

АСЕРТИВНІСТЬ ЯК ПСИХОЛОГІЧНИЙ РЕСУРС ПРОЯВУ ЖИТТЄСТІЙКОСТІ ОСОБИСТОСТІ ЮНАЦЬКОГО ВІКУ

Андрущенко Тетяна Вікторівна¹

¹ Доктор політичних наук, професор, завідувач кафедри психології, Український державний університет імені Михайла Драгоманова, м. Київ (Україна)
ORCID ID: <https://orcid.org/0000-0001-6701-8035>

UDC: 159.923.8

АНОТАЦІЯ

Стаття присвячена теоретичному аналізу асертивності як психологічного ресурсу, що обумовлює прояв життєстійкості особистості юнацького віку. Актуальність теми зумовлена тим, що юнацтво переживає нинішній історичний період за умов хронічної стресогенності, спричиненої війною, соціальною нестабільністю та трансформацією освітнього середовища, тому пошук внутрішніх ресурсів, здатних підтримувати психологічну рівновагу молодшої людини, набуває першочергового практичного значення. Метою статті є розкриття теоретичних засад взаємозв'язку асертивності та життєстійкості, аналіз структурних компонентів обох феноменів, а також узагальнення емпіричних даних вітчизняних і закордонних досліджень щодо ролі асертивності в системі протективних чинників юнацького розвитку. Автор спирається на модель протективних факторів резильєнтності Zimmerman та ін. (2013), згідно з якою асертивні прояви особистості можуть виконувати компенсаторну або протективну функцію залежно від характеру взаємодії з ризикогенними обставинами. Проаналізовано результати інтервенційного дослідження Molina Moreno та ін. (2025), яке засвідчило стійкий позитивний зв'язок асертивності з резильєнтністю та самооцінкою підлітків до і після психологічної програми, хоча саму асертивність програма статистично значуще не змінила. Розглянуто структуру асертивності через призму когнітивно-смыслового, афективного та поведінкового компонентів, а також визначено соціокультурні чинники, що модифікують силу зв'язку асертивності й життєстійкості. Зроблено висновок про те, що асертивність доцільно розглядати не як ізольований предиктор, а як елемент ширшої системи особистісних ресурсів, які спільно забезпечують адаптивне функціонування молодшої людини в умовах невизначеності.

Ключові слова: асертивність, життєстійкість, резильєнтність, юнацький вік, самооцінка, психологічні ресурси, протективні фактори.

Вступ. Юнацький вік залишається одним із найплідніших і водночас найвразливіших періодів особистісного становлення, коли молода людина формує остаточне уявлення про власне Я, систему цінностей та стратегії соціальної взаємодії. Сучасні реалії українського суспільства, позначені тривалою військовою агресією, суттєво загострили потребу у вивченні внутрішніх психологічних ресурсів, які дозволяють особистості зберігати функціональну стійкість навіть за умов хронічної тра-

вматизації. Одним із таких ресурсів дедалі частіше називають асертивність, розуміння якої в науці пройшло тривалий шлях від суто поведінкового конструкту до багатовимірної характеристики особистості.

Проблематика життєстійкості (hardiness) та резильєнтності (resilience) особистості юнацького віку останніми роками активно розробляється як зарубіжними, так і вітчизняними дослідниками. Zimmerman та ін. (2013) запропонував концептуальну модель протективних

факторів, яка розрізняє компенсаторний, протективний та мобілізаційний механізми впливу ресурсних чинників на подолання ризикогенних обставин підліткового розвитку. Ця модель, хоча й не створювалася спеціально для аналізу асертивності, надає зручний теоретичний каркас для розуміння того, яким чином впевнена поведінка молодої людини може або компенсувати негативний вплив стресогенних факторів, або пом'якшувати його дію. Дослідження Molina Moreno та ін. (2025), проведене на вибірці іспанських підлітків, безпосередньо підтвердило стійкий позитивний зв'язок асертивності з резильєнтністю, емоційним інтелектом та самооцінкою як до, так і після реалізації спеціалізованої психологічної програми. Водночас воно продемонструвало, що сама асертивність виявилася порівняно ригідною характеристикою, малочутливою до короткотривалого психокорекційного впливу.

Значний внесок у вивчення асертивності в українському та європейському контексті зробили Комар і Синюк (Комар & Синюк, 2024), які визначили асертивність основою психологічної стійкості, соціальної адаптації та успішного самовираження особистості. Parfanovych та ін. (2022) наголошували на нейропсихологічних передумовах формування асертивної поведінки в підлітковому та юнацькому віці, пов'язуючи їх із нерівномірним дозріванням лімбічної системи та префронтальної кори. Разом з тим Wang і King (2025), проаналізувавши дані понад 60 тисяч учнів із 31 країни світу, засвідчили відсутність статистично значущого зв'язку асертивності з академічною резильєнтністю після контролю інших соціо-емоційних навичок, що спонукає до обережні-

шого, диференційованого трактування ролі асертивності в системі психологічних ресурсів особистості. Життєстійкість молоді в умовах воєнної агресії досліджували Корольова та ін. (2024), а конфліктологічну стійкість студентів, у структурі якої асертивність посідає амбівалентне місце, вивчала Вахоцька (2023).

Попри широкий спектр наявних досліджень, недостатньо розробленим залишається питання про механізми, завдяки яким асертивність функціонує саме як ресурс життєстійкості, а не просто корелює з нею, а також про умови, за яких цей ресурсний потенціал реалізується найповніше. Саме ця прогалина зумовлює актуальність статті, мета якої полягає в теоретичному обґрунтуванні асертивності як психологічного ресурсу прояву життєстійкості особистості юнацького віку.

Мета і завдання дослідження. Мета статті полягає у теоретичному обґрунтуванні асертивності як психологічного ресурсу прояву життєстійкості особистості юнацького віку. Досягнення мети передбачало розв'язання таких завдань дослідження: розкрити сутність поняття асертивності та охарактеризувати його структурні компоненти; проаналізувати теоретичні моделі, що пояснюють механізми взаємодії протективних психологічних ресурсів із життєстійкістю особистості; узагальнити результати сучасних емпіричних досліджень щодо кореляційних та каузальних зв'язків асертивності з життєстійкістю, резильєнтністю та самооцінкою юнаків; визначити соціокультурні й вікові умови, за яких асертивність найбільш ефективно виконує ресурсну функцію в структурі життєстійкості особистості; окреслити перспективи практичного застосування

отриманих теоретичних узагальнень для розробки психокорекційних програм у закладах освіти.

Методи дослідження. Дослідження ґрунтується на теоретико-методологічному аналізі наукових джерел, опублікованих переважно протягом 2013-2026 років у виданнях, індексованих базами Scopus та Web of Science, а також у провідних вітчизняних фахових виданнях. Пошук та відбір джерел здійснювався за критеріями тематичної відповідності, наявності емпіричної складової або ґрунтового теоретичного узагальнення, а також належності вибірки досліджень до підліткового чи юнацького віку.

Застосовано метод порівняльного аналізу теоретичних моделей, зокрема моделі протективних факторів Zimmerman та ін. (2013), яка розрізняє компенсаторний, протективний та мобілізаційний (challenge) механізми взаємодії ресурсних чинників із ризиком. Використано метод систематизації емпіричних даних щодо кореляційних зв'язків асертивності з життєстійкістю, резильєнтністю та самооцінкою, а також метод контент-аналізу структурних компонентів досліджуваних феноменів. Окремо застосовано порівняльний аналіз результатів інтервенційних (програмних) досліджень, що дозволило врахувати не лише кореляційну, а й певною мірою каузальну природу зв'язку асертивності з життєстійкістю.

Обмеження дослідження. Отримані висновки щодо ролі асертивності як психологічного ресурсу прояву життєстійкості особистості юнацького віку сформульовано на основі узагальнення сучасних теоретичних концепцій і результатів емпіричних досліджень різ-

них авторів, що може бути обмежене відмінностями у вибірках, психодіагностичному інструментарії, дизайні досліджень і статистичних підходах. Віковим обмеженням дослідження є зосередження уваги виключно на особистості юнацького віку, що не дає підстав автоматично поширювати отримані теоретичні висновки на інші вікові групи. Окрім цього аналізу підлягали роботи опубліковані протягом 2013-2026 років, що також не дає повного уявлення про розвиток проблематики. Також дослідження не охоплює всього спектра психологічних шкіл, теоретичних підходів та наукових традицій, а також не вміщує окремих культурних, соціальних та методологічних особливостей розуміння асертивності та життєстійкості, що потребує окремої уваги та додаткової емпіричної перевірки.

Результати дослідження. Розуміння того, як саме психологічний ресурс може сприяти життєстійкості особистості, значною мірою залежить від обраної теоретичної моделі. Zimmerman та ін. (2013) виокремлюють три базові концептуальні моделі резильєнтності – компенсаторну, протективну та мобілізаційну. Компенсаторна модель описує процес, за якого протективний фактор протидіє впливу ризику через прямий, незалежний ефект на результат. Так, підтримка з боку матері компенсувала негативний вплив агресивної поведінки однолітків на власну агресивність підлітка незалежно від того, наскільки інтенсивним був цей негативний вплив. Протективна модель, навпаки, передбачає, що ресурсний чинник пом'якшує негативний ефект ризику, тобто діє ін-терактивно, а не адитивно. У наведеному авторами прикладі активний копінг знижував

зв'язок між низьким соціоекономічним статусом і фізіологічним стресом саме для тих міських підлітків, які цей копінг демонстрували, тоді як для підлітків без такого ресурсу зв'язок залишався сильним.

Третя, мобілізаційна модель (challenge model) працює за принципом інокуляції. Помірний рівень ризику, з яким молода людина успішно впоралася, сприяє розвитку копінг-механізмів, здатних протистояти подальшим, серйознішим викликам. Ця модель менш вивчена емпірично через методологічну складність її перевірки, проте вона теоретично важлива для розуміння того, чому саме юнацький вік, сповнений викликів помірної інтенсивності, може виступати сенситивним періодом для формування стійких асертивних патернів поведінки.

Застосовуючи цю тришарову модель до проблематики асертивності, можна припустити, що асертивна поведінка молодої людини здатна виконувати щонайменше дві функції одночасно. З одного боку, вона може діяти компенсаторно, забезпечуючи пряме позитивне налаштування на подолання труднощів незалежно від їхньої інтенсивності. З іншого боку, асертивність може діяти протективно, послаблюючи негативний зв'язок між стресогенними обставинами та психологічним неблагополуччям саме для тих юнаків, хто володіє розвиненими асертивними навичками, тоді як для менш асертивних однолітків цей зв'язок залишатиметься сильним і небезпечним.

Поняття асертивності традиційно описується через єдність трьох взаємопов'язаних компонентів. Когнітивно-смісловий компонент забезпечує адекватну оцінку ситуації та

гнучкість мислення, необхідну для продуктивного розв'язання проблемних обставин. Афективний компонент базується на впевненості в собі та довірі до навколишнього світу, а поведінковий реалізується через незалежність, наполегливість та готовність до конструктивного, неагресивного відстоювання власної позиції (Комар & Синюк, 2024). Суттєве теоретичне підґрунтя для зіставлення асертивності з життестійкістю надає концепція Maddi (2004), який тлумачить життестійкість як систему переконань, що забезпечує мужність і мотивацію перетворювати стресові життєві події на можливості для особистісного зростання. Структура життестійкості за цією моделлю охоплює три ключові компоненти: залученість (commitment) як схильність активно взаємодіяти з навколишнім світом і переживати події як значущі, контроль (control) як переконання у здатності власними зусиллями впливати на перебіг подій, а також прийняття виклику (challenge) як сприйняття змін і невизначеності радше стимулом для зростання, аніж загрозою стабільності (Maddi та ін., 2009).

Ці три складники життестійкості виявляють змістовну конвергенцію з компонентами асертивності. Зокрема, впевненість у собі, тобто афективний компонент асертивності, тісно пов'язана з установкою на контроль, тоді як готовність відстоювати власну позицію ґрунтується на залученості та прийнятті виклику. Когнітивно-смісловий компонент, який відповідає за адекватну оцінку ситуації, резонує зі здатністю відрізнити загрози від викликів, що лежить в основі конструкту Maddi (2004). Тому не випадково емпіричні дослідження регулярно фіксують позитивні кореляції між цими

конструктами, адже обидва описують внутрішній локус контролю та активну, суб'єкту позицію особистості у взаємодії зі стресогенним середовищем.

Найпереконливіше емпіричне підтвердження цього зв'язку надає дослідження Molina Moreno та ін. (2025), проведене на вибірці з 36 іспанських підлітків першого року середньої освіти в межах восьмижневої інтервенційної програми розвитку особистісних компетенцій. Автори застосували шкалу резильєнтності CD-RISC, шкалу емоційного інтелекту Вонга-Ло, шкалу самооцінки Розенберга та шкалу асертивності Ратуса, провівши кореляційний аналіз як до, так і після втручання (табл. 1).

Показово, що попри стабільність позитивних кореляцій сама асертивність не зазнала статистично значущих змін унаслідок восьмижневого втручання ($W = 319,00$, $p = 0,954$),

тори пов'язують із можливим ефектом підвищеної критичності юнаків до соціального середовища після проходження програми.

Отримані результати узгоджуються з екологічною теорією систем Бронфенбреннера, до якої автори звертаються для інтерпретації взаємозв'язку самооцінки й асертивності. Мікросистема, тобто сім'я, школа та група однолітків, безпосередньо впливає на формування самооцінки й соціальних навичок, тоді як мезосистема, макросистема та хроносистема модулюють те, як юнак конструює власну Я-концепцію та проявляє асертивну поведінку в конкретному соціокультурному контексті (Molina Moreno та ін., 2025). Це перегукується з позицією Комар і Синюк (2024) щодо залежності проявів асертивності від типу культури, адже в колективістських суспільствах асертивність часом асоціюється з конфліктністю, тоді як індивідуалістичні культури заохочують

Таблиця 1.

Кореляційні зв'язки асертивності з резильєнтністю та самооцінкою до і після інтервенційної програми (Molina Moreno та ін., 2025)

Пара показників	До втручання (r)	Після втручання (r)
Асертивність та резильєнтність	0,61 ($p < 0,001$)	0,36 ($p < 0,05$)
Асертивність та самооцінка	0,49 ($p < 0,01$)	0,48 ($p < 0,01$)
Асертивність та регуляція емоцій	0,42 ($p < 0,05$)	0,28 (незначуще)
Резильєнтність та самооцінка	0,54 ($p < 0,001$)	0,60 ($p < 0,001$)

тоді як показник використання емоцій зріс достовірно ($W = 173,50$, $p = 0,035$). Автори пояснюють цю розбіжність тим, що асертивність, на відміну від більш ситуативних емоційних навичок, є відносно стійкою поведінковою диспозицією, яка потребує тривалішого й системнішого психокорекційного впливу. Крім того, дослідники зафіксували своєрідний парадокс: у постінтервенційному вимірюванні самооцінка виявила негативний зв'язок з оцінкою чужих емоцій ($r = -0,38$, $p < 0,05$), що ав-

відкрите самовираження.

Застосування моделі Zimmerman та ін. (2013) дозволяє по-новому інтерпретувати неоднозначні результати попередніх досліджень. Робота Anastácio (2016), виконана серед інституціоналізованих підлітків Португалії, продемонструвала позитивний зв'язок асертивності з резильєнтністю середньої сили, причому асертивність позитивно корелювала зі шкільним класом, тобто зростала з віком і накопиченням соціального досвіду. Цей результат

можна розглядати радше як прояв компенсаторної моделі, оскільки асертивність діяла безпосередньо, незалежно від рівня несприятливості обставин, у яких перебували підлітки.

Водночас масштабне дослідження Wang і King (2025), яке охопило понад 60 тисяч учнів з економічно неблагополучних родин у 31 країні світу, не виявило статистично значущого зв'язку асертивності з академічною резильєнтністю після контролю таких соціоемоційних навичок, як наполегливість, допитливість та емоційний контроль, тоді як саме ці три навички виявилися значущими предикторами. Автори пояснюють це тим, що асертивність тісніше пов'язана з міжособистісними, реляційними аспектами функціонування особистості, тоді як академічна резильєнтність спирається передусім на внутрішньоособистісні, саморегуляторні ресурси.

На перший погляд наведені результати суперечать один одному. Проте в логіці Zimmerman та ін. (2013) можна припустити, що асертивність по-різному функціонує залежно від типу вимірюваного результату. Для загального психологічного благополуччя й соціальної адаптації, як у дослідженні Anastácio (2016), вона може діяти компенсаторно й безпосередньо, а для вузькоспеціалізованого академічного результату, як у дослідженні Wang і King (2025), вирішальну роль відіграють інші, прямо пов'язані з навчальною діяльністю ресурси. Подібну неоднозначність фіксує і структурна модель конфліктостійкості Вахоцька (2023), у якій асертивність увійшла до фактора толерантності зі знаком мінус, а це свідчить про її здатність у певних контекстах функціонувати амбівалентно, поєднуючи захисну фу-

нкцію зі схильністю до вербальної конфронтації.

На увагу заслуговує й дослідження Gulip і Klimkowska (2025), яке безпосередньо перевіряло модераційну, тобто протективну за термінологією Zimmerman та ін. (2013), роль асертивності у зв'язку копінг-резильєнтності з психологічним процвітанням польських студентів. Автори встановили, що асертивність підсилює позитивний вплив резильєнтності саме в групі студентів із нижчим рівнем психологічного добробуту ($B = -0,020$, $p = 0,035$), тоді як у групі з високим рівнем добробуту цей модераційний ефект зникав. Це чи не найточніше емпіричне підтвердження саме протективної, а не компенсаторної моделі дії асертивності, адже вона виконує ресурсну функцію переважно тоді, коли особистість перебуває у відносно вразливому психологічному стані, компенсуючи брак інших адаптаційних резервів.

Модель Zimmerman та ін. (2013) також розрізняє активи (assets), тобто внутрішні характеристики особистості, та ресурси (resources) як зовнішні щодо неї чинники на кшталт підтримки дорослих і можливостей соціального середовища. Асертивність, залишаючись переважно внутрішньою характеристикою, реалізує свій потенціал повною мірою лише за наявності сприятливих зовнішніх ресурсів. Це підтверджує дослідження Dias і Cadime (2017), яке засвідчило, що домашнє середовище є найпотужнішим предиктором резильєнтності португальських підлітків, тоді як шкільне середовище саме по собі виявилось статистично незначущим предиктором попри високий рівень декларованих турботливих

стосунків. Аналогічну логіку простежуємо і в даних Zimmerman та ін. (2013) про наставницькі стосунки з дорослими, які справляли компенсаторний ефект на проблемну поведінку афроамериканських підлітків і протективний ефект на негативний вплив однолітків на шкільні настанови. Іншими словами, наявність підтримувального дорослого підсилювала здатність підлітка ефективно застосовувати власні особистісні активи, включно з асертивністю. З цим узгоджуються й висновки Корольова та ін. (2024), отримані на вибірці українських студентів у реаліях повномасштабної війни, де зафіксовано позитивну кореляцію між життєстійкістю та когнітивними стратегіями подолання стресу ($r = 0,679$), що підкреслює провідну роль когнітивного компонента поряд із поведінковими ресурсами особистості.

Обговорення. Викладений матеріал дає підстави по-новому подивитися на дискусію щодо статусу асертивності, а саме чи є вона самостійним, універсальним предиктором психологічного благополуччя молоді, чи радше допоміжним елементом, ефект якого проявляється лише за певних обставин. Розглянуті дані схиляють до другого варіанта відповіді. Асертивність не діє однаково в усіх життєвих сферах юнака чи дівчини – там, де йдеться про загальну соціальну адаптацію та суб'єктивне благополуччя, вона здатна виявляти прямий, компенсаторний вплив, тоді як у вузькоспеціалізованих сферах, зокрема навчальній успішності, її роль поступається місцем іншим, ближче пов'язаним із конкретною діяльністю навичкам. Така вибіркковість впливу не применшує наукову й практичну цінність конструкту, а радше уточнює межі його засто-

совності. Психологу-практику важливо розуміти, що розвиток асертивних навичок сам собою не гарантує покращення всіх без винятку показників адаптації. Цілеспрямоване тренування впевненої поведінки найбільш виправдане в роботі з тими юнаками, які демонструють ознаки психологічної вразливості, знижений рівень самоприйняття або труднощі в міжособистісній взаємодії, оскільки саме для цієї категорії молоді асертивність відіграє компенсаторну роль, підсилюючи слабші адаптаційні ресурси.

Окремий аспект стосується часового виміру формування асертивності. Результати інтервенційного дослідження засвідчили, що ця характеристика, на відміну від деяких інших, слабо піддається короткотривалому психокорекційному впливу. Це узгоджується із загальнішими уявленнями вікової психології про те, що поведінкові диспозиції, вкорінені у тривалому досвіді сімейного виховання та соціалізації, змінюються значно повільніше, ніж ситуативні емоційні реакції чи навички. З практичного погляду це означає, що ефективні програми розвитку асертивності мають бути розраховані не на кілька тижнів, а на цілий навчальний рік чи навіть довше, з регулярним підкріпленням набутих навичок у реальних життєвих ситуаціях, а не лише в межах тренінгових вправ.

Не менш важлива роль соціального середовища. Хоч би якою розвиненою була асертивність окремого юнака, її реальний ресурсний потенціал розкривається лише за умови, що оточення готове сприймати прояви впевненої поведінки як прийнятні, а не загрозливі. У сім'ях чи навчальних колективах, де домінує

авторитарний стиль взаємодії, спроби молодшої людини відкрито висловлювати власну позицію можуть наштовхуватися на спротив, що поступово знецінює асертивну поведінку в очах юнака та підриває мотивацію до її подальшого прояву. Тому програми розвитку асертивності доцільно доповнювати роботою з дорослим оточенням, зокрема батьками та педагогами, аби забезпечити узгоджене, підтримувальне середовище для закріплення нових поведінкових патернів.

Насамкінець слід наголосити на специфіці сучасного українського контексту. Юнацтво, яке дорослішає в умовах тривалої війни, стикається з набагато інтенсивнішими та частішими стресогенними подіями, ніж молодь у відносно стабільних суспільствах, представлена в більшості проаналізованих зарубіжних вибірок. За таких обставин навіть добре розвинена асертивність може виявитися недостатньою для повноцінної компенсації хронічного стресового навантаження. Відтак психологічна допомога українській молоді потребує ширшого, комплекснішого підходу, що поєднує розвиток особистісних ресурсів із системною соціальною підтримкою, стабілізацією побутових умов і доступом до кваліфікованої психологічної допомоги.

Висновки. Викладений у статті матеріал дає підстави розглядати асертивність як умовний, контекстно залежний психологічний ресурс, значення якого для життєстійкості юнацької особистості розкривається по-різному залежно від типу очікуваного результату та якості середовищної підтримки. Встановлено, що модель протективних факторів Zimmerman та ін. (2013) надає продуктивний теоретичний

каркас для примирення суперечливих емпіричних даних щодо ролі асертивності: в одних дослідженнях вона діє прямо й компенсаторно, в інших – переважно протективно, підсилюючи ефект резильєнтності саме для вразливих груп молоді, тоді як для вузькоспеціалізованих академічних результатів її внесок виявляється порівняно незначним.

Емпіричні дані інтервенційного дослідження Molina Moreno та ін. (2025) засвідчили стійкість позитивного зв'язку асертивності з резильєнтністю та самооцінкою підлітків і водночас продемонстрували відносну ригідність самої асертивності щодо короткотривалого психокорекційного впливу, що має важливе значення для проєктування прикладних програм розвитку особистісних компетенцій молоді. Перспективним напрямом подальших досліджень видається розробка довготривалих, лонгітюдних програм, які поєднували б розвиток асертивності з формуванням соціальної підтримки та адаптивних когнітивних стратегій – з урахуванням специфічних викликів, що постають перед українською молоддю в умовах тривалої війни.

References :

- Anastácio, Z. (2016). Self-esteem, assertiveness and resilience in adolescents institutionalized. *International Journal of Developmental and Educational Psychology*, 1(1), 315-321. <https://doi.org/10.17060/ijodaep.2016.n1.v1.231>
- Dias, P. C., & Cadime, I. (2017). Protective factors and resilience in adolescents: The mediating role of self-regulation. *Psicologia Educativa*, 23(1), 37-43. <https://doi.org/10.1016/j.pse.2016.09.003>
- Gulip, M., & Klimkowska, K. (2025). Coping resilience and flourishing among passionate students with different levels of well-being — the moderating role of assertiveness. *Lubelski Rocznik*

Pedagogiczny, 44(1), 87-104. <https://doi.org/10.17951/lrp.2025.44.1.87-104>

Komar, T., & Syniuk, V. (2024). Asertyvnist yak kliuchovyi faktor harmonizatsii vziaymyn u sotsiumi [Assertiveness as a key factor in harmonizing relationships in society]. *Naukovyi visnyk Vinnitskoi akademii bezperervnoi osvity. Seriya «Pedagogika. Psykholohiia»*, 6, 36-43. <https://doi.org/10.32782/academ-ped.psyh-2024-2.05>

Korolova, N. D., Matokhniuk, L. O., & Taran, A. A. (2024). Psykholohichna stiikist molodi v umovakh viiskovoi ahresii [Psychological resilience of young people in the context of military aggression]. *Visnyk Donetskoho natsionalnoho universytetu imeni Vasylia Stusa. Seriya «Psykholohichni nauky»*, 2(5), 72-79. [https://doi.org/10.31558/2786-8745.2024.2\(5\).8](https://doi.org/10.31558/2786-8745.2024.2(5).8)

Maddi, S. R. (2004). Hardiness: An operationalization of existential courage. *Journal of Humanistic Psychology*, 44(3), 279-298. <https://doi.org/10.1177/0022167804266101>

Maddi, S. R., Harvey, R. H., Khoshaba, D. M., Fazel, M., & Resurreccion, N. (2009). The personality construct of hardiness, IV: Expressed in positive cognitions and emotions concerning oneself and developmentally relevant activities. *Journal of Humanistic Psychology*, 49(3), 292-305. <https://doi.org/10.1177/0022167809333672>

Molina Moreno, P., Simón Márquez, M. d. M., Pérez-Fuentes, M. d. C., & Molero Jurado, M. d. M. (2025). Key competencies for adolescent well-being: An intervention program in secondary education. *European Journal of Investigation in Health, Psychology and Education*, 15(11), 219. <https://doi.org/10.3390/ejihpe15110219>

Parfanovych, I., Kyrychenko, V., Petrochko, Z., Necherda, V., Koropetska, O., & Lavrentieva, I. (2022). Peculiarities of assertiveness development and ways of socialization of personality in adolescence. *BRAIN. Broad Research in Artificial Intelligence and Neuroscience*, 13(4), 163-181. <https://doi.org/10.18662/brain/13.4/381>

Vakhotska, I. O. (2023). Psykholohichni chynnyky konfliktolohichnoi stiikosti studentiv [Psychological factors of students' conflict resilience]. *Visnyk Natsionalnoho universytetu oborony Ukrainy*, 6(76), 11-18. <https://doi.org/10.33099/2617-6858-23-76-6-11-18>

Wang, F., & King, R. B. (2025). Socio-emotional skills matter for academic resilience: A global perspective. *Learning and Individual Differences*, 123, 102758. <https://doi.org/10.1016/j.lindif.2025.102758>

Zimmerman, M. A., Stoddard, S. A., Eisman, A. B., Caldwell, C. H., Aiyer, S. M., & Miller, A. (2013). Adolescent resilience: Promotive factors that inform prevention. *Child Development Perspectives*, 7(4), 215-220. <https://doi.org/10.1111/cdep.12042>

Андрущенко Тетяна Вікторівна

*Доктор політичних наук, професор, завідувач кафедри психології,
Український державний університет імені Михайла Драгоманова,
м. Київ (Україна)*

АСЕРТИВНІСТЬ ЯК ПСИХОЛОГІЧНИЙ РЕСУРС ПРОЯВУ ЖИТТЕСТІЙКОСТІ ОСОБИСТОСТІ ЮНАЦЬКОГО ВІКУ

АНОТАЦІЯ

Мета. Теоретично обґрунтувати асертивність як психологічний ресурс прояву життєстійкості особистості юнацького віку, розкрити механізми її взаємодії з життєстійкістю та резильєнтністю, узагальнити сучасні емпіричні дані щодо ролі асертивності в системі протективних чинників психологічної адаптації молоді.

Методи. Дослідження має теоретико-аналітичний характер. Методологічну основу становлять системний, порівняльний та концептуальний підходи до аналізу психологічних ресурсів особистості. Використано методи теоретичного аналізу, синтезу, порівняння, систематизації, контент-аналізу та узагальнення сучасних наукових праць, опублікованих переважно у виданнях, що індексуються базами Scopus і Web of Science. Проведено аналіз сучасних теоретичних моделей життєстійкості, резильєнтності та емпіричних досліджень взаємозв'язку асертивності з психологічною адаптацією особистості.

Результати. Встановлено, що асертивність доцільно розглядати як контекстно залежний психологічний ресурс, ефективність якого визначається характером взаємодії особистісних і середовищних чинників. На основі моделі протективних факторів Zimmerman та співавторів узагальнено механізми компенсаторного та протективного впливу асертивності на прояви життєстійкості. Показано змістову відповідність між структурними компонентами асертивності (когнітивно-смісловим, афективним і поведінковим) та компонентами життєстійкості. Аналіз сучасних емпіричних досліджень засвідчив стійкі позитивні взаємозв'язки асертивності з резильєнтністю, самооцінкою, психологічним благополуччям і соціальною адаптацією, водночас її вплив виявляється неоднаковим залежно від сфери функціонування, соціокультурного контексту та рівня зовнішньої підтримки. Обґрунтовано необхідність комплексного.

Висновки. Асертивність є важливим психологічним ресурсом життєстійкості особистості юнацького віку, однак її ресурсний потенціал реалізується лише у взаємодії з іншими особистісними та соціальними чинниками. Запропонована теоретична інтерпретація уточнює місце асертивності у структурі психологічної адаптації молоді та створює концептуальне підґрунтя для розроблення довготривалих психокорекційних і психопрофілактичних програм, спрямованих на розвиток життєстійкості, особливо в умовах хронічного стресу та воєнних викликів.

Ключові слова: асертивність; життєстійкість; резильєнтність; психологічні ресурси; юнацький вік; психологічна адаптація; протективні фактори; психологічне благополуччя.

Tetiana Andrushchenko

Doctor of Political Science, Professor, Head of the Department of Psychology, Mykhailo Dragomanov State University of Ukraine, Kyiv, Ukraine

ASSERTIVENESS AS A PSYCHOLOGICAL RESOURCE FOR THE MANIFESTATION OF HARDINESS IN ADOLESCENCE

ABSTRACT

Aim. To provide a theoretical substantiation of assertiveness as a psychological resource for the manifestation of hardiness in adolescence, to elucidate the mechanisms of its interaction with hardiness and resilience, and to summarize contemporary empirical evidence regarding the role of assertiveness within the system of protective factors contributing to young people's psychological adaptation.

Methods. The study is theoretical and analytical in nature. Its methodological framework comprises systemic, comparative, and conceptual approaches to the analysis of personal psychological resources. The methods employed included theoretical analysis, synthesis, comparison, systematization, content analysis, and the generalization of contemporary scholarly works published predominantly in journals indexed in Scopus and Web of Science. Contemporary theoretical models of hardiness and resilience, as well as empirical studies of the relationship between assertiveness and psychological adaptation, were analyzed.

Results. Assertiveness was found to be appropriately conceptualized as a context-dependent psychological

resource whose effectiveness is determined by the interaction between personal and environmental factors. Drawing on the protective-factor model proposed by Zimmerman et al., the compensatory and protective mechanisms through which assertiveness contributes to hardiness were summarized. A conceptual correspondence was identified between the structural components of assertiveness—cognitive-semantic, affective, and behavioral—and the components of hardiness. The analysis of contemporary empirical studies demonstrated stable positive associations between assertiveness and resilience, self-esteem, psychological well-being, and social adaptation. At the same time, the effects of assertiveness vary depending on the domain of functioning, sociocultural context, and level of external support. The findings substantiate the need for the comprehensive development of assertiveness in conjunction with other personal resources and a supportive social environment.

Conclusions. Assertiveness is an important psychological resource for hardiness in adolescence; however, its resource potential is realized only through interaction with other personal and social factors. The proposed theoretical interpretation clarifies the role of assertiveness within the structure of young people's psychological adaptation and provides a conceptual basis for developing long-term psychological intervention and prevention programs aimed at strengthening hardiness, particularly under conditions of chronic stress and war-related challenges.

Keywords: assertiveness; hardiness; resilience; psychological resources; adolescence; psychological adaptation; protective factors; psychological well-being.

How to cite (як цитувати):

Andrushchenko, T. ASSERTIVENESS AS A PSYCHOLOGICAL RESOURCE FOR THE MANIFESTATION OF HARDINESS IN ADOLESCENCE. *PSYCHOLOGICAL JOURNAL*, 12(6), 53–63. <https://doi.org/10.31108/1.2026.12.6.4> [in Ukrainian]

Андрущенко, Т. АСЕРТИВНІСТЬ ЯК ПСИХОЛОГІЧНИЙ РЕСУРС ПРОЯВУ ЖИТТЄСТІЙКОСТІ ОСОБИСТОСТІ ЮНАЦЬКОГО ВІКУ. *ПСИХОЛОГІЧНИЙ ЧАСОПИС*, 12(6), 53–63. <https://doi.org/10.31108/1.2026.12.6.4>

Дата отримання статті: 03.03.2026

Дата рекомендації до друку: 21.06.2026

Дата оприлюднення: 30.06.2026