені В. І. Вернадського. Серія: Психологія.* 2024. Том 35 (74) № 6. С. 65–69. https://doi.org/10.32782/2709-3093/2024.6/11

9. Фурман О. Відповідальна особистість та особистісна відповідальність: діалектика категорійного взаємодоповнення. *Психологія і суспільство*. 2025. Том 92 № 2. С. 22–45. https://doi.org/10.35774/pis2025.02

10. Штепа О. Психологічна ресурсність у структурі суб'єктності особистості. *Проблеми сучасної психології* : збірник наукових праць. 2015. Вип. 27. С. 661–775.

11. Шульга Д. М. Психологічний аналіз поняття «асертивність» у працях вітчизняних та зарубіжних науковців. *Науковий вісник Львівського державного університету внутрішніх справ. Серія психологічна*. 2024. № 1. С. 90–96. https://doi.org/10.32782/2311-8458/2024-1-13

12. Salter A. Conditioned Reflex Therapy: How to be Assertive, Happy and Authentic and Overcome Anxiety and Depression. Watkins Media, 2019. 249 p.

13. Smith M., Noll J. A., Bryant J. B. The Effect of Social Context on Gender Self-Concept. *Psychology Faculty Publications*. 1999. Vol. 40. P. 499–512. https://doi.org/10.1023/A:1018879811991

14. Stein S. J., Book H. E. Emotional Intelligence and Your Success. Stoddart Publishing Co. Ltd., 2000. 276 p.

15. Twenge J. M. Changes in women's assertiveness in response to status and roles: A cross-temporal meta-analysis, 1931–1993. *Journal of Personality and Social Psychology.* 2001. V. 81(1). P. 133–145. https://doi.org/10.1037/0022-3514.81.1.133

16. Wolpe J. The practice of behavioral therapy. New York : Pergamon Press. 1982. 208 p.

Дата першого надходження статті до видання: 31.07.2026

Дата прийняття статті до друку після рецензування: 10.09.2026

Дата публікації (оприлюднення) статті: 06.11.2026