

УДК 159.9

DOI: [https://doi.org/10.17721/BPSY.2024.1\(19\).11](https://doi.org/10.17721/BPSY.2024.1(19).11)

Ольга ЦИКАЛЕНКО, магістр,
ORCID ID: 0000-0001-5070-5349
e-mail: for_olga@i.ua

Київський національний університет імені Тараса Шевченка, Київ, Україна

Олена ВЛАСОВА, д-р психол. наук, проф.,
ORCID ID: 0000-0000-9894-0038
e-mail: olenavlasova@knu.ua

Київський національний університет імені Тараса Шевченка, Київ, Україна

АСЕРТИВНІСТЬ ЯК ЧИННИК СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНОЇ АДАПТАЦІЇ ЖІНОК-МІГРАНТОК

Вступ. Окреслено, що асертивність вважається значущою властивістю жінки, я визначає її здатність до ефективної паритетної взаємодії з навколишнім соціумом та підтримки психічного здоров'я. У статті представлено дослідження асертивності як чинника соціально-психологічної адаптації українських жінок-мігранток. Дослідження базовано на гіпотезі, що існує позитивний взаємозв'язок між розвитком асертивності та успішністю соціальної і психологічної адаптації жінок-мігранток. Зроблено припущення, що наявність асертивності в таких жінок також пов'язана з їх вищим суб'єктивним благополуччям.

Методи. Для отримання емпіричних даних використано методику "Дослідження рівня асертивності" (В. Каппоні та Т. Новак), Методику соціально-психологічної адаптації К. Роджерса та Р. Даймонда, Опитувальник "PERMA-Profilier" (Butler та Kern). Для аналізу отриманих даних використано статистичний пакет SPSS Statistics версії 26.0 та стандартний пакет програми MS Excel. Описова статистика задіяна для розрахунків середньогрупових, мінімальних та максимальних значень і стандартного відхилення масиву даних. Застосовано також: критерії Колмогорова – Смірнова та Шапіро – Уїлка, критерій Краскала – Уолліса для незалежних вибірок, коефіцієнт кореляції Пірсона. Досліджено вибірку з 52 українських жінок віком 19–72 років, які внаслідок російсько-української війни стали мігрантками або опинились у безпечніших регіонах України як внутрішньо переміщені особи.

Результати. У ході дослідження статистично підтверджено прямі зв'язки асертивності як чинника організації взаємодії жінок-мігранток з представниками незнайомого оточення з ефективністю процесів їх соціально-психологічної адаптації та рівнем суб'єктивного благополуччя.

Висновки. Підтверджено, що асертивність виступає статистично значущим чинником, що допомагає українським жінкам, які опинились за кордоном внаслідок війни, долати життєві виклики, пов'язані з вимушеною зміною соціального та культурного середовища.

Ключові слова: вимушена міграція, жінки-переселенки, асертивність, соціально-психологічна адаптація, суб'єктивне благополуччя.

Вступ

Актуальність. Деструктивний вплив україно-російської війни спричинив у житті українських людей багато драматичних викликів та неочікуваних змін, закреслив напрацьований роками досвід мирного існування, натомість наповнивши свідомість українців негативними переживаннями та новими, до того незанимаєними проблемами. У шерегу таких вражень українців (переважно жінок та їхніх дітей) помітне місце посідають переживання, пов'язані з досвідом зовнішньої та внутрішньої еміграції.

Чи відбулась успішна соціальна адаптація таких жінок на чужині за період, який пройшов від початку війни, та які психологічні механізми потрібні сучасній жінці для того, щоб забезпечити благополучне існування в новій незнайомій громаді або в чужій країні, що має відмінні мову, звичаї, правове поле, – це питання, які перебувають у центрі дослідницьких інтересів авторів статті. На особливу увагу, на думку авторів, у цьому контексті заслуговує феномен асертивності як своєрідний особистісний інструмент встановлення паритетних взаємин людини з її соціальним оточенням. Отже, **метою статті** є презентація дослідження особливостей адаптації та психологічного благополуччя переміщених українок із різними показниками асертивності. Завдання роботи передбачають висвітлення теоретико-методологічних, емпіричних та статистичних площин аналізу вірогідних зв'язків асертивності таких жінок та особливостей їх соціально-психологічної адаптації і суб'єктивного благополуччя на чужині.

Аналіз наукових джерел указує на те, що в ході дослідження процесів адаптації мігрантів та їх інтеграції в

приймальні громади, науковці зосереджуються на різних аспектах цих явищ. Така увага відображає не лише різні спеціалізації наук (психологія, економіка, соціологія, демографія, антропологія, медицина тощо), але й відмінності у підходах до дослідження. Незважаючи на специфіку кожної наукової дисципліни, яка має свою власну методологію дослідження, можна виокремити два провідні теоретико-методологічних підходи до дослідження процесів міграції, які опиняються поза межами окремих дисциплін: соціокультурний та ресурсний (Путінцев, & Пащенко, 2018).

У центрі уваги соціокультурного підходу – аналіз соціально-психологічної адаптації як процесу подолання людиною стресу внаслідок зміни звичного культурного оточення та вміння адаптуватися до нової культури. Це також передбачає знаходження способу співіснування ідентичності мігрантів з ідентичностями груп, які їх оточують. Інтеграція мігрантів у громадах, що їх приймають, розглядається як процес зближення ідентичностей. На практиці це зближення і співіснування ідентичностей мігрантів та довколишніх груп людей може відбуватися через два основних шляхи: асиміляцію мігранта або набуття ним властивостей мультикультуралізму. Вибір між цими шляхами залежить від того, наскільки культурна, соціальна та політична різноманітність між мігрантами та групами, які їх приймають, сприймається як можливість або загроза (Cheong et al., 2007).

Ресурсний підхід зосереджений на тому, що ресурси можна розглядати як засоби, за допомогою яких люди задовольняють свої потреби, досягають своїх цілей і відповідають вимогам життя. З цього погляду, дослідження адаптації мігрантів можна вважати пошуком чинників, які полегшують або обмежують їх доступ до

© Цикаленко Ольга, Власова Олена, 2024

ресурсів (Ryan, Dooley, & Benson, 2008). У межах ресурсного підходу адаптація розглядається як процес пристосування людини-мігранта до втрати значної частини ресурсів, які були наявні до переміщення, а також отримання доступу до нових ресурсів у новому місці перебування. Інтеграція, у свою чергу, сприймається як налагодження спільного використання ресурсів, які належать як переміщеним особам, так і місцевим громадам, що їх приймають (Harrell-Bond, 1986).

Узагальнюючи відповідну літературу, можна стверджувати, що соціокультурний підхід до адаптації та інтеграції мігрантів виявляється більш прийнятним у випадках зовнішнього переселення. Згідно з цією концепцією, відмінності в культурі між мігрантами та приймальними громадами відіграють суттєву роль (наприклад, якщо ці відмінності базуються на різниці в етнічному складі мігрантів і решти населення). Цей підхід найкраще підходить для аналізу проблем і процесів адаптації та інтеграції груп, які мають значущі культурні та ідентичнісні відмінності від більшості місцевого населення.

У разі внутрішнього переміщення населення країни, більшої актуальності набуває ресурсний підхід. Різниця в ресурсах між мігрантами стає ключовим фактором, який більш суттєво впливає на диференціацію між ними, ніж аспекти культури та ідентичності. Окрім того, ресурсний підхід демонструє на сьогодні більші можливості для емпіричного дослідження та кількісного аналізу даних.

Загалом у межах зазначених підходів можна виокремити такі виміри дослідження адаптації мігрантів:

- соціокультурний підхід: дослідження подолання психологічного стресу, викликаного фактом переміщення до нового місця проживання;

- ресурсний підхід: пошук інформації щодо умов розташування людини-мігранта та наявності на новому місці проживання ресурсів, які необхідні для підтримання її життєдіяльності, а саме, житла, продуктів харчування, джерел доходів (заробітної плати, доходів від підприємницької діяльності, соціальних виплат), медичного обслуговування, освітніх закладів, транспорту та комунікацій тощо (Путінцев, & Пашенко, 2018).

Ураховуючи, що обидва підходи не виключають один одного і мають унікальні можливості, які частково не перетинаються, корисним вважаємо їх інтеграцію відповідно до специфіки конкретних мігрантських груп та умов їх адаптації, а також міри їх інтеграції в нове суспільство (Ryan, Dooley, & Benson, 2008).

Умови війни по-різному окреслюють життєві перспективи чоловіків і жінок. Тому психологічні проблеми міграції є найбільш актуальними для жіночого контингенту населення України. Першочерговими питаннями тут постають проблеми їх соціально-психологічної адаптації до нових умов життя, стану їхнього суб'єктивного благополуччя та тих особистісних інструментів, які дозволяють жінці сподіватись на гідне життя за кордоном, не втратити себе у процесах адаптації та не стати жертвою несприятливих життєвих обставин.

Аналіз історичних, етнографічних, культурних та психологічних чинників показує, що основні відмінності в соціальних ролях жінок і чоловіків мають соціокультурні корені. А втім, у масовій свідомості гендерезованих країн, навіть незважаючи на те, що існує цілком сучасна законодавча база, ще зберігаються гендерні стереотипи, які підтримують різницю в соціальному становищі та правах жінок і чоловіків, як місцевих, так і тимчасово переміщених осіб. На жаль, такі відмінності часто пов'язані з особистісними властивостями жінок, залежним або підлеглим становищем жінки, недоліками її насамперед родинного

виховання, релігійної традиції, що з необхідністю порушує питання про важливість для жінки, яка опинилась далеко від рідного дому, володіння *асертивністю*.

Під цим терміном у психологічній літературі розуміють певну особистісну автономію людини, її незалежність від зовнішніх впливів та оцінок, здатність самостійно регулювати свою поведінку та вміння конструктивно знаходити вихід з проблемних ситуацій у спілкуванні (Carroni, & Novák, 2012). За твердженням Мануеля Сміта – автора однієї з перших американських програм формування впевненості у собі (Smith, 2011), асертивна особистість характеризується тим, що має чітке уявлення про свої власні права. У книзі "When I Say No, I Feel Guilty: How to Cope, Using the Skills of Systematic Assertive Therapy" Мануель Сміт запропонував широковідомий "Білль" асертивних прав із 10 пунктів. Ідеться про право людини на власну думку, позицію, волю, на суверенність та захист своїх психологічних кордонів, потреб та інтересів, на власні емоції та помилки, на прийняття, не прийняття чи зміни умов та домовленостей, на незалежність від зовнішніх оцінок і впливів. Асертивна людина будує свою поведінку на основі цих прав і в разі потреби готова впевнено їх захищати. Важливо, що вона розуміє, що навколишні люди також мають власні права, і, встановлюючи взаємовідносини з ними, вона керується розумінням наявних прав усіх учасників соціальної взаємодії, зокрема й себе.

Як соціальну компетентність та емоційну свободу особистості розглядає асертивність Арнольд Лазарус. Він підкреслює, що асертивність виявляється у здатності людини висловлювати свої бажання, вимоги та прохання, а також уміти сказати "ні". Зовні це виражається у здатності особи відкрито висловлювати свої реальні мотиви в проявах як позитивних, так і негативних почуттів. Асертивність також, на думку Лазаруса, включає вміння починати та закінчувати розмову за власною ініціативою, не поступатись своїми інтересами (Lazarus, 1961, 1968).

На думку С. К. Мельничук, основними компонентами людської асертивності є не лише наявність самоповаги та поваги до інших, а і здатність людини приймати на себе відповідальність за свою поведінку. "Суть асертивності, – вважає вона, – полягає у філософії особистісної відповідальності. Ми несемо відповідальність за свої вчинки та не повинні звинувачувати інших за свою реакцію на їхні дії". Для розв'язання проблемних ситуацій та конфліктів, які можуть виникати між людьми, важливими також є такі аспекти асертивності людини, як впевненість і позитивна установка, вміння уважно слухати та бажання розуміти думку іншої людини (Мельничук, 2012).

В. З. Лучків убачає під асертивністю особистісну автономію, незалежність від зовнішніх впливів та оцінок, здатність людини самостійно регулювати свою поведінку та її вміння конструктивно знаходити вихід з проблемних ситуацій у спілкуванні (Лучків, 2015).

В. А. Семиченко наголошує, що асертивна особистість діє таким чином, щоб не завдавати шкоди іншим людям, поважає їхні права, а також виявляє повагу до самої себе. Така особистість, якщо потребує допомоги, відкрито може попросити про неї і вміє переконати інших людей ставитись до неї з повагою, маючи на меті знаходження компромісного рішення для розв'язання спільної проблеми (Семиченко, 2001). Подібні прояви слід розглядати як характеристику не лише самої особистості, але й її поведінки, яку також доцільно трактувати як асертивну, підкреслює ця дослідниця.

Асертивній людині властива "природна, чесна поведінка щодо себе та оточення, вміння і навички етичного

спілкування в конкретних ситуаціях", зазначають О. П. Саннікова, О. І. Санніков і Н. М. Подоляк (Саннікова, Санніков, & Подоляк, 2013). Вони пропонують модель структури асертивності, яка передбачає такі компоненти, як мотиваційний (асертивна поведінка як цінність), когнітивний (позитивне сприйняття себе, знання про зміст і вияви асертивної поведінки), поведінковий (уміння і навички) та емоційний (сукупність відповідних переживань).

Узагальнюючи дані наукових джерел та власні міркування, пропонуємо робоче визначення асертивності як психологічного феномену. *Асертивність – це якість особистості як суб'єкта комунікації, яка полягає у здатності ефективно та екологічно реалізувати власні інтереси, захищати свої та поважати чужі права.* Термін "екологічно" в цьому визначенні позначає діяльність людини в межах етичного принципу: морально все, що не загрожує благополуччю інших.

Сучасні дослідження демонструють, що асертивна, впевнена в собі жінка є суб'єктом власного життя і особистісного розвитку. Вона розуміє, що самоактуалізація і самореалізація не означають відсутності проблем, але це рух від тимчасових труднощів до справжнього життя і його реальних проблем, які можна успішно розв'язувати. Асертивність допомагає їй ставити перед собою реалістичні цілі, впевнено відстоювати свої права і потреби, виражати свої думки, інтереси та емоції без агресії і неповаги до прав інших. Це дозволяє їй ефективно керувати власним життям і ставитися до його викликів з довірою до себе і вірою у свої здібності. Асертивна жінка розвивається, стикаючись зі складними ситуаціями, і навчається знаходити свої власні рішення, що веде її до більш благополучного і яскравого життя (Фальова, 2015).

Керуючись таким розумінням асертивності, перейдемо до обговорення ролі цієї властивості в соціально-психологічній адаптації українських жінок-мігранток та забезпеченні їхнього суб'єктивного благополуччя.

Опинившись на чужині, мігрант у процесах соціально-психологічної адаптації переживає складний комплекс внутрішніх психологічних станів, який істотно впливає на якість його життя та загальне благополуччя. Реальна адаптація пов'язується з досягненням задоволеності від перебування у новому культурному контексті як психологічним прийняттям нової ситуації життя, передбачає переживання людиною переважно позитивних емоцій, усвідомлення нових можливостей, цікавості до довкілля та продуктивної взаємодії з іншими людьми. Це сприяє підвищенню якості життя мігранта, зміцненню його психічного здоров'я та створює фундамент для побудови нових життєвих планів.

Свідченням успішної адаптації стає і соціальний комфорт, який відображає здатність переміщеної особи успішно спілкуватися та взаємодіяти в іншомовному середовищі, самостійно справлятися з новими життєвими викликами. Такий стан передбачає впевненість людини у своєму новому соціальному статусі, її вміння знаходити спільну мову з довколишніми, розуміти їхні соціокультурні норми та цінності.

Отже, на основі здійсненого аналізу можна дійти висновку, що предикторами вдалої соціально-психологічної адаптації жінок-мігранток слід вважати такі показники їхньої особистісної зрілості та суб'єктивного благополуччя, які передбачають прояви асертивності. При цьому, як вважає В. Стець, і асертивність, і суб'єктивне благополуччя можуть виступати одночасно і чинниками, і результатом вдалої соціально-психологічної адаптації таких осіб до нових умов життя (Стець, 2016). Подібне бачення

відображає позитивний результат їх адаптації до нових обставин, допомагаючи приймати нові можливості, продуктивно спілкуватися та результативно діяти в нових реаліях повсякденного існування (Слюсаревський, 2013).

Представлені міркування дозволяють сформулювати таку *гіпотезу емпіричного* дослідження: існує позитивний взаємозв'язок між розвитком асертивності та успішністю соціальної і психологічної адаптації українських жінок-мігранток. Можна припустити також, що підвищення асертивності таких жінок пов'язано зі зростанням їхнього суб'єктивного благополуччя.

Методи

Вибірка. До дослідження було запрошено жінок, які на момент опитування (травень – липень 2023 року) не менше ніж рік перебували за кордоном України або в її регіонах, які відрізняються від місця постійного проживання респонденток до війни. Загалом в опитуванні взяли участь 52 жінки віком від 18 до 60 років включно. 6 із них мали статус внутрішньо переміщених осіб. Інші жінки мешкали в 14 країнах світу: Англія, Аргентина, Бельгія, Болгарія, Ізраїль, Ірландія, Іспанія, Канада, Німеччина, ОАЕ, Польща, США, Туреччина, Франція.

Серед жінок, які пройшли опитування, 15 % – бездітні, 85 % мають одну дитину і більше. Мають одну і більше вищу освіту 42, тобто 81 % респонденток, без вищої освіти – 19 %. Неодружених виявилось 21 % жінок, з них розлучених – 9 %, одна овдовіла. Одружені – 79 %.

Матеріали та методи. Для отримання емпіричних даних у роботі застосовано такі методики: "Дослідження рівня асертивності" В. Каппоні, Т. Новак), Методика оцінювання соціально-психологічної адаптації (СПА) К. Роджерса та Р. Даймонда та опитувальник "PERMA-Profilier" Батлера – Керна.

Для статистичного аналізу даних використано статистичний пакет SPSS Statistics версії 26.0 та стандартний пакет програми MS Excel, зокрема, описова статистика для розрахунку середньогрупових, мінімальних та максимальних значень, стандартного відхилення у групах жінок. Критерії Колмогорова – Смірнова та Шапіро – Уїлка – для визначення нормальності розподілення даних. Однофакторний аналіз – критерій Краскала – Уолліса для незалежних вибірок. Параметричний коефіцієнт кореляції Пірсона – для виявлення зв'язків між рівнем асертивності та показниками адаптації і суб'єктивного благополуччя жінок-мігранток.

Важливо відзначити, що всі дослідницькі процедури було проведено відповідно до професійно-етичних принципів із забезпеченням конфіденційності, зворотного зв'язку та добровільної участі досліджуваних.

Результати

Аналіз відповідності сформованої вибірки дослідження передбачуваному нормальному розподілу даних показав, що переважна кількість показників відповідає критеріям нормального розподілу (їх перелік подано в табл. 1). Тому для встановлення статистичних зв'язків у роботі використано коефіцієнт кореляції Пірсона. Показники, які не показали нормального розподілу, було проігноровано в подальшій роботі.

У ході подальшого аналізу масив емпіричних даних було розподілено на групи згідно з процедурою опрацювання результатів тесту-опитувальника "Дослідження рівня асертивності" В. Каппоні та Т. Новак. У першу групу – "Низька асертивність" увійшли респондентки з показниками асертивності на рівні 40–60 %, у другу групу "Середня асертивність" – 60–80 % і в третю групу – "Висока асертивність" – 80–100 %.

Таблиця 1

Показники вибірки жінок-мігранток за критеріями нормального розподілу

	Тест Колмогорова – Смирнова ^а		Критерій Шапіро – Уїлка	
	Статистика	Значення	Статистика	Значення
АСЕРТИВНІСТЬ	0,086	,200	0,972	0,257
АДАПТАЦІЯ	0,095	,200	0,955	0,057
Самоприйняття	0,076	,200	0,954	0,052
Прийняття інших	0,057	,200	0,982	0,622
Емоц. комфортність	0,105	,200	0,963	0,106
Інтернальність	0,088	,200	0,984	0,691
Домінування	0,080	,200	0,972	0,258
Ескапізм	0,076	,200	0,978	0,464
БЛАГОПОЛУЧЧЯ	0,086	,200	0,965	0,126
Позит. емоції	0,097	,200	0,964	0,121
Сенс	0,094	,200	0,962	0,091
Негат. емоції	0,078	,200	0,962	0,099
Здоров'я	0,102	,200	0,973	0,269

Примітка: а – критерій

Для порівняння середніх значень груп, що належать до одного фактора або впливають на одну змінну, використано однофакторний аналіз Краскала – Уолліса. Як видно з табл. 2, нульова гіпотеза про однаковий розподіл показника "рівень асертивності" у трьох групах жінок, які взяли участь в емпіричному дослідженні, сформованих з використанням процедури опрацювання даних відповідної гіпотези, відхиляється, а для вказаного в табл. 2 переліку параметрів, що використовуються у роботі,

виявляються статистично значущі відмінності, пов'язані з рівнем розвитку такого показника, як асертивність.

На рис. 1 у графічній формі представлено міжгрупові відмінності за показником асертивності, розраховані з використанням критерію Краскала – Уолліса для основних конструктів дослідження (асертивність, соціально-психологічна адаптація та суб'єктивне благополуччя досліджених жінок).

Таблиця 2

Результати однофакторного аналізу розподілу показників асертивності у сформованих групах жінок за критерієм Краскала – Уолліса для незалежних виборок

Показник	Значущість	Рішення щодо гіпотези	Середнє за "рівнем асертивності"		
			низька	середня	висока
АДАПТАЦІЯ	0,000	Відхиляється	59,63	66,42	83,64
Самоприйняття	0,008	Відхиляється	67,38	74,85	88,00
Прийняття інших	0,003	Відхиляється	64,75	68,45	82,09
Емоц. комфортність	0,000	Відхиляється	53,25	58,42	83,82
Інтернальність	0,000	Відхиляється	63,13	68,09	87,18
Домінування	0,003	Відхиляється	51,00	54,06	70,64
Ескапізм	0,000	Відхиляється	16,63	12,94	07,18
БЛАГОПОЛУЧЧЯ	0,038	Відхиляється	70,13	71,42	79,64
Сенс	0,046	Відхиляється	74,50	70,30	82,64
Негативні емоції	0,007	Відхиляється	65,00	54,88	40,91

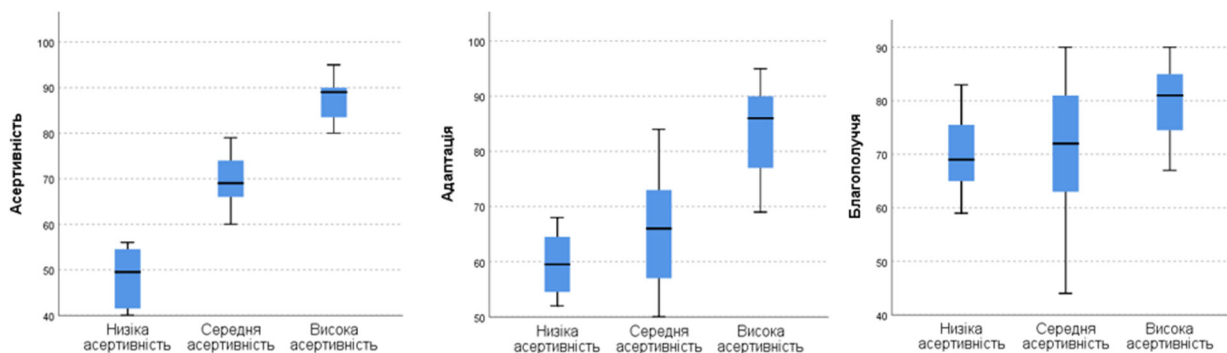


Рис. 1. Міжгрупові відмінності основних конструктів за показником асертивності жінок-мігранток, розраховані з використанням критерію Краскала – Уолліса

Як бачимо на рис. 1, від групи до групи (з низькою, середньою та високою асертивністю) середні показники соціально-психологічної адаптації та суб'єктивного благополуччя досліджених жінок неухильно зростають. Це дає підстави для продовження дослідження можливих статистичних взаємозв'язків таких конструктів.

Міжгрупові відмінності окремих складників соціально-психологічної адаптації та суб'єктивного благополуччя жінок-мігранток з різним рівнем розвитку асертивності наведено в гистограмі на рис. 2.

Представлена гистограма наочно демонструє позитивну міжгрупову динаміку показників окремих шкал, які входять до опису конструктів соціально-психологічної адаптації та суб'єктивного благополуччя досліджених жінок. Таким чином, результати однофакторного аналізу дають усі підстави для проведення кореляційного аналізу за такими параметрами, як "Асертивність", "Адаптація" та "Благополуччя", а також за такими окремими шкалами, як "самоприйняття" і "прийняття інших", "інтернальність" та "домінування", "емоційна комфортність" і

"негативні емоції", "сенс" та "ескапізм"). Усі ці показники, як уже було показано, є параметричними (табл. 1).

Для встановлення зв'язків між заявленими показниками ми використали метод парних кореляцій, а саме

коефіцієнт кореляції Пірсона для параметричних вибірок. Значущі результати такого обчислення представлені в табл. 3.

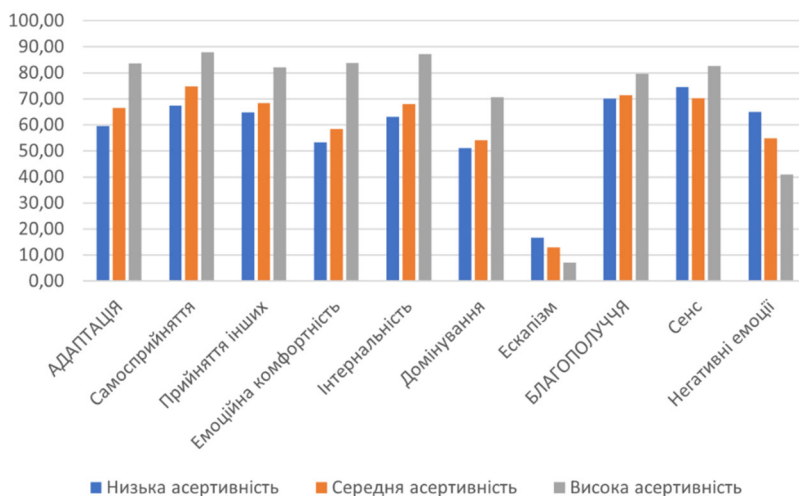


Рис. 2. Міжгрупові відмінності жінок-мігранток із різним рівнем асертивності в соціально-психологічній адаптації і суб'єктивному благополуччі та їх середніх показниках за окремими складниками таких конструктів

Таблиця 3

Результати кореляційного аналізу за Пірсоном статистичних зв'язків між асертивністю жінок-мігранток та їх соціально-психологічною адаптацією і суб'єктивним благополуччям, а також окремими складниками цих конструктів

	АСЕРТИВНІСТЬ	АДАПТАЦІЯ	Прийняття себе	Прийняття інших	Емоц. комфорт	Інтернальність	Домінування	Ескапізм	БЛАГОПОЛУЧЧЯ	Сенс	Негат. емоції
АСЕРТИВНІСТЬ		,658**	,501**	,419**	,576**	,627**	,464**	-,630**	,382**	,335*	-,511**
АДАПТАЦІЯ	,658**		,829**	,736**	,896**	,838**	,544**	-,804**	,584**	,506**	-,613**
Прийняття себе	,501**	,829**		,583**	,705**	,673**	,506**	-,624**	,368**	,372**	-,398**
Прийняття інших	,419**	,736**	,583**		,625**	,440**		-,666**	,498**	,447**	-,422**
Емоц. комфорт	,576**	,896**	,705**	,625**		,784**	,443**	-,592**	,607**	,495**	-,640**
Інтернальність	,627**	,838**	,673**	,440**	,784**		,550**	-,602**	,582**	,545**	-,495**
Домінування	,464**	,544**	,506**		,443**	,550**		-,309*			
Ескапізм	-,630**	-,804**	-,624**	-,666**	-,592**	-,602**	-,309*		-,435**	-,355**	,442**
БЛАГОПОЛУЧЧЯ	,382**	,584**	,368**	,498**	,607**	,582**		-,435**		,773**	-,445**
Сенс	,335*	,506**	,372**	,447**	,495**	,545**		-,355**	,773**		-,418**
Негат. емоції	-,511**	-,613**	-,398**	-,422**	-,640**	-,495**		,442**	-,445**	-,418**	

Примітка: ** Correlation is significant at the 0,01 level (2-tailed); * Correlation is significant at the 0,05 level (2-tailed).

Наведені кореляції створюють широке поле для інтерпретації отриманих результатів.

Дискусія і висновки

Результати проведеного кореляційного аналізу розкривають важливі аспекти взаємозв'язку асертивності та соціально-психологічної адаптації жінок-мігранток. Отримані коефіцієнти визначають ті аспекти адаптації до нового соціокультурного середовища, з якими реально кореспондує асертивність досліджених українських жінок.

Зокрема, результати дослідження співвідношення асертивності та "ескапізму" (-0,630) указують на зворотний зв'язок між асертивністю та схильністю до уникнення проблем шляхом так званої "втечи від реальності". Це може означати, що більш асертивні жінки-мігрантки менше схильні уникати труднощів життя та розв'язання нагальних проблем, що також позитивно впливає на їх адаптацію. Логічним у цьому контексті видається і доволі високий коефіцієнт кореляції між вираженістю у жінки

асертивності та такою характеристикою її успішної адаптації, як інтернальність (0,627), яка передбачає наявність у людини відповідальності за події та результати активності в різних сферах організації життя.

Позитивний зв'язок між асертивністю та "емоційною комфортністю" (0,576) свідчить про те, що жінки-мігрантки, які проявляють більшу асертивність, частіше переживають позитивні емоції та знаходять задоволення у соціальних взаєминах.

Виявлені позитивні кореляції між асертивністю та такими компонентами соціально-психологічної адаптації, як "прийняття себе" (0,501) та "прийняття інших" (0,419), показує, що жінки-мігрантки, які виявляють більшу асертивність, переважно не мають упереджень щодо власної зовнішності, характеру або соціального статусу і тому приймають себе та є відкритими до взаємодії з навколишніми, приймаючи інших людей такими, якими вони є.

Також помітним є помірний позитивний зв'язок між асертивністю досліджуваних та їхньою схильністю до домінування (.464), що може вказувати на більшу сміливість та активність асертивної жінки в соціальних взаєминах та її схильність до прийняття лідерських ролей.

Вплив асертивності на суб'єктивне благополуччя жінок-мігранток з охопленої війною України найбільш артикульовано проявився у від'ємній кореляції помірної сили цієї властивості з негативними емоціями (-.511). Негативні емоції, як відомо, є важливим показником не лише рівня суб'єктивного благополуччя людини. Вони також є постійними супутниками її стресових, хворобливих станів, конфліктних переживань, проявом дезадаптивних реакцій особистості. Показово, що в нашому дослідженні негативні емоції мають від'ємні кореляції не лише з асертивністю, а й із загальним показником соціально-психологічної адаптації жінок-мігранток (-.613) та їхньою емоційною комфортністю (-.640), яка передбачає домінування у свідомості носія позитивних емоцій. Якщо ж звернути увагу на числові співвідношення позитивних та негативних емоцій в групах досліджених жінок із різним рівнем вираження асертивності (рис. 2), то простежується така закономірність: у групі жінок з низькою асертивністю спостерігається паритет позитивних та негативних переживань (60,00 x 60,00), група середньої асертивності демонструє значну перевагу проявів емоційної комфортності над негативними переживаннями (59,00 проти 55,00), а високоасертивні жінки мають показники емоційної комфортності, які удвічі вищі порівняно з проявами в них негативних емоцій (80,00 проти 40,00).

Отже, отримані результати дозволяють розглядати асертивність як важливий чинник, що може впливати на рівень соціально-психологічної адаптації жінок-мігранток, сприяючи їхньому позитивному ставленню до себе, продуктивній взаємодії з іншими та переживанню емоційного комфорту в новому оточенні.

Представлений у табл. 3 коефіцієнт кореляції між соціально-психологічною адаптацією та рівнем суб'єктивного благополуччя жінок-мігранток (0,584) статистично підтверджує, що існує зв'язок між цими двома психологічними феноменами. Він означає, що зі зростанням рівня соціально-психологічної адаптації жінок-мігранток можна очікувати підвищення рівня їхнього суб'єктивного благополуччя.

Для докладнішого розуміння цього зв'язку варто звернути увагу на такі компоненти благополуччя, як життєвий сенс та низький показник негативних емоцій. Коефіцієнти кореляції загального показника соціально-психологічної адаптації та шкали "сенс" (.506) і шкали "негативні емоції" (-.511) помірної сили вказують на наявний зв'язок між цими конструктами. Це означає, що краща соціально-психологічна адаптація жінки, яка перебуває в еміграції, відбувається за умови розуміння нею сенсу власного існування, що також пов'язано зі зменшенням у її переживаннях питомої ваги негативних емоцій.

Отже, успішна соціально-психологічна адаптація жінок-мігранток передбачає наявність усвідомлених життєвих сенсів та сприяє зменшенню негативних переживань. Це, у свою чергу, може викликати покращення їхнього суб'єктивного благополуччя, зростання задоволеності життям та загального настрою.

Дослідження також встановило, що існує достовірний позитивний зв'язок між асертивністю та суб'єктивним благополуччям. Отриманий тут коефіцієнт кореляції (0,382) свідчить про середньонизький зв'язок між цими концептами, тобто зі зростанням рівня асертивності жінок-мігранток фіксується незначне підвищення їхнього

суб'єктивного благополуччя. Натомість сильний кореляційний зв'язок благополуччя виявлено зі шкалою сенсу життя (.773), яка, у свою чергу, значуще корелює з проявами інтернальності (.545) та адаптивності (.506) таких жінок. А його оптимізація лінійно пов'язана з якістю адаптації (.584) і підвищенням емоційної комфортності (.607) досліджених осіб.

Представлені зв'язки наводять на думку, що асертивність, яка передбачає уміння особистості висловлювати свої думки, потреби та почуття гідним та ефективним способом, сприяє збільшенню впевненості людини в собі, зменшенню стресу, покращує її комунікацію з іншими людьми, підтримуючи особистий статус жінки-мігрантки як людини, гідної поваги. Це, у свою чергу, позитивно впливає і на ставлення такої жінки до наявних обставин життя і на її загальний настрій, що, власне, і становить основу її суб'єктивного благополуччя.

На основі результатів здійсненого емпіричного дослідження можна стверджувати, що гіпотези дослідження, які прогнозували позитивні зв'язки між рівнем асертивності та успішністю соціально-психологічної адаптації жінок-мігранток, а також існування залежності між розвитком асертивності та покращенням їхнього суб'єктивного благополуччя, мають статистичні підтвердження.

У роботі також виявлено значущі взаємозв'язки між рівнем розвитку асертивності та психологічними аспектами адаптації жінок-мігранток. Зокрема, існують позитивні кореляції динаміки асертивності зі зростанням їх інтернальності та емоційної комфортності прийняття себе і інших людей, та схильністю до домінування. Водночас спостерігаються від'ємні кореляції асертивності з ескапізмом, і негативними емоціями, що може вказувати на тенденцію до зменшення у таких осіб у міру збільшення їхньої асертивності схильності до уникання реальних проблем та покращення їхнього емоційного самопочуття.

Отриманий у роботі лінійний зв'язок між соціально-психологічною адаптацією та суб'єктивним благополуччям жінок, які перебувають у вимушеній міграції, відбиває спільну динаміку психологічної адаптації та загального самопочуття таких осіб. Доведено, що загальні показники успішності їх адаптації і благополуччя, а також показники їхніх складників не лише корелюють з асертивністю, а і значуще пов'язані між собою. Особливе місце серед них посідає усвідомлення сенсу життя, що найсильніше пов'язано з переживанням благополуччя цими жінками (кореляція високої сили), залишаючи позаду такі психологічні чинники благополуччя, як емоційний комфорт, інтернальність та асертивність особистості.

Отримані дані, демонструючи позитивний зв'язок між рівнем асертивності та успішністю соціально-психологічної адаптації, а також на зв'язок між адаптацією та суб'єктивним благополуччям, відображають дієвий механізм взаємодії між особистісними рисами та психологічним самопочуттям жінок-мігранток у новому для них соціокультурному середовищі. Виявлені зв'язки асертивності як якості особистості з характерними особливостями соціально-психологічної адаптації та суб'єктивного благополуччя таких осіб мають практичне значення для розуміння можливих напрямів психологічної допомоги жінкам з України, які опинилися за кордоном. Подальші дослідження заявленої проблеми можуть допомогти більш глибокому розкриттю природи цього зв'язку та виявити можливості для підвищення якості життя великої групи українських жінок, які волею обставин стали мігрантками, через розвиток їхньої асертивності та сенсожиттєвих інтересів як важливих предикторів соціально-психологічної адаптації та суб'єктивного благополуччя таких осіб.

Внесок авторів: Олена Власова – концептуалізація, методологія, інтерпретація результатів дослідження; Ольга Цикаленко – огляд літератури, збір емпіричних даних та їх валідація, статистичний аналіз даних.

Список використаних джерел

- Лучків, В. З. (2015). Онтогенетична динаміка асертивності в юнацькому віці. *Теоретичні і прикладні проблеми психології*, 3(38), 478–485.
- Мельничук, С. К. (2012). Асертивність як детермінанта розвитку психологічного потенціалу студентів. *Вісник Одеського національного університету імені І. І. Мечникова. Серія "Психологія"*, 17(8), 407–413.
- Путінцев, А. В., & Пашченко, Ю. Є. (2018). Адаптація внутрішньо-переміщених осіб в регіонах України: сутність, поняття, підходи. *Економіка, фінанси, менеджмент: актуальні питання науки і практики*, 9, 110–121.
- Саннікова, О. П., Санніков, О. І., & Подольак, Н. М. (2013). Діагностика асертивності: результати апробації методики "ТОКАС". *Наука і освіта*, 3, 140–144.
- Семиченко, В. А. (2001). *Психологія особистості*. Видавець Ешке О. М.
- Слюсаревський, М. М. (2013). *Психологія міграції*. Імекс ЛТД
- Стець, В. (2016). Особливості процесу соціально-психологічної адаптації мігрантів до нових умов життя. *Проблеми гуманітарних наук. Серія "Психологія"*, 39, 16–25.
- Фальова, О. Є. (2015). Асертивність як фактор самореалізації особистості жінки. *Вісник Харківського національного педагогічного університету імені Г. С. Сковороди*, (50), 258–267.
- Capponi, V., & Novák, T. (2012). *Asertivně do života*. Grada.
- Cheong, P. H., Edwards, R., Goulbourne, H., & Solomos, J. (2007). Immigration, social cohesion and social capital: A critical review. *Critical Social Policy*, 27(1), 24–49. <https://doi.org/10.1177/0261018307072206>
- Harrell-Bond, B. (1986). *Imposing Aid: Emergency Assistance to Refugees*. Oxford University Press.
- Lazarus, A. A. (1961). Group therapy of phobic disorders by systematic desensitization. *Journal of Abnormal and Social Psychology*, 63, 504–510.
- Lazarus, A. A. (1968). Behavior therapy in groups. In G. M. Gazda (Ed.), *Basic approaches to group psychotherapy and group counseling*. Charles C. Thomas.
- Ryan, D., Dooley, B., & Benson, C. (2008). Theoretical Perspectives on Post-Migration Adaptation and Psychological Well-Being among Refugees: Towards a Resource-Based Model. *Journal of Refugee Studies*, 21(1), 1–18. <https://doi.org/10.1093/jrs/fem047>
- Smith, M. J. (2011). *When I Say No, I Feel Guilty*. Random House Publishing Group.

References

- Capponi, V., Novák, T. (2004). *Assertively into life*. Grada [in Czech].
- Cheong, P. H., Edwards, R., Goulbourne, H., & Solomos, J. (2007). Immigration, social cohesion and social capital: A critical review. *Critical Social Policy*, 27(1), 24–49. <https://doi.org/10.1177/0261018307072206>
- Falyova, O. E. (2015). Assertiveness as a factor of self-realization of a woman's personality. *Bulletin of Kharkiv National Pedagogical University named after H. S. Skovoroda*, (50), 258–267 [in Ukrainian].
- Harrell-Bond, B. (1986). *Imposing Aid: Emergency Assistance to Refugees*. Oxford University Press.
- Lazarus, A. A. (1961). Group therapy of phobic disorders by systematic desensitization. *Journal of Abnormal and Social Psychology*, 63, 504–510.
- Lazarus, A. A. (1968). Behavior therapy in groups. In G. M. Gazda (Ed.), *Basic approaches to group psychotherapy and group counseling*. Charles C. Thomas.
- Luchkiv, V. Z. (2015). Ontogenetic dynamics of assertiveness in youth. *Theoretical and applied problems of psychology*, 3(38), 478–485 [in Ukrainian].
- Melnichuk, S. K. (2012). Assertiveness as a determinant of the development of students' psychological potential. *Bulletin of the Odesa National University named after I. I. Mechnikov. "Psychology" series*, 17(8), 407–413 [in Ukrainian].
- Putintsev, A. V., & Pashchenko Yu. Ye. (2018). Adaptation of internally displaced persons in the regions of Ukraine: essence, concepts, approaches. *Economics, finance, management: topical issues of science and practice*, 9, 110–121 [in Ukrainian].
- Ryan, D., Dooley, B., & Benson, C. (2008). Theoretical Perspectives on Post-Migration Adaptation and Psychological Well-Being among Refugees: Towards a Resource-Based Model. *Journal of Refugee Studies*, 21(1), 1–18. <https://doi.org/10.1093/jrs/fem047>
- Sannikova, O. P., Sannikov, O. I., & Podolyak, N. M. (2013). Diagnostics of assertiveness: results of approbation of the "TOKAS" technique. *Science and education*, 3, 140–144 [in Ukrainian].
- Semychenko, V. A. (2001). *Personality psychology*. Publisher Eshke O. M. [in Ukrainian].
- Slyusarevskiy, M. M. (2013). *Psychology of migration*. Imeks LTD [in Ukrainian].
- Smith, M. J. (2011). *When I Say No, I Feel Guilty*. Random House Publishing Group.
- Stets, V. (2016). Peculiarities of the process of socio-psychological adaptation of migrants to new living conditions. *Problems of humanitarian sciences. "Psychology" series*. 39, 16–25 [in Ukrainian].

Отримано редакцією журналу / Received: 19.01.24

Прорецензовано / Revised: 01.04.24

Схвалено до друку / Accepted: 15.05.24

Olga TSYKALENKO, Master of Arts

ORCID ID: 0000-0001-5070-5349

e-mail: for_olga@i.ua

Taras Shevchenko National University of Kyiv, Kyiv, Ukraine

Olena VLASOVA, DSc (Psychol.), Prof.

ORCID ID: 0000-0000-9894-0038

e-mail: olenavlasova@knu.ua

Taras Shevchenko National University of Kyiv, Kyiv, Ukraine

ASSERTIVENESS AS A SOCIAL AND PSYCHOLOGICAL FACTOR OF ADAPTATION OF MIGRANT WOMEN

Background. Assertiveness is considered to be a significant characteristic of a woman, which determines her ability to effectively interact with the surrounding society on an equal footing and maintain mental health. The article presents a study of assertiveness as a factor in the socio-psychological adaptation of Ukrainian migrant women. The study is based on the hypothesis that there is a positive relationship between the development of assertiveness and the success of social and psychological adaptation of migrant women. It is assumed that the presence of assertiveness in such women is also associated with their higher subjective well-being.

Methods. To obtain empirical data, the following methods were used: "Research of Assertiveness Level" (V. Capponi and T. Novak), Method of Social-Psychological Adaptation by C. Rogers and R. Diamond, "PERMA-Profilier" Questionnaire (Butler and Kern). The SPSS Statistics version 26.0 statistical package and the standard MS Excel program package were used to analyze the obtained data. Descriptive statistics are used to calculate group mean, minimum and maximum values, and standard deviation of mass data. Also applied: Kolmogorov – Smirnov and Shapiro – Wilk criteria, Kruskal-Wallis criterion for independent samples, and Pearson's correlation coefficient.

Sample. 52 Ukrainian women aged 19 to 72 years who, because of the Russian-Ukrainian war, became migrants or ended up in safer regions of Ukraine as internally displaced persons.

Results. During the study, direct connections of assertiveness as a factor in the organization of the interaction of migrant women with representatives of an unfamiliar environment with the effectiveness of their social and psychological adaptation processes and the level of subjective well-being were statistically confirmed.

Conclusions. Assertiveness is a statistically significant factor that helps Ukrainian women, who ended up abroad because of the war, to overcome life challenges associated with a forced change in the social and cultural environment.

Keywords: forced migration, resettled women, assertiveness, socio-psychological adaptation, subjective well-being.

Автори заявляють про відсутність конфлікту інтересів. Спонсори не брали участі в розробленні дослідження; у зборі, аналізі чи інтерпретації даних; у написанні рукопису; в рішенні про публікацію результатів.

The authors declare no conflicts of interest. The funders had no role in the design of the study; in the collection, analyses or interpretation of data; in the writing of the manuscript; in the decision to publish the results.