



УДК 159.923.2

<https://www.doi.org/10.33910/3034-4255-2024-1-3-298-304>

Особенности асертивности личности с разными типами репрезентации телесности и преодоления стресса

Л. В. Лежнина, П. О. Шустова✉

Аннотация. В статье представлены результаты эмпирического исследования асертивности при разных типах репрезентации телесности и стратегиях преодоления стресса. Целью выполненного исследования явилось изучение особенностей асертивности личности с разными типами репрезентации телесности и преодоления стресса на основе кластерного анализа. Эмпирическую выборку составили 216 респондентов, в том числе 71 обучающийся подросткового возраста, 69 обучающихся юношеского возраста и 76 студентов возрастной группы «молодость» (от 13 до 33 лет). Для сбора эмпирических данных использовался тест-опросник «Исследование уровня асертивности» (модифицированный В. Капони, Т. Новак), для изучения телесности — опросник саморефлексии телесного потенциала (Г. В. Ложкин, А. Ю. Рождественский), а также для юношеской выборки — опросник «Стратегии преодоления стрессовых ситуаций» (С. Хобфолл). Кластеризация эмпирической выборки по параметрам асертивности, типам репрезентации телесности и стратегиям преодоления стрессовых ситуаций позволила выделить некоторые статистически значимые межгрупповые различия. Представленные результаты кластерного анализа свидетельствуют о наличии особенностей асертивности по всем шкалам опросника при личностном и конформном типах репрезентации телесности, а также при разных стратегиях преодоления стресса в юности.

Ключевые слова: асертивность, уверенность, тип репрезентации телесности, стресс, стратегии преодоления, подростковый возраст, юношеский возраст, молодость

Assertiveness in individuals with different types of physicality representation and stress coping

L. V. Lezhnina, P. O. Shustova✉

Abstract. The article presents the results of an empirical study of assertiveness in individuals with different types of physicality representation and different stress coping strategies. The study employed the method of cluster analysis. The empirical sample consisted of 216 respondents: 71 students aged 13–15 years, 69 students aged 17–20 and 76 students aged 20–33 years. We used the following methods to collect empirical data: The Assertiveness Test (modified by V. Kaponi, T. Novak); The Bodily Potential Self-Reflection Questionnaire (G. V. Lozhkin, A. Yu. Rozhdestvensky) to study physicality; and, specifically for respondents aged 17–20. The Strategic Approach to Coping Scale (S. Hobfall). We performed clustering of the empirical sample according to the parameters of assertiveness, types of physicality representation and stress coping strategies, which made it possible to identify statistically significant intergroup differences. The results of the cluster analysis indicate the presence of specific features of assertiveness on all the scales of The Assertiveness Test in individuals with the personal and conformal types of physicality representation, and in individuals with different stress coping strategies (the latter applies to respondents aged 17–20 years).

Keywords: assertiveness, confidence, type of physicality representation, stress, coping strategies, adolescence (17–20), youth

Введение

Главным предназначением системы образования было и остается приобщение подрастающего поколения к достижениям цивилизации, сохранение культуры и традиций, передача опыта, формирование гражданской позиции, развитие универсальных компетенций, необходимых для реализации личности в различных сферах жизнедеятельности.

Достижение этих задач требует не только организации учебного процесса усвоения знаний и способов их применения на практике, но создания благоприятной для развития субъектов образовательной среды (Концепция развития... 2022).

Среди множества так называемых «гибких или мягких навыков» (soft skills), необходимых личности в любой области реализации (критическое мышление, умение учиться, взаимодействовать с другими и пр.), особое место занимает ассертивность, сочетающая в себе целый комплекс «мягких навыков», позволяющих чувствовать себя уверенно.

Ассертивная личность способна «отстаивать собственные интересы и умение отвечать за осуществленный выбор ... уважительно относиться к другим людям» (Зеленина 2022). Такой человек, открыто и свободно выражает свои чувства и эмоции, имеет свое мнение и знает его ценность, он активный, независимый, решительный, но при этом не нарушает права и интересы других. На основании вышесказанного, ассертивность рассматривается в данной работе как психологическое свойство личности, проявляющееся в способности уверенно и конструктивно отстаивать свою позицию, уважительно относиться к окружающим и их мнению, нести ответственность за свое поведение, действия и слова.

Согласно ряду исследований, ассертивность положительно коррелирует с возрастными особенностями и изменениями, хотя эта связь носит неустойчивый характер, однако статистически значима (Шейнов 2014). В разные возрастные периоды ассертивность имеет отличительные особенности: в подростковом возрасте зависит от эмоциональной устойчивости и позитивного самоотношения; в юности сопряжена с агрессивными действиями, однако в процессе рефлексии поведение корректируется общественными нормами (Трошихина, Навдушевич 2023). В обществе ассертивное поведение ожидают в большей степени от представителей возраста молодости (Шейнов 2014).

На наш взгляд, при исследовании ассертивности как психологического свойства личности необходимо учитывать переменную телесности, поскольку уверенный человек положительно воспринимает в том числе свое тело и телесные возможности. Г. В. Ложкин и А. Ю. Рождественский отмечают, что телесность «... связана с генезисом, возрастной динамикой и спецификой субъективного отражения человеком собственной телесности в переживаниях и оценочных суждениях» об окружающей действительности (Ложкин, Рождественский 2004, 28).

Современные исследования наводят на необходимость изучения ассертивности при разных типах репрезентации телесности и в связи с избираемыми стратегиями преодоления стрессовых ситуаций.

Выявлено, что «ассертивность как установка на открытое выражение чувств и интересов отрицательно связана с уровнем стресса ... и, незначительно, связана с вербальной агрессией» (Лепехин и др. 2023, 102). Уверенное выражение своих чувств и мыслей, отстаивание своей позиции без нарушения личных границ другого человека в совокупности с доброжелательностью позволяют человеку преодолевать стрессовые и конфликтные ситуации (Лепехин и др. 2023).

Организация и методы исследования

Целью данного исследования явилось изучение особенностей ассертивности личности с разными типами репрезентации телесности и преодоления стресса. Эмпирическое исследование проводилось в несколько этапов: 1) изучение ассертивности с разными типами репрезентации телесности в подростковом возрасте (2021–2022) (Шустова 2022); 2) изучение ассертивности с разными типами репрезентации телесности в молодости (2022–2023) (Шустова 2023); 3) возрастное-сравнительное изучение особенностей ассертивности с разными типами репрезентации телесности, а также их соотношения со стратегиями преодоления стресса в юности (2023–2024) (Шустова 2024). Выборку составили 216 респондентов трех возрастных групп (подростковый возраст, юность и молодость), из них 161 девушка и 55 юношей в возрасте от 13 до 33 лет.

Сбор данных проводился с помощью тест-опросника «Исследование уровня ассертивности» (модифицированный В. Каппони, Т. Новак), опросника саморефлексии телесного потенциала (Г. В. Ложкин, А. Ю. Рождественский), а также опросника «Стратегии преодоления стрессовых ситуаций» (С. Хобфолл) на третьем этапе исследования.

Обработка полученных данных осуществлялась с помощью кластерного анализа. Для иерархического кластерного анализа в программе SPSS применялась группировка как объектов, так и переменных. Статистический анализ различий в выделенных кластерах осуществлялся с использованием U-критерия Манна — Уитни и H-критерия Краскала — Уоллеса.

В результате кластерного анализа эмпирическая выборка разделилась на три кластера без значимых различий по полу и возрасту (табл. 1).

Результаты исследования

Анализ показателей телесности и асертивности в выделенных кластерах (табл. 2) позволяет представить их качественную характеристику.

Первый кластер составили респонденты с личностным типом репрезентации телесности. При личностном типе наблюдается высокая интенсивность и интегрированность связей между большинством переменных: личность положительно воспринимает собственное Я, проявляет уверенность в достижении жизненных целей и готовность к преодолению неудач за счет своих возможностей и самоактивности. Акцент делается на собственном Я, которое сопровождается чрезмерной склонностью носителей этого типа к рационализации. Это, как правило, заканчивается построением жизненного проекта с наименьшим количеством альтернативных вариантов жизненного пути, а значит, и недостаточной гибкостью механизмов саморегуляции. Семь из десяти респондентов данного кластера достаточно независимы что

Табл. 1. Характеристика состава кластеров по полу и возрасту

Table 1. Cluster composition by gender and age

Кластеры	Соотношение по полу		Возраст		
	Мужской	Женский	Подростковый (13–15)	Юношеский (17–20)	Молодость (20–33)
Кластер 1 (n = 85)	22,4 %	77,6 %	27 %	36,5 %	36,5 %
Кластер 2 (n = 56)	30,4 %	69,6 %	39,3 %	39,3 %	21,4 %
Кластер 3 (n = 75)	28 %	72 %	34,7 %	21,3 %	44 %

Табл. 2. Показатели телесности и асертивности в выделенных кластерах

Table 2. Scores of physicality and assertiveness in the identified clusters

Параметры			1-й кластер (n = 85)	2-й кластер (n = 56)	3-й кластер (n = 75)	H-критерий Краскала — Уоллеса
Тип телесности	Витальный тип		0	1,8 %	0	H/ $\chi^2 = 199,99$ $p < 0.001$
	Конформный тип		0	98,2 %	2,7 %	
	Личностный тип		100 %	0	97,3 %	
Асертивность	Независимость	независимость	0	0	10,6 %	H = 0.73 $p = 0.694$
		достаточная независимость	74,1 %	64,3 %	50,7 %	
		зависимость	25,9 %	35,7 %	38,7 %	
	Уверенность	решительность	98,8 %	50 %	6,7 %	H = 136,14 $p < 0.001$
		асертивность	1,2 %	50 %	86,6 %	
		страх	0	0	6,7 %	
	Социальная желательность	завышенная самооценка	5,9 %	1,7 %	0	H = 4.98 $p = 0.083$
		промежуточная позиция	56,5 %	67,9 %	52 %	
		искренность	37,6 %	30,4 %	48 %	

проявляется в самостоятельности при принятии решений и достижении поставленных целей. Практически все респонденты (98,8 %) данного кластера характеризуются такими волевыми качествами личности, как решительность, умение адекватно оценивать свои возможности, критично относиться к своим недостаткам.

Второй кластер представлен респондентами с конформным типом репрезентации телесности. Отличительной особенностью данного типа является наличие блока, в основе которого показатели просоциального содержания, а именно ряд конкретно создаваемых на этой почве показателей Я-структуры и диапазон жизненных выборов. Лица с конформным типом меняют свое мнение под влиянием внешних обстоятельств (мнений других людей), а не внутренних убеждений. Обычно они склонны к морализаторству и консерватизму, а их главное жизненное кредо — «быть, как все». Более трети участников данного кластера демонстрируют зависимость, половина респондентов — решительность, а другая половина — собственно ассертивность. Две трети участников данного кластера имеют промежуточную позицию социальной желательности. При ответах на вопросы опросника респонденты понимают провокационный характер вопросов и отвечают искренне. Мы говорим о соответствии внутренней системы ценностей и норм, принятых в об-

ществе, внешним проявлениям в действиях и поступках.

В третьем кластере доминируют представители возрастной группы «молодость» (44 %) и подростки (34,7 %) с личностным типом репрезентации телесности и высокой ассертивностью (86,6 %).

Особенностью эмпирической выборки является практическое отсутствие витального типа репрезентации телесности (1 чел.).

Применение статистического метода Н-критерия Краскала — Уоллеса подтвердило наличие значимых различий в распределении типов репрезентации телесности ($H = 199,99$ при $p < 0,001$) и проявлений ассертивности по шкале «уверенность» (решительность, ассертивность, страх) ($H = 136,14$ при $p < 0,001$). Таким образом, при личностном типе репрезентации телесности могут наблюдаться высокие показатели решительности (1-й кластер) или собственно ассертивности (3-й кластер), в то время как при конформном типе репрезентации телесности наблюдается пропорциональность данных параметров шкалы уверенности.

Далее на третьем этапе исследования рассматривалось соотношение показателей ассертивности с используемыми стратегиями преодоления стресса на примере юношеского возраста. В результате кластерного анализа было выделено две группы респондентов (табл. 3).

Табл. 3. Показатели ассертивности и стратегий преодоления стресса в юности

Table 3. Scores of assertiveness and stress coping strategies in respondents aged 17–20 years

Параметры			1-й кластер (n=45)	2-й кластер (n=24)	U-критерий Манна — Уитни
Ассертивность	Независимость	независимость	6,7 %	4,1 %	$U_{\text{эмп}} = 304 < U_{\text{кр}} = 354$ $p \leq 0,01$
		достаточная независимость	71,1 %	54,2 %	
		зависимость	22,2 %	41,7 %	
	Уверенность	решительность	71,1 %	66,7 %	$U_{\text{эмп}} = 539 > U_{\text{кр}} = 408$ $p \leq 0,05$
		ассертивность	28,9 %	29,2 %	
		страх	0	4,2 %	
	Социальная желательность	завышенная самооценка	2,2 %	0	$U_{\text{эмп}} = 400 < U_{\text{кр}} = 408$ $p \leq 0,05$
		промежуточная позиция	71,1 %	66,7 %	
		искренность	26,7 %	33,3 %	
Стратегии преодоления стрессовых ситуаций			социальная под- держка; осторож- ные действия; манипулятивные действия (низк. ур); агрессивные дей- ствия (низк. ур)	социальная под- держка; импульсив- ные действия; избе- гание; асоциальные действия; агрессив- ные действия	Контент-анализ

Первый кластер характеризуется высокими показателями достаточной независимости и решительности в действиях, а также промежуточной позицией социальной желательности. В стрессовых ситуациях представители юношеского возраста ищут помощь и поддержку со стороны окружающих и действуют осторожно и обдуманно, не прибегая к манипуляциям и агрессивным действиям).

Во втором кластере выявлен высокий показатель (четверо из десяти) зависимости от общества и мнений окружающих, каждый третий демонстрирует искренность. В стрессовой ситуации также ищут социальную поддержку, но склонны применять и непродуктивные стратегии (избегание, импульсивные, агрессивные, асоциальные действия), которые могут спровоцировать конфликт и испортить сложившиеся отношения. Превыше всего ставится свое мнение и установка «Я сам смогу справиться с трудностями».

Заключение

На основании проведенного исследования, можно сделать вывод, что в изученных смежных возрастах (от подросткового до молодости) доминирующим является личностный тип репрезентации телесности, только четверть респондентов имеют конформный тип телесности, представители витального типа телесности в эмпирической выборке практически отсутствуют.

Значимых различий в асертивности и типах репрезентации телесности в зависимости от возраста и пола не выявлено.

При личностном типе репрезентации телесности отмечаются достаточная независимость и решительность личности в любом из изученных возрастов: субъект положительно воспринимает себя, свои возможности, уверен в достижении целей и готов самостоятельно преодолевать сложности за счет своих сил и самоактивности. Также при данном типе телесности возможно проявление собственно асертивности при снижении автономности личности, что нуждается в дополнительном изучении с целью объяснения.

При конформном типе репрезентации телесности решительность и собственно асертивность (уверенность) присутствуют в равной степени.

Сочетание таких показателей асертивности, как достаточная независимость, решительность и умеренность социальной желательности при-

водят в юношеском возрасте к асертивной (активной) модели преодоления стрессовых ситуаций: активность личности в разрешении трудных ситуаций и взятие ответственности на себя, осторожность в действиях и поступках, продумывание каждого шага, что является психологически безопасным способом решения проблем. В группах с высокими значениями независимости и уверенности юноши готовы попросить помощь и поддержку, доброжелательны и искренни в своих намерениях. В юношеской группе с выраженной зависимостью при преодолении стрессовых ситуаций наблюдаются импульсивность и агрессия в действиях, а также асоциальные формы поведения.

В выделенных кластерах на основе контент-анализа выявлено, что высокий уровень асертивности, принятие себя и своих телесных возможностей определяют успешность в преодолении стрессовых ситуаций. Так, юноши выбирают положительные стратегии, что задает вектор социальному успеху, самоактуализации и самореализации личности. Умение уверенно и с достоинством отстаивать свое мнение, а также справляться со стрессом, преодолевать сомнения в своих действиях при возникновении непредвиденной ситуации является залогом успешности личности в любом возрасте.

Конфликт интересов

Авторы заявляют об отсутствии потенциального или явного конфликта интересов.

Conflict of Interest

The authors declare that there is no conflict of interest, either existing or potential.

Финансирование

Исследование не имело финансовой поддержки.

Funding

The study did not receive any external funding.

Вклад авторов

Авторы внесли равный вклад в подготовку рукописи статьи.

Author Contributions

The authors have made an equal contribution to the preparation of the manuscript of the article.

Литература

- Зеленина, Н. М. (2022) Ассертивность: проблема определения понятия. *Universum: психология и образование: электронный научный журнал*, № 6 (69), с. 31–41.
- Концепция развития психологической службы в системе общего образования и среднего профессионального образования РФ на период до 2025. Утверждена 20 мая 2022 года. (2022) [Электронный ресурс]. URL: <https://minobr.gov-murman.ru/files/%D0%92/kontseptsiya-razvitiya-psikhologicheskoy-sluzhby-ot-20.05.2022.pdf> (дата обращения 15.03.2024).
- Лепехин, Н. Н., Круглов, В. Г., Круглова М. А. и др. (2023) Диспозиционные предикторы конфликтоустойчивости студентов. *Социальная психология и общества*, № 1 (14), с. 92–110. <https://doi.org/10.17759/sps.2023140106>
- Ложкин, Г. В., Рождественский, А. Ю. (2004) Феномен телесности в Я-структуре старшеклассников и содержания их жизненных проектов. *Психологический журнал*, т. 25, № 2, с. 27–33.
- Трошихина, Е. Г., Навдусевич, Г. В. (2023) Личностные предикторы ассертивности в подростковом и раннем юношеском возрасте. *Вестник Костромского Государственного Университета. Серия: Педагогика. Психология. Социокинетика*, т. 29, № 3, с. 62–68.
- Шейнов, В. П. (2014) Возрастные и гендерные факторы ассертивности. *Системная психология и социология*, № 2 (10), с. 118–126.
- Шустова, П. О. (2022) Ассертивность у подростков с разным типом репрезентации телесности. В кн.: *Актуальные вопросы саморазвития личности: психолого-педагогический аспект: сборник материалов Всероссийской научно-практической конференции с международным участием*. Чебоксары: Лару-тăру, с. 80–84.
- Шустова, П. О. (2023) Особенности ассертивности с разным типом репрезентации телесности в молодости. В кн.: *Молодой исследователь: от идеи к проекту: материалы VII Студенческой научно-практической конференции*. Йошкар-Ола: Марийский государственный университет, с. 550–552.
- Шустова, П. О. (2024) Особенности ассертивности личности с разным типом репрезентации телесности и преодоления стресса в юности. В кн.: *Молодой исследователь: от идеи к проекту: материалы VIII Студенческой научно-практической конференции*. Йошкар-Ола: Марийский государственный университет, с. 514–517.

References

- Kontseptsiya razvitiya psikhologicheskoy sluzhby v sisteme obshchego obrazovaniya i srednego professional'nogo obrazovaniya RF na period do 2025. Utverzhdena 20 maya 2022 goda* [Concept for the development of psychological services in the system of general education and secondary vocational education of the Russian Federation for the period until 2025. Approved on May 20, 2022]. (2022) [Online]. Available at: <https://minobr.gov-murman.ru/files/%D0%92/kontseptsiya-razvitiya-psikhologicheskoy-sluzhby-ot-20.05.2022.pdf> (accessed 15.03.2024). (In Russian)
- Lepekhin, N. N., Kruglov, V. G., Kruglova M. A. i dr. (2023) Dispozitsionnye prediktory konfliktoustojchivosti studentov [Dispositional Predictors of Students' Conflict Resilience]. *Sotsial'naya psikhologiya i obshchestva — Social Psychology and Society*, no. 1 (14), pp. 92–110. <https://doi.org/10.17759/sps.2023140106> (In Russian)
- Lozhkin, G. V., Rozhdestvenskij, A. Yu. (2004) Fenomen telesnosti v Ya-strukture starsheklassnikov i soderzhanii ikh zhiznennykh projektov [Phenomenon of fleshliness in self-structure of senior schoolers and the essence of their life projects]. *Psikhologicheskij zhurnal — Psychological Journal*, vol. 25, no. 2, pp. 27–33. (In Russian)
- Troshikhina, E. G., Navdushevich, G. V. (2023) Lichnostnye prediktory assertivnosti v podroostkovom i rannem yunosheskom vozraste [Personal predictors of assertiveness in adolescence and early youthful period]. *Vestnik Kostromskogo Gosudarstvennogo Universiteta. Seriya: Pedagogika. Psikhologiya. Sotsiokinetika — Vestnik of Kostroma State University. Series: Pedagogy. Psychology. Sociokinetics*, vol. 29, no. 3, pp. 62–68. (In Russian)
- Shejnov, V. P. (2014) Vozrastnye i gendernye faktory assertivnosti [Age and gender factors of assertiveness]. *Sistemnaya psikhologiya i sotsiologiya — System Psychology and Sociology*, no. 2 (10), pp. 118–126. (In Russian)
- Shustova, P. O. (2022) Assertivnost' u podroostkov s raznym tipom reprezentatsii telesnosti [Assertiveness in adolescents with different types of physical representation]. In: *Aktual'nye voprosy samorazvitiya lichnosti: psikhologo-pedagogicheskij aspekt: sbornik materialov Vserossijskoj nauchno-prakticheskoy konferentsii s mezhdunarodnym uchastiem* [Topical issues of personal self-development: psychological and pedagogical aspect: collection of materials of the All-Russian scientific and practical conference with international participation]. Cheboksary: Laru-tăru Publ., pp. 80–84. (In Russian)
- Shustova, P. O. (2023) Osobennosti assertivnosti s raznym tipom reprezentatsii telesnosti v molodosti [Features of assertiveness with different types of physical representation in youth]. In: *Molodoy issledovatel': ot idei k proektu: materialy VII Studencheskoj nauchno-prakticheskoy konferentsii* [Young researcher: From idea to project: Materials of the VII Student Scientific and Practical Conference]. Yoshkar-Ola: Mari State University Publ., pp. 550–552. (In Russian)

- Shustova, P. O. (2024) Osobennosti assertivnosti lichnosti s raznym tipom reprezentatsii telesnosti i preodoleniya stressa v yunosti [Features of assertiveness of individuals with different types of physical representation and coping with stress in youth]. In: *Molodoj issledovatel': ot idei k proektu: materialy VIII Studencheskoj nauchno-prakticheskoy konferentsii* [Young researcher: From idea to project: Materials of the VIII Student Scientific and Practical Conference]. Yoshkar-Ola: Mari State University Publ., pp. 514–517. (In Russian)
- Zelenina, N. M. (2022) Assertivnost': problema opredeleniya ponyatiya [Assertiveness: The problem of defining the concept]. *Universum: psikhologiya i obrazovanie: elektronnyj nauchnyj zhurnal*, no. 6 (69), pp. 31–41.

Сведения об авторах

ЛЕЖНИНА Лариса Викторовна — *Larisa V. Lezhnina*

Марийский государственный университет, Йошкар-Ола, Россия.

Mari State University, Yoshkar-Ola, Russia.

SPIN: 6640-9768, e-mail: flouers@mail.ru

Доктор психологических наук, профессор, профессор кафедры психологии развития и образования.

ШУСТОВА Полина Олеговна — *Polina O. Shustova*

Российский государственный университет им. А. И. Герцена, Санкт-Петербург, Россия

Herzen State Pedagogical University of Russia, Saint Petersburg, Russia.

e-mail: polina_shustova.02@mail.ru

Студентка магистратуры.

Научный руководитель: Королева Наталья Николаевна, доктор психологических наук, профессор, профессор кафедры психологии профессиональной деятельности и информационных технологий в образовании РГПУ им. А. И. Герцена.