

Ассертивное поведение: преимущества и восприятие

В.П. Шейнов

*доктор социологических наук, профессор кафедры психологии и педагогического мастерства, Республиканский институт высшей школы,
г. Минск, Республика Беларусь,
sheinov1@mail.ru*

В данной информационно-аналитической статье проанализированы и обобщены результаты всех доступных зарубежных исследований ассертивности и ассертивного поведения, относящихся к выявлению их преимуществ и восприятию этих феноменов в обществе. Даны предложения по преодолению обнаруженных проблем.

Ключевые слова: ассертивность, ассертивное поведение, преимущества, восприятие, зарубежные исследования.

Ассертивность — это способность человека уверенно и с достоинством отстаивать свои права, не попирая при этом прав других людей.

Ассертивное поведение — это конструктивный способ межличностного взаимодействия, являющийся *альтернативой* деструктивным способам — *манипуляции и агрессии*.

Понятие ассертивности впервые появилось более полувека назад в работах по психологии личности Э. Сэлтера [48], Дж. Вольпе [60], а также Дж. Вольпе и А. Лазаруса [61] в сфере поведенческой терапии.

За 60 лет изучения ассертивности зарубежными исследователями опубликовано более 1000 работ, содержащих огромный теоретический и экспериментальный материал. Развита эффективные методы терапии и тренинги ассертивного поведения, которые помогают человеку стать более успешным. Это направление и сегодня продолжает активно разрабатываться за рубежом.

Отечественные психологи приступили к изучению ассертивности лишь несколько лет назад, редкие ссылки на зарубежные источники свидетельствуют, что основная масса накопленных знаний об ассертивности пока не востребована нашими исследователями.

Этой обзорной статьей мы попытаемся восполнить данный пробел в том, что касается преимуществ ассертивности и ассертивного поведения и восприятия этих феноменов в обществе.

1. Преимущества ассертивности

Ассертивность способствует равенству в человеческих взаимоотношениях; позволяет человеку действовать с учетом его интересов; развивает умение постоять за себя без замешательства, смело выражать свои истинные чувства и пользоваться своими правами без ущерба для прав других [5; 59].

Ассертивное поведение является золотой серединой между агрессивностью и пассивностью, хотя и несет в себе определенные черты и той и другой [53]. Ассертивные люди стремятся открыто выражать свои мысли и чувства, но никого не желают этим оскорбить [11].

Ассертивное поведение *служит профилактикой личностного бессилия* и помогает расширить человеческие возможности [13]. Поэтому повышение уровня ассертивности поведения стало мерой по борьбе с чувством личностного бессилия [5].

В работе М. Беккер с соавт. [41] показано, что ассертивность индивида является серьезным предсказателем его *способности иметь свою собственную точку зрения, добиваться успеха в межличностных отношениях*.

Исследования, проведенные на тему присущих ассертивности факторов доминирования (наличие желания отстаивать свою точку зрения) и автономности (независимость в принятии решений) доказали, что ассертивные люди *менее подвержены стадному инстинкту в оценке явлений*. Так, например, ассертивные люди оценивают спортивные события исходя из того что видели именно они, а не того, что видел кто-то другой [49]. Следовательно, ассертивные индивидуумы *не склонны слепо доверять негативной информации*, из которой складывается плохая репутация.

А. Джинси [29] обнаружила значительную связь между ассертивностью и *эмоциональным интеллектом* у старшеклассников. Так как период взросления — это существенный скачок в развитии, очень важно культивировать ассертивное поведение на этом этапе.

Р. Алберти и М. Эммонс [5] установили, что ассертивные люди, вероятнее

всего, будут успешными в социальных ситуациях, так как они более открыты, выразительны и способны сделать свой собственный выбор, и, как следствие, они должны быть довольны собой.

Дети и взрослые, чье поведение ассертивно, более счастливы, честны, здоровы, ими реже манипулируют. Чувствуя уверенность в себе, они *с большим успехом достигают свои цели*, став взрослыми [19].

К такому выводу приводят и более ранние работы. Так, высокоассертивные участники в исследовании Бруха [12] продемонстрировали лучшие показатели при выполнении заданий большей сложности, чем участники с низкой ассертивностью, что говорит о том, что ассертивные люди более склонны *рассматривать ситуации с разных точек зрения и использовать собственные подходы в принятии решений*.

В исследовании Э. Райан с коллегами [46] показано, что и молодые и пожилые женщины ассертивного поведения *более компетентны*, и у них есть большая вероятность *достигнуть поставленных целей*. Преимущества ассертивного поведения оказались более значимыми в общественных местах, чем, например, в больнице, а также для ситуаций, характеризующихся большей опасностью.

Исследование Дж. Салливана с соавт. [52] показало, что ассертивность соискателя руководящей должности, включающая способность противостоять давлению, *способствует его успеху* в карьерном продвижении.

Взаимоотношения между руководителем и подчиненным укрепляются тем больше, чем выше ассертивность руководства [63]. Ассертивность устанавливает видимую связь между ценностями, взглядами

и поведением. Это поднимает вопросы этического поведения и морали, которые являются важными аспектами в процессе взаимодействия людей [27].

Ассертивное поведение дает *преимущество в критических ситуациях*, которые влекут серьезные последствия. Анализ случаев ожидаемой помощи подтвердил преимущество ассертивного поведения для удовлетворения насущных потребностей [46].

Согласно исследованию Р. Тэнска и П. Роббинса [54], человек с высокими показателями по шкале ассертивности довольно общителен, анализирует свои проблемы, делится ими, активно действует. В отличие от людей с низким уровнем ассертивности, ассертивный человек меньше склонен к раздражительности, уединению или пассивному терпению неудобства. Ассертивность находится в статистически значимой положительной взаимосвязи с таким механизмом *психологической адаптации к стрессу*, как решение проблемы.

Решение проблемы предполагает способность к критике. С. Пиккинин с соавт. [16] установили, *что у высокоассертивных индивидов более сильная мотивация к критике*, чем у низкоассертивных. Их испытуемые заявили как об уверенности в своих способностях к критике, так и в ее успешности.

Однако подобная критичность не носит агрессивного характера. Об этом свидетельствует работа Дж. Вейтлауф с соавт. [57].

Ассертивное общение, являющееся прямым, честным и открытым, в котором наблюдается взаимное уважение людей друг к другу и к их обоюдным правам, *вселяет уверенность и в других людей* [22].

Выбор партнера. Выбор партнера является главным ритуалом, необходимым для романтических отношений. Многочисленные исследования связали понятие ассертивности со способностью выбирать партнера и с просоциальным поведением.

Г. Леже-Лестер [32] провел исследование с 217 студентами колледжа, как юношами, так и девушками, представляющими разные национальности: азиаты, мексиканцы, африканцы, лица кавказской национальности, а также со студентами-представителями многорасовой культуры, обучающимися в разных колледжах. Автором было установлено позитивное взаимовлияние между *способностью строить близкие личные отношения* и ассертивностью ($r = 0.60, p < 0.001$).

Дж. Флора и Дж. Сегрин [17] опубликовали результаты исследования, дающего оценку взаимодействия между навыками общения и степенью удовлетворенности близкими взаимоотношениями для 131 пары, половина из которых только встречались, а половина уже состояла в браке. Была установлена значимая положительная связь между мужской способностью управлять конфликтами и женской удовлетворенностью взаимоотношениями. Позитивная связь также была обнаружена между способностью к эмоциональной поддержке и личным удовлетворением. Каждая из этих способностей является по своей природе одновременно и просоциальной, и ассертивной и напрямую *связана со степенью удовлетворенности взаимоотношениями* со стороны обоих партнеров.

Л. Митрофан и С. Думитраче [38] показали, что ассертивные партнеры более *удовлетворены своими отношениями*. Другое исследование пришло к заключе-

нию, что женщины, повысившие свою ассертивность с помощью соответствующего тренинга, стали более устойчивыми в семейных ссорах [42].

Ассертивность в учебном процессе. Ассертивное поведение положительно соотносится с уровнем IQ и адаптацией в классе [14]. Ребенок, чье поведение является ассертивным, строит планы, ставит цели и упорно пытается достичь их [39]. Учитывая эти результаты, было бы желательно, чтобы детей учили быть ассертивными [45].

Пойразлы с соавт. [4] обнаружили, что существует связь между ассертивностью и успеваемостью, а также с адаптацией. Исследователи пришли к выводу, что студенты с высоким уровнем ассертивности *добиваются больших успехов в обучении*. Это говорит о том, что такие студенты, вероятно, чаще задают вопросы преподавателям либо обращаются за помощью при выполнении заданий и поэтому имеют лучшие результаты. Данный вывод соответствует результатам, полученным А. Бандурой [8], Дж. Мэддоксом и Л. Майер [35], а также Г. Ченом [15].

Изучив уровень ассертивности и отзывчивости, исследователи пришли к выводу, что *студенты относились с большей степенью доверия* к преподавателям, которых они воспринимали как ассертивных и отзывчивых людей. Когда сами учащиеся проявляли высокий уровень ассертивности и воспринимали преподавателей как ассертивных и отзывчивых, степень доверия была еще больше. От людей с высоким уровнем ассертивности и отзывчивости ожидают иного стиля общения, чем от людей с низкими показателями по обоим характеристикам [44].

В работе Э. Хилла [25] показана результативность проведения семинаров с преподавателями вузов по развитию у них ассертивных навыков, в результате чего *возросли уверенность преподавателей* и осуществление ими ассертивного поведения; эти результаты сохранились и спустя 6 месяцев после обучения.

Преодоление страха и стрессов. В когнитивном плане ассертивность чаще всего определяется как отсутствие тревожных мыслей. У. Крафт, У. Литвин и С. Барбер [31] обнаружили, что *повышенный страх смерти* значительно зависит от низкого уровня ассертивности. Люди с высоким уровнем ассертивности *легче справляются с такими трагедиями, как смерть близкого человека*.

В исследовании П. Сайха [47] уровень ассертивности учащихся сравнивался с предрасположенностью к проявлению посттравматического стрессового расстройства в результате преодоления связанных с войной травм. Это исследование ставило целью выяснить, влияет ли состояние тревожности на существующий уровень ассертивности у учащихся. Было обнаружено, что учащиеся, обладающие до военных действий высоким уровнем ассертивности, снизили этот уровень сразу после связанных со стрессом событий, а затем восстановили, а другие — *даже улучшили свой уровень ассертивности в течение двух месяцев*, а затем еще больше улучшали его в течение года после пережитых событий.

В обзоре 29 исследований [30] авторы пришли к выводу, что ассертивность в числе других факторов способствует лучшему приспособлению медсестер-эмигрантов к их новой рабочей среде.

В другом исследовании работы медсестер было установлено, что их ассертив-

ность помогает менее болезненно реагировать на грубость со стороны пациентов и старших по должности коллег [37].

Удовлетворенность жизнью. Установлено [34], что ассертивность положительно и статистически высокозначимо ($r = 0.27, p < 0.001$) коррелирует с *удовлетворенностью жизнью*.

В исследовании М. Уитли и С. Поулсена [58] работающих женщин показана положительная связь между их ассертивностью и *сексуальной удовлетворенностью*, как и «более разнообразной сексуальной активностью».

Й. Лоунсбери с соавт. [6] установили, что ассертивность способствует *удовлетворенности карьерой* научных работников. Более того, оказалось, что дискурсивная ассертивность входит в структуру научного мышления [36].

Ассертивность является важным предиктором (предшествующим фактором) *успеха* в любой области бизнеса, особенно в управлении и на руководящих должностях [23].

2. Восприятие ассертивного поведения

Сравнительный анализ типов поведения. Р. Вулфолк и С. Девер [62], Д. Халл и Х. Шредер [26] изучили реакцию студентов колледжа на неассертивное, ассертивное и агрессивное поведение, и все эти исследователи пришли к выводу, что *ассертивность воспринимается более адекватной, нежели агрессия*. Д. Халл и Х. Шредер [26] установили, что ассертивное поведение *более способствует достижению цели*, чем неассертивное. Ни одно из этих исследований не выявило различий, связанных с полом испытуемых.

Восприятие стратегий ассертивного поведения. В ряде работ изучалось воздействие разных вариантов ассертивного поведения. Например, ответы с долей юмора воспринимаются с большей благосклонностью, чем те, которые сказаны в манере серьезного ассертивного поведения [46].

Этот результат показывает, что *непрямые стратегии* ассертивного поведения могут оказаться более эффективными в ситуациях, которые в меньшей степени ассоциируются с преимуществом ассертивного поведения.

Восприятие обвинительных коммуникаций. Когда люди реагируют на межличностный конфликт с использованием обвинений или осуждения, например, используя ругательные слова, это может вызвать противодействие и препятствовать разрешению конфликта. Практика подтверждает теоретические взгляды Л. Берковица [9] и А. Стаатс [50], которые показали, как мысли и ощущения, непреднамеренно вызванные словами, могут повлиять на поведение. И А. Стаатс, и Л. Берковиц утверждали, что значения слова включают и семантические ассоциации, и эмоциональные реакции на слова, и что слова могут автоматически вызывать определенные идеи, чувства и поведение. Л. Берковиц (1973) полагал, что агрессия часто не планируется или не ожидается, но выплескивается импульсивно, автоматически в ответ на провокационные внешние раздражители. Позднее было объяснено [3, с. 135], что происходит это в результате действия закономерности, которую автор данной статьи назвал «*эскалацией конфликтогенов*» [2, с. 13].

Из этого следует, что когда люди вовлечены в межличностный конфликт, не-

заметные различия в «выборе слов» при способах реагирования и ответа могут приводить совсем к другим результатам.

Люди, которые показывают, что сердиты, могут побуждать других к «драке», тогда как люди, которые говорят, что напуганы, расстроены или обеспокоены, могут более вероятно вызвать сострадание и проявление заботы со стороны других [10; 55].

А. Биглан с соавт. [10] обратились к этой проблеме, предлагая, чтобы люди, участвующие в их эксперименте, оценили супружеские заявления, изображающие обеспокоенность или агрессию с точки зрения чувств и поведения, и сообщили, что это заявление вызвало у них самих. Исследователи обнаружили, что обеспокоенное поведение (как разновидность ассертивного) вызывало, как правило, чувство заботы, тогда как агрессивное поведение — враждебные и конфликтные реакции.

В исследовании С. Кубани с соавт. [28] группу из сорока студенток попросили обсудить важные проблемы их личных отношений с близким партнером и оценить эмоциональные и поведенческие реакции на четыре вида заявлений: 1) ассертивное сообщение о несчастье; 2) ассертивное проявление гнева (раздражения); 3) обвинительное сообщение о несчастье; 4) обвинительное проявление гнева. *Обвинительное заявление было оценено отрицательно и вызвало более негативные эмоциональные и поведенческие реакции, чем ассертивные заявления.* Гневные заявления вызвали более отрицательные эмоциональные ответы, чем заявления со словами «несчастье».

Обучение ассертивности. Как было сначала предположено Эндрю Сэлтером [48], а затем опытным путем продемон-

стрировано Р. Херсеном с соавт. [24], обучение ассертивности *может ослабить чувство беспокойства.*

Исследование Д. Флауэrsa выявило, что испытуемые, прошедшие тренинг ассертивности, продемонстрировали значительно большую *ясность своих целей* при одновременном улучшении показателя ассертивности, нежели до тренинга. Но ясность цели — неотъемлемая часть успеха [18].

Дж. Вейтлауф с соавт. [57] показали, что обучение ассертивности *привело к уменьшению враждебности и агрессии.*

М. Гупта с соавт. [21] установили, что тренинг ассертивности *повышает уровень самооценки* учеников.

Многочисленные исследования продемонстрировали, что обучение ассертивности может *повысить уровень уверенности поведения в межличностных отношениях* [33], при *кадровом собеседовании* [7], в ситуациях *публичного выступления* [20] и *группового обсуждения* [33]. Исследования показывают, что благоприятные изменения в результате обучения сохраняются, как минимум, в течение года [56].

Для женщин, переживающих кризис среднего возраста, тренинг ассертивного поведения дает потенциал, помогающий преодолевать соответствующие конфликты [51].

Выводы

Ассертивность способствует достижению поставленных целей, развитию коммуникативных навыков, повышению самоуважения и компетентности, помогает принимать более взвешенные решения, удерживать ситуацию под кон-

тролем, выстраивать близкие отношения, добиваться больших успехов в обучении.

Ассертивные люди предпочитают делать выводы, основанные на собственных наблюдениях, у них больше шансов для достижения положительных результатов в контактах с окружающими, они более удовлетворены отношениями и жизнью в целом.

Ассертивное поведение является золотой серединой между агрессивностью и пассивностью, служит профилактикой личностного бессилия, дает преимущество в критических ситуациях и положительно взаимосвязано с таким механизмом психологической адаптации к стрессу, как решение проблемы.

Тренинг ассертивности усиливает чувства уверенности и собственного достоинства и уменьшает беспокойство, враждебность и агрессию.

Предложения по преодолению обнаруженных проблем

1. Подавляющее большинство приведенных в данном обзоре экспериментальных результатов получено зарубеж-

ными исследователями с помощью теста ассертивности Ратуса [43], надежность и валидность которого установлена в англоязычном социуме. Нами показано, что аналогичные русскоязычные тесты ассертивности ненадежны и невалидны, поэтому предложена авторская методика измерения ассертивности, доказана ее надежность и валидность, и с ее помощью получен (и представлен) ряд новых результатов [1]. Использование этой методики создает необходимую базу для экспериментальных исследований ассертивности в русскоязычном социуме.

2. По нашему мнению, приведенные результаты зарубежных коллег создают обширное поле деятельности для отечественных психологов. Они указывают перспективные направления исследований ассертивности, облегчают формирование рабочих гипотез, позволяют сравнивать получаемые результаты, проводить их межкультурную адаптацию и т. д.

Автор надеется, что все это позволит активизировать и значительно продвинуть исследования ассертивности в русскоязычном социуме, поднять их на более высокий уровень.

ЛИТЕРАТУРА

1. Шейнов В.П. Разработка теста ассертивности, удовлетворяющего требованиям надежности и валидности // Вопросы психологии. 2014. № 2. С. 107—116.
2. Шейнов В.П. Конфликты в нашей жизни и их разрешение. Минск: Амалфея, 1996. 280 с.
3. Шейнов В.П. Управление конфликтами: Теория и практика. Минск: Харвест, 2010. 912 с.
4. Adjustment problems of Turkish international student studying in the U.S. / Poyrazli S., Arbona C., Bullington R., Pisecco S.J. // Coll. Stud., 2001. № 35. P. 52—62.
5. Alberti R.E., Emmons M.L. Your perfect right: A guide to assertive behavior. San Luis Obispo, California: Impact, 1975. 118 p.
6. An investigation of the personality traits of scientists versus nonscientists and their relationship with career satisfaction / Lounsbury J.W., Foster N., Patel H., Carmody P., Gibson L.W., Stairs D.R. // R&D Management. 2012. Vol. 42, Issue 1, January. P. 47—59.

7. *Austin M.F., Grant T.N.* Interview training for college students disadvantaged in the labor market: Comparison of live instructional techniques // *Journal of Counseling Psychology*. 1981. Vol. 28. P. 72—75.
8. *Bandura A.* *Social Foundation of Thought and Action: A Social Cognition Theory*. Englewood Cliffs, NJ: Prentice Hall, 1986.
9. *Berkowitz L.* Words and symbols as stimuli to aggressive responses // *Control of Aggression: Implications From Basic Research / J.F. Knutson (ed) Chicago: Aldine-Atherton*, 1973. P. 113—143.
10. *Biglan A. et al.* Impact of distressed and aggressive behavior / Biglan A., Rothlind I., Hops H., Sherman L. // *Journal of Abnormal Psychology*. 1989. Vol. 98. P. 218—228.
11. *Bowen D.D.* Toward a viable concept of assertiveness // *Experiences in management and organizational behavior / D.T. Hall, D.D. Bowen, R.J. Lewicki, F.S. Hall (Eds.)*. 2nd ed. N.Y.: John Wiley & Sons, 1982.
12. *Bruch M.A.* A task analysis of assertive behavior revisited: Replication and extension // *Behavior Therapy*, 1981. Vol. 12. P. 217—230.
13. *Butler P.E.* *Self-Asserter for Women*. Harper and Row, San FaiKisco, 1981.
14. *Cartledge G., Milburn J.F.* The case for teaching social skills in the classroom // *Review of Educational Research*. 1978. № 1. P. 133—156.
15. *Chen G.M.* Communication Adaptability and Interaction Involvement as Predictors of Cross-cultural Adjustment // *Communication Reports*. 1992. № 9. P. 33—41.
16. *Current Psychology: Developmental 9. Learning Personality/ Piccinin S., McCarrey M., Fairweather D., Vito D., Conrad G.* // *Social Spring*. 1998. Vol. 17, № 1. P. 75—91.
17. *Flora J., Segrin J.* Social skills are associated with satisfaction in close relationships // *Psychological Reports*. 1999. Vol. 84. P. 803—804.
18. *Flowers J.V.* Goal clarity as a component of assertive behavior and a result of assertion training // *Journal of Clinical Psychology*. 1978. Vol. 34, № 3, July. P. 744—747.
19. *Gökalan Z.B.* İlköğretim okulu öğrencilerinin (12—14 yaş) benlik tasarımı, atilganlık ve kendini açma düzeyleri ile akademik başarıları arasındaki ilişki. Selcuk University, Konya, 2000.
20. *Grossberg J.* Successful behavior therapy in a case of speech phobia // *Journal of Speech and Hearing Disorders*. 1965. Vol. 30. P. 285—288.
21. *Gupta M., Hooda R.C., Kumar J.* Effect of different techniques of assertiveness training on students self-concept // *Recent Researches in Education and Psychology*. 2002. № 7. P. 19—24.
22. *Hartley P.* *Interpersonal communication*. London & New York: Routledge, 1999. 264 p.
23. *Henman L.* F2 leadership [Electronic resource] // Retrieved. 2006. Vol. 22, June. Available at: <http://ezinearticles.com/?F2-Leadership&id=42167> (Accessed: 28.06.2014).
24. *Hersen R., Eisler R.M., Miller P.M.* Development of Assertive Responses: Clinical Measurement and Research Considerations // *Behavior Research and Therapy*. 1973. Vol. 11. P. 505—521.
25. *Hill E.H.* Development of an Assertiveness Training Module for College-Level Instructors. 1977. 38 p.
26. *Hull D.B., Schroeder H.E.* Some interpersonal effects of assertion, nonassertion and aggression // *Behavior Therapy*. 1979. Vol. 10. P. 20—28.

27. *Ikiz F.E.* Self-perceptions about properties affecting assertiveness of trainee counselors // *Social behavior and personality*. 2011. Vol. 39, Issue. 2. P. 199—206.
28. Impact of Assertive and Accusatory Communication of Distress and Anger: A Verbal Component Analysis / *Kubany E.S., Richard D.C., Bauer G.B., Muraoka M.Y.* // *Aggressive Behavior*. 1992. Vol. 18, Issue 5. P. 337—347.
29. *Jinsi A.J.* Self Assertiveness and Emotional Intelligence of Higher Secondary Students. Unpublished M. Ed dissertation, Farook Training College, University of Calicut, 2006.
30. *Kawi J., Xu Y.* Facilitators and barriers to adjustment of international nurses: an integrative review // *International Nursing Review*. 2009. Vol. 56, Issue 2, June. P. 174—183.
31. *Kraft W.A., Litwin W.J., Barber S.E.* Religious orientation and assertiveness: Relationship to death anxiety // *The Journal of Social Psychology*. 1986. № 127. P. 93—95.
32. *Lesure-Lester G.E.* Dating competence, social assertion and social anxiety among college students // *College Student Journal*. 2001. Vol. 35. P. 317—321.
33. *Lewittes H.J., Bern S.L.* Training women to be more assertive in mixed-sex task-oriented discussions // *Sex Roles*. 1983. № 9. P. 581—596.
34. *Lounsbury J.W.* Personality Characteristics of Business Majors as Defined by the Big Five and Narrow Personality Traits. N.Y., 2009.
35. *Maddux J.E., Meier L.J.* Self-efficacy and Depression // *Self-efficacy, adaptation and adjustment: Theory, Research and Application* / J.E. Maddux (ed.). N.Y.: Plenum Press, 1995. P. 143—172.
36. *Magno C.* Assessing the Relationship of Scientific Thinking, Self-regulation in Research, and Creativity in a Measurement Model // *The International Journal of Research and Review*. 2011. Vol. 6, Issue 1. P. 17—47.
37. *Martin A. Gray C., Adam A.* Nurses Responses to Workplace Verbal Abuse: A Scenario Study of the Impact of Situational and Individual Factor // *Research & Practice in Human Resource Management*. 2007. Vol. 15, Issue 2. P. 41—61.
38. *Mitrofan L., Dumitrache S.D.* Interconnections between Assertiveness and Empathy in Couple Relationships // *Journal of Experiential Psychotherapy*, 2012.
39. *Onur B.* Ergenlik psikolojisi. Ankara: Hacettepe Tas, 1987. 240 p.
40. *Onur E.P.* Cocuklarda ozguven ve kosullar?. III. National Psychology Congress, Turkish Psychological Association, 1985.
41. Predicting Individual Differences in Autonomy — Connectedness: The Role of Body Awareness, Alexithymia, and Assertiveness / *Bekker M.H.J., Croon M.A., van Balkom E.G.A., Vermeë J.B.G.* // *Journal of Clinical Psychology*. Vol. 64, Issue 6. P. 747—765.
42. *Qurotul U.* The Assertiveness Training to Increase Resilience of Spouse Abuse. 2005.
43. *Rathus S.A.* A 30-item schedule for assessing behavior // *Behavior Therapy*. 1973. Vol. 4. P. 298—406.
44. *Richmond V.P., McCroskey J.C.* Reliability and separation of factors on the assertiveness-responsiveness measure // *Psychological Reports*. 1990. Vol. 67. P. 449—450.
45. *Rotheram M.J., Armstrong M., Booraem C.* Assertiveness training in fourth and fifth grade children // *American Journal of Community Psychology*. 1982. Vol. 10, Issue 5. P. 567—582.
46. *Ryan E.B., Anas A.P., Mays H.* Assertiveness by Older Adults with Visual Impairment: Context Matters // *Educational erotology*. 2008. Vol. 34. P. 504, 512—515.

47. *Saigh P.A.* Anxiety, depression, and assertion across alternating intervals of stress // *Journal of Abnormal Psychology*. 1988. Vol. 97, Issue 3. P. 338—341.
48. *Salter A.* *Conditioned reflex therapy* N.Y.: Capricorn, 1949. 245 p.
49. *Scheer J.K., Ansoorge C.J., Howard J.* Judging bias induced by viewing contrived videotapes: A function of selected psychological variables // *Journal of Sport Psychology*. 1983. Vol. 5. P. 427—437.
50. *Staats A.W.* *Social Behaviorism*. Homewood, IL: Dorsey Press, 1975. 655 p.
51. *Stringer-Moore D.M.* *Uses of Assertiveness Training for Women in Midlife Crises*, 1981. 10 p.
52. *Sullivan J. J., Albrecht T. L., Taylor S.* Process, Organizational, Relational, and Personal Determinants of Managerial Compliance-gaining Communication Strategies // *Journal of Business Communication*. 1990. Vol. 27, Issue 4. P. 331—355.
53. *Swimmer G.I., Ramanaiah N.V.* Convergent and discriminant validity of selected assertiveness measures // *Journal of Personality and Social Psychology*. 1985. Vol. 49. P. 243—249.
54. *Tanck R.H., Robbins P.R.* Assertiveness, locus of control and coping behaviors to diminish tension // *Educational Gerontology*. 2008. Vol. 34. P. 503—519.
55. *Thompson R.A., Cowan C.L., Rosenhan D.L.* Focus of attention mediates the impact of negative affect on altruism // *Journal of Personality and Social Psychology*. 1980. Vol. 38. P. 291—300.
56. *Thurman C.W.* Effectiveness of cognitive-behavioral treatments in reducing type A behavior among university faculty // *Journal of Counseling Psychology*. 1985. Vol. 32. P. 74—83.
57. *Weitlauf J.C., Smith R.E., Cervone D.* Generalization effects of coping-skills training: Influence of self-defense training on women's efficacy beliefs, assertiveness, and aggression // *Journal of Applied Psychology*. 2000. Vol. 85, Issue 4, Aug. P. 625—633.
58. *Whitley M.P., Poulsen S.B.* Assertiveness and Sexual Satisfaction in Employed Professional Women // *Journal of Marriage and Family*. 1975. Vol. 37, Issue 3, Aug. P. 573—581.
59. *Wilson K., Gallois C.* *Assertion and Its Social Context*. Elmsford, NY: Pergamon Press, 1993.
60. *Wolpe J.* *Psychotherapy by Reproach Inhibition* Stanford University Press, Stanford, California, 1958.
61. *Wolpe J., Lazarus A.A.* *Behavior therapy techniques: A guide to the treatment of neuroses*. New York: Pergamon Press, 1966.
62. *Woolfolk R.L., Dever S.* Perceptions of assertion, An empirical analysis // *Behavioral Therapy*. 1979. Vol. 10. P. 404—411.
63. *Zhangw Z., Wang M., Fleenor J.W.* Effects of participative leadership: The moderating role of cultural values // *Academy of Management Annual Meeting Proceedings*. 2011. P. 1—6.

Assertive behavior: advantages and perception

V.P. Sheinov

Doctor of Social Sciences, professor of psychology and pedagogical skills,
the Republican Institute for Higher Education, Minsk, Republic of Belarus,
sheinov1@mail.ru

In this information-analytical paper analyzes and summarizes the results of all available international research and assertiveness assertive behavior relating to the identification of their strengths and the perception of these phenomena in society. Are some suggestions for overcoming the problems detected.

Keywords: assertiveness, assertiveness behavior, benefits, perception, overseas studies.

REFERENCES

1. Sheinov V.P. Razrabotka testa assertivnosti, udovletvoraiushchego trebovaniim nadezhnosti i validnosti [Development of the test of assertiveness, satisfying the requirements of reliability and validity]. *Voprosy psikhologii [Questions of psychology]*, 2014, no. 2, pp. 107—116.
2. Sheinov V.P. Konflikty v nashei zhizni i ikh razreshenie [Conflicts in our lives and their resolution]. Minsk: Amalfeia, 1996. 280 p.
3. Sheinov V.P. Upravlenie konfliktami: Teoriia i praktika [Conflict management: theory and practice]. Minsk: Kharvest, 2010. 912 p.
4. Adjustment problems of Turkish international student studying in the U.S. / Poyrazli S., Arbona C., Bullington R., Pisecco S.J. *Coll. Stud.*, 2001, no. 35, pp. 52—62.
5. Alberti R.E., Emmons M.L. Your perfect right: a guide to assertive behavior. San Luis Obispo, California: Impact, 1975. 118 p.
6. An investigation of the personality traits of scientists versus nonscientists and their relationship with career satisfaction / Lounsbury J.W., Foster N., Patel H., Carmody P., Gibson L.W., Stairs D.R. *R&D Management*, 2012. Vol. 42, Issue 1, January, pp. 47—59.
7. Austin M.F., Grant T.N. Interview training for college students disadvantaged in the labor market: Comparison of live instructional techniques. *Journal of Counseling Psychology*, 1981. Vol. 28, pp. 72—75.
8. Bandura A. Social Foundation of Thought and Action: A Social Cognition Theory. Englewood Cliffs, NJ: Prentice Hall, 1986.
9. Berkowitz L. Words and symbols as stimuli to aggressive responses. *Control of Aggression: Implications From Basic Research* / J.F. Knutson (ed) Chicago: Aldine-Atherton, 1973, pp. 113—143.
10. Biglan A. et al. Impact of distressed and aggressive behavior / Biglan A., Rothlind I., Hops H., Sherman L. *Journal of Abnormal Psychology*, 1989. Vol. 98, pp. 218—228.
11. Bowen D.D. Toward a viable concept of assertiveness. *Experiences in management and organizational behavior* / D.T. Hall, D.D. Bowen, R.J. Lewicki, F.S. Hall, (Eds.). 2nd ed. N.Y.: John Wiley & Sons, 1982.

12. Bruch M.A. A task analysis of assertive behavior revisited: Replication and extension. *Behavior Therapy*, 1981. Vol. 12, pp. 217—230.
13. Butler P.E. *Self-Asserter for Women*. Harper and Row, San FaiKisco, 1981.
14. Cartledge G., Milburn J.F. The case for teaching social skills in the classroom. *Review of Educational Research*, 1978, no. 1, pp. 133—156.
15. Chen G.M. Communication Adaptability and Interaction Involvement as Predictors of Cross-cultural Adjustment. *Communication Reports*, 1992, no. 9, pp. 33—41.
16. Current Psychology: Developmental 9. Learning Personality/ Piccinin S., McCarrey M., Fairweather D., Vito D., Conrad G. *Social Spring*, 1998. Vol. 17, no. 1, pp. 75—91.
17. Flora J., Segrin J. Social skills are associated with satisfaction in close relationships. *Psychological Reports*, 1999. Vol. 84, pp. 803—804.
18. Flowers J.V. Goal clarity as a component of assertive behavior and a result of assertion training. *Journal of Clinical Psychology*, 1978. Vol. 34, no. 3, July, pp. 744—747.
19. Gökalan Z.B. İlköğretim okulu öğrencilerinin (12—14 yaş) benlik tasarımı, atılanlık ve kendini açma düzeyleri ile akademik başarıları arasındaki ilişki. Selcuk University, Konya, 2000.
20. Grossberg J. Successful behavior therapy in a case of speech phobia. *Journal of Speech and Hearing Disorders*, 1965. Vol. 30, pp. 285—288.
21. Gupta M., Hooda R.C., Kumar J. Effect of different techniques of assertiveness training on students self-concept. *Recent Researches in Education and Psychology*, 2002, no. 7, pp. 19—24.
22. Hartley P. *Interpersonal communication*. London & New York: Routledge, 1999. 264 p.
23. Henman L. F2 leadership [Electronic resource]. Retrieved, 2006. Vol. 22, June. Available at: <http://ezinearticles.com/?F2-Leadership&id=42167> (Accessed: 28.06.2014).
24. Hersen R., Eisler R.M., Miller P.M. Development of Assertive Responses: Clinical Measurement and Research Considerations. *Behavior Research and Therapy*, 1973. Vol. 11, pp. 505—521.
25. Hill E.H. Development of an Assertiveness Training Module for College-Level Instructors, 1977. 38 p.
26. Hull D.B., Schroeder H.E. Some interpersonal effects of assertion, nonassertion and aggression. *Behavior Therapy*. 1979. Vol. 10, pp. 20—28.
27. Ikiz F.E. Self-perceptions about properties affecting assertiveness of trainee counselors. *Social behavior and personality*, 2011. Vol. 39, Issue 2, pp. 199—206.
28. Impact of Assertive and Accusatory Communication of Distress and Anger: A Verbal Component Analysis / Kubany E.S., Richard D.C., Bauer G.B., Muraoka M.Y. *Aggressive Behavior*, 1992. Vol. 18, Issue 5, pp. 337—347.
29. Jinsi A.J. Self Assertiveness and Emotional Intelligence of Higher Secondary Students. Unpublished M. Ed dissertation, Farook Training College, University of Calicut, 2006.
30. Kawi J., Xu Y. Facilitators and barriers to adjustment of international nurses: an integrative review. *International Nursing Review*, 2009. Vol. 56, Issue 2, June, pp. 174—183.
31. Kraft W.A., Litwin W.J., Barber S.E. Religious orientation and assertiveness: Relationship to death anxiety. *The Journal of Social Psychology*, 1986, no. 127, pp. 93—95.
32. Lesure-Lester G.E. Dating competence, social assertion and social anxiety among college students. *College Student Journal*, 2001. Vol. 35, pp. 317—321.

33. Lewittes H.J., Bern S.L. Training women to be more assertive in mixed-sex task-oriented discussions. *Sex Roles*, 1983, no. 9, pp. 581—596.
34. Lounsbury J.W. Personality Characteristics of Business Majors as Defined by the Big Five and Narrow Personality Traits. N.Y., 2009.
35. Maddux J.E., Meier L.J. Self-efficacy and Depression. *Self-efficacy, adaptation and adjustment: Theory, Research and Application* / J.E. Maddux (ed.). N.Y.: Plenum Press, 1995, pp. 143—172.
36. Magno C. Assessing the Relationship of Scientific Thinking, Self-regulation in Research, and Creativity in a Measurement Model. *The International Journal of Research and Review*, 2011. Vol. 6, Issue 1, pp. 17—47.
37. Martin A. Gray C., Adam A. Nurses Responses to Workplace Verbal Abuse: A Scenario Study of the Impact of Situational and Individual Factor. *Research & Practice in Human Resource Management*, 2007. Vol. 15, Issue 2, pp. 41—61.
38. Mitrofan L., Dumitrache S.D. Interconnections between Assertiveness and Empathy in Couple Relationships. *Journal of Experiential Psychotherapy*, 2012.
39. Onur B. Ergenlik psikolojisi. Ankara: Hacettepe Tas, 1987. 240 p.
40. Onur E. P. Cocuklarda ozguven ve kosullar?. III. National Psychology Congress, Turkish Psychological Association, 1985.
41. Predicting Individual Differences in Autonomy — Connectedness: The Role of Body Awareness, Alexithymia, and Assertiveness / Bekker M.H.J., Croon M.A., van Balkom E.G.A., Vermeë J.B.G. *Journal of Clinical Psychology*, Vol. 64, Issue 6, pp. 747—765.
42. Qurotul U. The Assertiveness Training to Increase Resilience of Spouse Abuse. 2005.
43. Rathus S. A. A 30-item schedule for assessing behavior. *Behavior Therapy*, 1973. Vol. 4, pp. 298—406.
44. Richmond V.P., McCroskey J.C. Reliability and separation of factors on the assertiveness-responsiveness measure. *Psychological Reports*, 1990. Vol. 67, pp. 449—450.
45. Rotheram M.J., Armstrong M., Booraem C. Assertiveness training in fourth and fifth grade children. *American Journal of Community Psychology*, 1982. Vol. 10, Issue 5, pp. 567—582.
46. Ryan E.B., Anas A.P., Mays H. Assertiveness by Older Adults with Visual Impairment: Context Matters. *Educational erotology*, 2008. Vol. 34, pp. 504, 512—515.
47. Saigh P.A. Anxiety, depression, and assertion across alternating intervals of stress. *Journal of Abnormal Psychology*, 1988. Vol. 97, Issue 3, pp. 338—341.
48. Salter A. Conditioned reflex therapy N.Y.: Capricorn, 1949. 245 p.
49. Scheer J.K., Ansoorge C.J., Howard J. Judging bias induced by viewing contrived videotapes: A function of selected psychological variables. *Journal of Sport Psychology*, 1983. Vol. 5, pp. 427—437.
50. Staats A.W. Social Behaviorism. Homewood, IL: Dorsey Press, 1975. 655 p.
51. Stringer-Moore D.M. Uses of Assertiveness Training for Women in Midlife Crises, 1981. 10 p.
52. Sullivan J. J., Albrecht T. L., Taylor S. Process, Organizational, Relational, and Personal Determinants of Managerial Compliance-gaining Communication Strategies. *Journal of Business Communication*, 1990. Vol. 27, Issue 4, pp. 331—355.
53. Swimmer G.I., Ramanaiah N.V. Convergent and discriminant validity of selected assertiveness measures. *Journal of Personality and Social Psychology*, 1985. Vol. 49, pp. 243—249.

54. Tanck R. H., Robbins P. R. Assertiveness, locus of control and coping behaviors to diminish tension. *Educational Gerontology*, 2008. Vol. 34, pp. 503—519.
55. Thompson R.A., Cowan C.L., Rosenhan D.L. Focus of attention mediates the impact of negative affect on altruism. *Journal of Personality and Social Psychology*, 1980. Vol. 38, pp. 291—300.
56. Thurman C.W. Effectiveness of cognitive-behavioral treatments in reducing type A behavior among university faculty. *Journal of Counseling Psychology*, 1985. Vol. 32, pp. 74—83.
57. Weitlauf J.C., Smith R.E., Cervone D. Generalization effects of coping-skills training: Influence of self-defense training on women's efficacy beliefs, assertiveness, and aggression. *Journal of Applied Psychology*, 2000. Vol 85, Issue 4, Aug, pp. 625—633.
58. Whitley M.P., Poulsen S.B. Assertiveness and Sexual Satisfaction in Employed Professional Women. *Journal of Marriage and Family*, 1975. Vol. 37, Issue 3, Aug, pp. 573—581.
59. Wilson K., Gallois C. *Assertion and Its Social Context*. Elmsford, NY: Pergamon Press, 1993.
60. Wolpe J. *Psychotherapy by Reproach Inhibition* Stanford University Press, Stanford, California, 1958.
61. Wolpe J., Lazarus A.A. *Behavior therapy techniques: A guide to the treatment of neuroses*. New York: Pergamon Press, 1966.
62. Woolfolk R.L., Dever S. Perceptions of assertion, An empirical analysis. *Behavioral Therapy*, 1979. Vol. 10, pp. 404—411.
63. Zhangw Z., Wang M., Fleenor J.W. Effects of participative leadership: The moderating role of cultural values. *Academy of Management Annual Meeting Proceedings*, 2011, pp. 1—6.