

Секція Психологія	
УДК 159.923:37.03	
Дата першого надходження статті до видання	2026-06-30
Дата прийняття статті до друку після рецензування	2026-07-30
Дата публікації/оприлюднення	2026-07-30

Комплексний вплив асертивності, емоційного і соціального інтелекту на життєстійкість особистості пізнього юнацького віку: методологічний дискурс

Співак Любов Миколаївна

доктор психологічних наук, професор,

Відкритий міжнародний університет розвитку людини «Україна», м. Київ, Україна

e-mail: lubov_spivak@ukr.net

<https://orcid.org/0000-0002-3653-5432>

Анотація. В статті проаналізовано вплив асертивності у комплексі з емоційним і соціальним інтелектом на життєстійкість особистості пізнього юнацького віку. Свідченням актуальності досліджуваної проблеми є потреба особистості пізнього юнацького віку впевнено і неагресивно відстоювати свою позицію внаслідок збільшення кількості й ускладнення міжособистісних взаємодій, котра залежить від її здатності розпізнавати емоції й поведінку інших людей, що в комплексі забезпечує її життєву стійкість, сприяючи ефективній адаптації в умовах воєнного стану. Мета дослідження полягає в обґрунтуванні психологічної сутності й структури асертивності, соціального і емоційного інтелекту, а також зв'язків між ними у контексті комплексного впливу на життєстійкість особистості пізнього юнацького віку. Методологічне підґрунтя дослідження складають системний і суб'єктний підходи. Застосовано теоретичний аналіз наукових джерел, термінологічний аналіз, порівняння, систематизацію й узагальнення.

Асертивність особистості визначено як впевнене і конструктивне відстоювання своєї позиції у міжособистісних взаємодіях із повагою до прав та інтересів їх учасників, що містить компоненти, котрі забезпечують певні функції: когнітивно-смісловий (об'єктивність аналізу ситуацій, гнучкість мислення, прийняття рішень); афективний (емоційна стійкість завдяки впевненості в собі й довірі до світу); поведінковий (рішучість і конструктивність у міжособистісній взаємодії).

Емоційний інтелект - як когнітивну здатність особистості розпізнавати прояви власних емоцій і почуттів та учасників міжособистісних взаємодій для досягнення в них успіху. Його компонентами є здатності: розпізнавати і розуміти прояви та значення своїх емоцій і учасників міжособистісних взаємодій; адекватно виявляти власні емоції; об'єктивно аналізувати ситуації цих взаємодій, зважаючи на свої емоції; регулювати власні емоції, з огляду на поведінку, інтереси і потреби їх учасників.

Соціальний інтелект - як інтегровану здатність особистості розпізнавати й аналізувати, як поведінку, наміри й емоції, так і їхні прояви у невербальній і вербальній експресії учасників міжособистісної взаємодії, та передбачати поведінку цих учасників. Його компоненти стосуються здатностей: розпізнавати прояви вербальної й невербальної експресії поведінки; визначати класи поведінки; розуміти поведінку в міжособистісних взаємодіях; пізнавати і розуміти логіку систем поведінки; розуміти зміни таких схожих проявів у різних за змістом ситуаціях; пізнавати й розуміти результати поведінки і передбачати її наслідки, застосовуючи наявну інформацію.

Життєстійкість - як систему переконань і здатність особистості протистояти складним життєвим обставинам, перетворюючи їх у можливості особистісного зростання. Її компоненти пов'язані з певними функціями: залученість (упевненість в

користі активної участі в подіях свого життя на протигау відчуженості); контроль (переконааннями щодо можливого впливу на перебіг подій); прийняття ризику (сприйняттям негативних життєвих викликів, як природної частини життя і можливості для особистісного зростання).

В тривалих стресових умовах життєстійкість особистості пізнього юнацького віку сукупно забезпечують її асертивність та розвинені емоційний і соціальний інтелект.

Наукова новизна результатів стосується комплексного впливу асертивності та емоційного і соціального інтелекту на життєстійкість особистості пізнього юнацького віку в тривалих стресових умовах. Практичне значення результатів полягає в можливості їх застосування психологами, тренерами, медіаторами для розвитку життєстійкості особистості пізнього юнацького віку в тривалих стресових умовах, із урахуванням комплексного впливу на цей процес асертивності та емоційного і соціального інтелекту. Отримані результати є теоретико-методологічними і вимагають емпіричної перевірки.

Ключові слова: асертивність, життєстійкість, емоційний інтелект, соціальний інтелект, міжособистісна взаємодія, соціальна адаптація, особистість, пізній юнацький вік, воєнний стан.

The complex influence of assertiveness, emotional and social intelligence on the hardiness of late youth personality: methodological discourse

Spivak Liubov Mukolaivna

Doctor of Psychological Sciences, Professor,

International University of Human Development "Ukraine", Kyiv, Ukraine

e-mail: lubov_spivak@ukr.net

<https://orcid.org/0000-0002-3653-5432>

Abstract. The article analyzes the influence of assertiveness in the complex with social or emotional intelligence on the hardiness of a late youth personality. Evidence of the relevance of the researched problem is the need of a late youth personality to confidently and non-aggressively defend his position due to the increase in the number and complexity of interpersonal interactions, which depends on his ability to recognize the emotions and behavior of other people, which in the complex ensures its hardiness, contributing to effective adaptation in the conditions of martial law. The purpose of the research is to substantiate the psychological essence and structure of assertiveness, social and emotional intelligence, as well as the connections between them in the context of complex influence on the hardiness of a late youth personality. The methodological basis of the research is system and subject approaches. Theoretical analysis of scientific sources, terminological analysis, comparison, systematization and generalization are applied.

Personal assertiveness is defined as a confident and constructive defense of one's position in interpersonal interactions with respect for the rights and interests of their participants, which contains components that provide certain functions: cognitive-semantic (objectivity of situation analysis, flexibility of thinking, decision-making); affective (emotional stability thanks to self-confidence and trust in the world); behavioral (determination and constructiveness in interpersonal interaction).

Emotional intelligence is the cognitive ability of a personality to recognize the manifestations of one's own emotions and feelings and those of participants in interpersonal interactions in order to achieve success in them. Its components are the ability to: recognize and understand the manifestations and meanings of one's emotions and participants in interpersonal interactions; adequately express one's emotions; objectively analyze the

situations of these interactions, taking into account their emotions; to regulate their own emotions, taking into account the behavior, interests and needs of their participants.

Social intelligence is an integrated ability of a personality to recognize and analyze both behavior, intentions and emotions, as well as their manifestations in non-verbal and verbal expression of participants in interpersonal interaction, and to predict the behavior of these participants. Its components relate to the ability to: recognize manifestations of verbal and non-verbal expression of behavior; define classes of behavior; understand behavior in interpersonal interactions; learn and understand the logic of behavior systems; to understand the changes of similar such manifestations in situations with different content; learn and understand the results of behavior and predict its consequences, using available information.

Hardiness - as a system of beliefs and the ability of an individual to resist difficult life circumstances, turning them into opportunities for personal growth. Its components are related to certain functions: involvement (confidence in the benefits of active participation in the events of one's life as opposed to alienation); control (beliefs about the possible influence on the course of events); acceptance of risk (perception of negative life challenges as a natural part of life and an opportunity for personal growth).

In long-term stressful conditions, the hardiness of late youth personality is collectively ensured by its assertiveness and developed emotional and social intelligence.

The scientific novelty of the results refers to the complex influence of assertiveness and emotional and social intelligence on the hardiness of late youth personality in long-term stressful conditions. The practical significance of the results lies in the possibility of their application by psychologists, trainers, and mediators for the development of the hardiness of late youth personality in long-term stressful conditions, taking into account the complex influence on this process of assertiveness and emotional and social intelligence. The obtained results are theoretical and methodological and require empirical verification.

Keywords: assertiveness, hardiness, emotional intelligence, social intelligence, interpersonal interaction, social adaptation, personality, late youth, martial law.

Вступ

Актуальність проблеми.

В умовах воєнного стану актуалізується проблема підтримки життєстійкості особистості. Водночас у цих умовах сучасне українське суспільство вирізняє стрімке змінювання ієрархії цінностей й ускладнення міжособистісних стосунків, що може спонукати особистість рішуче і впевнено відстоювати свою позицію. Пізній юнацький вік є сенситивним для розширення кола соціальних контактів, ускладнення міжособистісних стосунків і закріплення таких патернів комунікативної поведінки, котрі згодом переноситимуться у доросле професійне й особисте життя.

Впродовж цього вікового періоду в особистості вперше з'являється потреба самостійно балансувати між власними інтересами та інтересами інших учасників міжособистісної взаємодії, конструювати ефективні конструктивні взаємодії з іншими учасниками соціальних груп (академічних та/або професійних тощо), а також упевнено захищати особисту позицію у можливих конфліктних ситуаціях. Успішність вирішення окреслених завдань передусім залежить від асертивності особистості, котра пов'язана зі здатністю впевнено й неагресивно відстоювати власні права; а також від здатностей її емоційного й соціального інтелекту, що дозволяють не лише розпізнавати емоції та поведінку інших людей, а й прогнозувати її.

Проте цей процес ускладнюється на тлі сучасних реалій. Адже особистість одночасно змушена адаптуватися до низки умов: воєнного стану, інколи й до вимушеного переселення, дистанційного навчання, соціальної нестабільності, тривалого стресу тощо. В таких умовах здатність особистості швидко й точно оцінювати соціальний контекст, а також впевнено діяти відповідно до цієї оцінки,

перетворюється з бажаної на вкрай необхідну, котра стосується підтримки власної психологічної стабільності, тобто життєстійкості. Тому дослідження проблеми комплексного впливу асертивності спільно з емоційним і соціальним інтелектом на життєстійкість особистості пізнього юнацького віку в умовах воєнного стану є пріоритетним завданням сучасної вітчизняної психологічної науки.

Аналіз останніх досліджень і публікацій.

На тлі умов воєнного стану доведено вплив асертивності особистості пізнього юнацького віку, котра є здобувачем вищої освіти, на її конфліктостійкість і рівень стресу [1], на успішність майбутньої професійної діяльності у медичній сфері [5] та на розвиток у неї навичок усвідомлених і відповідальних взаємодій, що стосуються здорової сексуальності [7]. Крім цього, в контексті вивчення впливу асертивності особистості пізнього юнацького віку на її професійне становлення у сфері психології емпірично виявлено низький рівень асертивності за показниками впевненості в собі, самооцінки і спрямованості, що зумовило необхідність розробки відповідного тренінгу, ефективність котрого успішно підтвердилася [4].

Натомість унаслідок емпіричного дослідження професійного становлення майбутніх фахівців ІТ-сфери встановлено вплив соціального інтелекту на особливості міжособистісної взаємодії в пізньому юнацькому віці, а саме те, що його високий рівень корелює із соціальною відкритістю і низькими рівнями агресивності й конфліктності [8]. Емпірично визначено вплив емоційного інтелекту на ментальне здоров'я й адаптацію особистості пізнього юнацького віку, котра здобуває вищу освіту на тлі умов воєнного стану в Україні [17].

З підтримкою ментального здоров'я особистості пізнього юнацького віку, котра є українським здобувачем вищої освіти в умовах воєнного стану, також пов'язано її життєстійкість і почуття гумору [10]. Проте також визначено, що особистість пізнього юнацького віку з досвідом втрат має вищий рівень життєстійкості на противагу особистості, в котрої такий досвід відсутній, що підтверджено емпірично на прикладі українських здобувачів вищої освіти в умовах воєнного стану [3].

Виділення невирішеної частини проблеми.

Не зважаючи на певну наукову дослідницьку увагу психологів до окремих чинників підтримки і зміцнення життєстійкості особистості пізнього юнацького віку в умовах воєнного стану, вивчення цієї проблеми є недостатньо систематизованим. Адже, крім збереження ментального здоров'я завдяки почуттю гумору та досвіду втрат, для особистості пізнього юнацького віку важливо відстоювати свою позицію в ускладнених міжособистісних взаємодіях, опираючись на розуміння емоцій і поведінки їхніх учасників, що також зумовлює вплив на життєстійкість у цих умовах.

Мета статті.

Мета статті – на засадах системного і суб'єктного підходів та проведеного теоретичного аналізу класичних і сучасних наукових джерел уточнити розуміння психологічної сутності й структури асертивності, емоційного і соціального інтелекту в контексті їхнього комплексного впливу на життєстійкість особистості пізнього юнацького віку в умовах воєнного стану.

Для досягнення поставленої мети передбачалося виконання таких завдань: проведення теоретичного аналізу наукових підходів до вивчення психологічної сутності понять асертивності, емоційного і соціального інтелекту та життєстійкості для уточнення розуміння цих понять; теоретичне виокремлення структурних компонентів асертивності, емоційного і соціального інтелекту та встановлення зв'язків між ними в контексті комплексного впливу на життєстійкість особистості пізнього юнацького віку; визначення практичного значення результатів дослідження та окреслення перспектив їх подальшої емпіричної перевірки.

Наукова новизна.

Наукову новизну результатів дослідження презентує теоретико-методологічний дискурс щодо визначення впливу асертивності у комплексі з емоційним і соціальним інтелектом на життєстійкість особистості пізнього юнацького віку в тривалих стресових умовах. Також наукова новизна полягає в уточненні розуміння психологічної сутності й структури, як поняття «життєстійкість», так і понять «асертивність», «соціальний інтелект», «емоційний інтелект», та простеження зв'язків між структурними компонентами останніх трьох у контексті їхнього впливу на життєстійкість особистості.

Практичне значення.

Практичне значення отриманих результатів полягає в тому, що вони можуть бути застосовані психологами практиками і теоретиками, тренерами, медіаторами тощо для розробки розвивальних психологічних програм чи тренінгів, котрі спрямовані на підтримку і зміцнення життєстійкості особистості пізнього юнацького віку в тривалих стресових умовах, з урахуванням комплексного впливу на цей процес асертивності та емоційного і соціального інтелекту.

Методологія

Методи дослідження.

Проведене дослідження вирізняє теоретичний, аналітичний і методологічний характер. Використано теоретико-аналітичний і методологічний аналіз щодо сучасних публікацій із метою встановлення стану вивчення досліджуваної проблеми, аналіз класичних і сучасних наукових джерел для визначення комплексного впливу асертивності та емоційного і соціального інтелекту на життєстійкість особистості пізнього юнацького віку в тривалих стресових умовах.

Джерела даних.

До емпіричної бази, що застосовувалася для теоретичного й аналітичного аналізу, належать сучасні й класичні наукові публікації (монографії, статті), котрі присвячено дослідженню асертивності, соціального й емоційного інтелекту та життєстійкості, як щодо особистості загалом, так і щодо особистості пізнього юнацького віку в умовах воєнного стану зокрема.

Інструменти аналізу.

З метою уточнення сутності понять «асертивність», «соціальний інтелект», «емоційний інтелект» і «життєстійкість» застосовувався термінологічний аналіз; а також встановлення зв'язків структурних компонентів асертивності, емоційного й соціального інтелекту в контексті їхнього комплексного впливу на життєстійкість особистості пізнього юнацького віку використовувався системний аналіз.

Обмеження дослідження.

Результати дослідження вирізняє теоретико-методологічний характер. Запропонований та обґрунтований автором висновок про комплексний вплив асертивності, емоційного і соціального інтелекту на життєстійкість особистості пізнього юнацького віку в умовах тривалого стресу є результатом аналізу наукових джерел і потребує подальшої емпіричної перевірки.

Результати

Асертивність впливає на успішність міжособистісних взаємодій та ефективність соціальної адаптації в тривалих стресових умовах. Асертивність особистості з високою самоповагою характеризує впевнене і конструктивне відстоювання своєї позиції у міжособистісних взаємодіях із іншими людьми, зважаючи на їхні права й інтереси та виявляючи до них повагу [16]. Психологічну сутність асертивності найвиразніше презентують її компоненти: когнітивно-смысловий, що пов'язаний із об'єктивністю аналізу ситуацій, гнучкістю мислення і прийняттям рішень; афективний, що стосується забезпечення емоційної стійкості завдяки впевненості в собі та довірі до світу;

поведінковий, проявами котрого є рішучість і конструктивність у міжособистісній взаємодії [5; 6].

Натомість компоненти асертивності особистості пізнього юнацького віку пов'язані, як із її емоційною компетентністю, так і з ефективною соціальною адаптацією у тривалих стресових умовах [5].

Водночас успішність особистості, як у процесі міжособистісної взаємодії, так і соціальної адаптації, забезпечують її емоційний і соціальний інтелект, а також соціально-емоційний інтелект.

Емоційний інтелект є когнітивною здатністю особистості розпізнавати прояви емоцій і почуттів, як власних, так і інших учасників міжособистісної взаємодії, котрі можуть бути й ускладненими, для досягнення в них успіху. До компонентів емоційного інтелекту належать такі типи здатностей: розпізнавати і розуміти прояви емоцій та їхню роль у міжособистісній взаємодії, як їхніх учасників, так і своїх; адекватно демонструвати власні емоції; правильно аналізувати різні ситуації міжособистісних взаємодій, зважаючи на свої емоції; конгруентно регулювати власні емоції, з огляду на поведінку, інтереси і потреби інших учасників міжособистісної взаємодії [14; 15].

Соціальний інтелект є інтегрованою здатністю особистості розпізнавати й аналізувати поведінку учасників міжособистісної взаємодії та їхні наміри, почуття й емоції, котрі виявляються у невербальній і вербальній експресії; а також прогнозувати поведінку цих учасників. Компонентами соціального інтелекту є такі типи здатностей: розпізнавати прояви вербальної й невербальної експресії поведінки; визначати класи поведінки, тобто встановлювати загальні властивості зазначених проявів поведінки; розуміти поведінку в міжособистісних взаємодіях; пізнавати і розуміти логіку систем поведінки, тобто цілісність ситуацій міжособистісних взаємодій і сенс поведінки їхніх учасників; розуміти трансформації чи зміни схожих проявів вербальної й невербальної експресії поведінки у різних за контекстом ситуаціях; пізнавати і розуміти результати поведінки та прогнозувати її наслідки, з огляду на наявну інформацію [12].

Інтеграція, як емоційних і соціальних, так і особистісних здатностей у структурі цих видів інтелекту дозволила визначити поняття соціально-емоційного інтелекту. В структурі соціально-емоційного інтелекту виокремлено такі здатності: пізнавати себе та аналізувати власні емоції і поведінку, зберігаючи самоповагу, впевненість і прагнення до самоактуалізації; встановлювати успішні міжособистісні взаємодії, водночас виявляючи в них емпатію і соціальну відповідальність; адекватно оцінювати нові соціальні умови та ефективно до них адаптуватися; конгруентно регулювати власні емоції й поведінку в різних ситуаціях міжособистісних взаємодій, зберігаючи психологічну стійкість у стресових ситуаціях; зберігати оптимізм і переживати позитивні емоції у відповідних ситуаціях [11].

Отже, як підтверджують розкриті вище наукові положення, зв'язок сутності й структурних компонентів, як емоційного і соціального, так і соціально-емоційного інтелекту із сутністю і компонентами асертивності особистості безперечний.

Також емоційний інтелект особистості пізнього юнацького віку в умовах воєнного стану впливає на її здатність ефективно адаптуватися до нової ситуації [17]. Натомість соціальний інтелект дозволяє особистості пізнього юнацького віку в умовах воєнного стану встановлювати конструктивну міжособистісну взаємодію завдяки соціальній відкритості, неагресивності й неконфліктності [8].

Життєстійкість - це система переконань і здатність особистості не лише протистояти, а й трансформувати складні й травмуючі обставини життя у можливості особистісного зростання [13]. Крім цього, життєстійкість особистості забезпечує не лише сприйняття нею життєвих змін, а й психологічну стійкість, сприяючи ефективній адаптації до тривалих стресових умов і турботі про власне здоров'я [9].

Структура життєстійкості містить такі компоненти: залученість, котра полягає в упевненості, що активна участь у подіях власного життя є кориснішою за відчуженість; контроль, який виявляється в переконаннях щодо можливості вплинути на перебіг подій; прийняття ризику, що передбачає сприйняття життєвих викликів, зокрема і негативних, як природної частини життя та можливості для розвитку й особистісного зростання [13].

Водночас розвиток життєстійкості особистості пізнього юнацького віку в умовах воєнного стану виявляється в її здатності протидіяти стресу, регулювати власні емоції й поведінку, опираючись на стійкі ціннісні орієнтації. Високий рівень життєстійкості особистості сприяє її ефективній адаптації до складних стресових умов. Крім цього, їй притаманні оптимізм і здатність знаходити конструктивні рішення в складних ситуаціях міжособистісних взаємодій [3].

Отже, в тривалих умовах стресу підтримка і зміцнення життєстійкості особистості пізнього юнацького віку забезпечується її асертивністю та розвиненими емоційним і соціальним інтелектом. Тому комплексний розвиток із метою підвищення рівнів асертивності та емоційного і соціального інтелекту призведе до підвищення рівня життєстійкості особистості пізнього юнацького віку в тривалих стресових умовах.

Обговорення

Інтерпретація результатів.

Отримані результати засвідчують важливість комплексного впливу асертивності та емоційного і соціального інтелекту на життєстійкість особистості пізнього юнацького віку в тривалих стресових умовах. Отож, розвиток асертивності та емоційного і соціального інтелекту в особистості пізнього юнацького віку, котра досить тривалий час перебуває у стресових умовах, дозволить підтримати і зміцнити її життєстійкість.

Порівняння з іншими дослідженнями.

Порівняно з іншими науковими працями, в котрих розглянуто зв'язок емоційної стійкості, соціальної адаптації з асертивністю ще в довоєнний період [2], зв'язки рівня стресу з асертивністю [1] та емоційного інтелекту з життєстійкістю особистості пізнього юнацького віку в умовах воєнного стану [3], у нашому дослідженні акцентовано увагу на зв'язок асертивності, емоційного і соціального інтелекту в контексті комплексного впливу на життєстійкість особистості пізнього юнацького віку на тлі тривалих стресових умов.

Наукова новизна (розгорнуто).

Наукова новизна результатів дослідження полягає у встановленні комплексного впливу асертивності та емоційного і соціального інтелекту на життєстійкість особистості пізнього юнацького віку в тривалих стресових умовах. А також в уточненні розуміння психологічної сутності та структури асертивності, соціального інтелекту, емоційного інтелекту та виявленні зв'язків між їхніми компонентами в контексті комплексного впливу на життєстійкість особистості пізнього юнацького віку в тривалих стресових умовах.

Практичне значення (розгорнуто).

Отримані результати у прикладному ракурсі можуть бути засадничими для попереднього емпіричного дослідження з метою визначення рівнів асертивності, емоційного інтелекту, соціального інтелекту і життєстійкості особистості пізнього юнацького віку в тривалих стресових умовах та подальшої розробки психологічної розвивальної програми чи тренінгу з підтримки і зміцнення її життєстійкості, з урахуванням комплексного впливу на цей процес асертивності та емоційного і соціального інтелекту.

Висновки

Встановлено, що в умовах воєнного стану для особистості пізнього юнацького віку важливо розвивати життєстійкість, одночасно вирішуючи низку завдань, котрі пов'язані зі збільшенням кількості ускладнених міжособистісних взаємодій, що потребує здатності впевнено і дружелюбно відстоювати свої права, розпізнавати емоції й поведінку учасників цих взаємодій тощо.

Асертивність особистості є впевненим і конструктивним відстоюванням власної позиції у міжособистісних взаємодіях, із огляду на права й інтереси інших учасників цих взаємодій та з повагою до них. Структурні компоненти асертивності особистості пов'язані із забезпеченням таких функцій: об'єктивністю аналізу різних ситуацій, гнучкістю мислення і прийняттям рішень (когнітивно-смисловий); емоційною стійкістю на основі впевненості в собі й довірі до світу (афективний); проявами рішучості і конструктивності у міжособистісній взаємодії (поведінковий).

Емоційний інтелект - це когнітивна здатність особистості розпізнавати прояви власних емоцій і почуттів та емоцій і почуттів учасників міжособистісної взаємодії для досягнення в ній успіху. Структурні компоненти емоційного інтелекту особистості стосуються її здатностей: розпізнавати та розуміти прояви своїх емоцій і емоцій інших учасників міжособистісних взаємодій, зважаючи на значення цих проявів у таких взаємодіях; адекватно виявляти власні емоції; об'єктивно аналізувати ситуації міжособистісних взаємодій, зважаючи на свої емоції; регулювати власні емоції, зважаючи на поведінку, інтереси і потреби інших учасників міжособистісної взаємодії.

Соціальний інтелект - це інтегрована здатність особистості розпізнавати й аналізувати поведінку, наміри, емоції й почуття учасників міжособистісної взаємодії, котрі виявляються у невербальній і вербальній експресії; та прогнозувати поведінку цих учасників. Структурні компоненти соціального інтелекту особистості мають стосунок до таких типів здатностей: розпізнавання проявів вербальної й невербальної експресії поведінки; встановлення класів поведінки, тобто визначення загальних властивостей зазначених проявів; розуміння поведінки в міжособистісних взаємодіях; пізнання і розуміння логіки систем поведінки, тобто цілісності ситуацій міжособистісних взаємодій і сенсу поведінки учасників цих взаємодій; розуміння трансформації чи змін схожих проявів вербальної й невербальної експресії поведінки у різних за змістом ситуаціях; пізнання і розуміння результатів поведінки та передбачення її наслідків із використанням наявної інформації.

Життєстійкість - це система переконань і здатність особистості протистояти складним життєвим обставинам, трансформуючи їх у можливості особистісного зростання. Структурні компоненти життєстійкості пов'язані з такими функціями: залученість (упевненість у користі активної участі в подіях свого життя на противагу відчуженості); контроль (переконання щодо можливості вплинути на перебіг подій); прийняття ризику (передбачає сприйняття негативних життєвих викликів, як природної частини життя та можливості для особистісного зростання).

Теоретично встановлено, що в тривалих стресових умовах підтримку і зміцнення життєстійкості особистості пізнього юнацького віку сукупно забезпечує її асертивність і розвинений емоційний і соціальний інтелект. Це передбачає подальшу організацію і проведення комплексних психологічних програм чи тренінгів, спрямованих на розвиток і підвищення рівнів асертивності та емоційного і соціального інтелекту, що сприятиме підвищенню рівня життєстійкості особистості пізнього юнацького віку в тривалих стресових умовах.

Перспективи подальших досліджень полягають в емпіричній перевірці комплексного впливу асертивності, емоційного і соціального інтелекту на життєстійкість особистості пізнього юнацького віку в умовах тривалого стресу.

Список використаних джерел

1. Вахоцька І. О. Психологічні чинники конфліктологічної стійкості студентів. *Вісник Національного університету оборони України*. 2023. № 6(76). С. 11–18. <https://doi.org/10.33099/2617-6858-2023-76-6-11-18>
2. Дріга Т. Г. Контент-аналіз поняття «асертивність». *Теоретичні і прикладні проблеми психології*. 2015. Вип. 3(38). С. 158–165. URL: http://nbuv.gov.ua/UJRN/Tipp2015_3_21 (дата звернення: 27.06.2026)
3. Жванія Т. В., Сметаняк В. І., Реморов Я. С. Психологічні особливості формування життєстійкості в здобувачів освіти з досвідом втрати. *Наукові перспективи*. 2025. № 10(64). С. 1417–1432. [https://doi.org/10.52058/2708-7530-2025-10\(64\)-1417-1432](https://doi.org/10.52058/2708-7530-2025-10(64)-1417-1432)
4. Ільницька Л. А., Оніщенко І. О. Психологічні особливості асертивності студентів-психологів. *Габітус*. 2022. Вип. 33. С. 92–96. <https://doi.org/10.32843/2663-5208.2022.33.16>
5. Камінська І. П., Сторожук Х. В. Асертивність майбутніх медиків як фактор успішної професійної діяльності. *Медицина та фармація: освітні дискурси*. 2024. Вип. 1. С. 10–16. <https://doi.org/10.32782/eddiscourses/2024-1-2>
6. Комар Т., Синюк В. Асертивність як ключовий фактор гармонізації взаємин у соціумі. *Науковий вісник Вінницької академії безперервної освіти. Серія «Педагогіка. Психологія»*. 2024. Вип. 6. С. 36–43. <https://doi.org/10.32782/academ-ped.psyh-2024-2.05>
7. Малигін О. П., Федоренко А. Ф. Асертивність як ключовий чинник розвитку здорової сексуальності в юнацькому віці: формування навичок усвідомленої та відповідальної взаємодії. *Психологічний журнал*. 2025. Вип. 11. № 1. С. 45–54. <https://doi.org/10.31108/1.2025.11.1>
8. Огнева А. Соціальний інтелект як детермінанта міжособистісної взаємодії майбутніх програмістів. *Наука і освіта*. 2026. № 1. С. 49–53. <https://doi.org/10.24195/2414-4665-2026-1-5>
9. Співак Л. Аналіз феномену життєстійкості в парадигмі сучасної науки. *Науковий часопис Українського державного університету імені Михайла Драгоманова. Серія 12. Психологічні науки*. 2024. Вип. 25 (70). С. 62–71. [https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series12.2024.25\(70\).07](https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series12.2024.25(70).07)
10. Щербак Т. І., Пухно С. В. Дослідження почуття гумору в осіб з різним рівнем життєстійкості. *Вчені записки ТНУ імені В. І. Вернадського. Серія: Психологія*. 2023. Том 34(73). № 6. С. 17–25. <https://doi.org/10.32782/2709-3093/2023.6/04>
11. Bar-On R. The Bar-On Model of Emotional-Social Intelligence (ESI). *Psicothema*. 2006. Vol. 18, suppl. P. 13-25.
12. Guilford J. P. The Nature of Human Intelligence. New York: McGraw-Hill, 1967. 538 p.
13. Maddi S. R. Hardiness: The Courage to Grow from Stresses. *The Journal of Positive Psychology*. 2006. 1(3). P. 160–168.
14. Mayer J. D. A Field Guide to Emotional Intelligence. Emotional Intelligence in Everyday Life / Eds. J. P. Ciarrochi, J. P. Forgas, J. D. Mayer. Philadelphia, P.A.: Psychology Press, 2001. P. 3–24.
15. Mayer J. D., Salovey P. What is Emotional Intelligence? Emotional Developments and Emotional Intelligence: Educational Implications. In P. Salovey, D. Sluyter (Eds.). New York: Perseus Basic Books, 1997. P. 3–31.
16. Salter A. Conditioned reflex therapy. New York: Farrar, Straus & Giroux, 1949. 400 p.
17. Spivak L. Impact of Emotional Intelligence on Mental Health of University Students in Stressful Conditions. *Iššūkiei vadybos moksle ir studijose*. Nr. 5. prof. habil. dr. Antano Seiliaus vardo mokslinės konferencijos „Iššūkiei vadybos moksle ir studijose“. Tezių ir straipsnių rinkinys. 5th prof. Scientific conference named after A. Seiliaus. Challenges of management science and studies. (November 13, 2024, Klaipėda). Klaipėda: Klaipėda University, 2025. P. 59–63.

References

1. Vakhotska, I. O. (2023). Psykholohichni chynnyky konfliktolohichnoi stiikosti studentiv [Psychological factors of students' conflict resilience]. *Visnyk Natsionalnoho universytetu oborony Ukrainy – The Bulletin of the National Defence University of Ukraine*, 6(76), 11–18. <https://doi.org/10.33099/2617-6858-2023-76-6-11-18>
2. Dryha, T. H. (2015). Kontent-analiz poniattia «asertyvnist» [Content analysis of the concept “assertiveness”]. *Teoretychni i prykladni problemy psykholohii – Theoretical and applied problems of psychology*, 3(38), 158–165. URL: <http://nbuv.gov.ua/UJRN/Tipp 2015 3 21> [in Ukrainian].
3. Zhvaniia, T. V., Smetaniak, V. I., & Remorov, Ya. S. (2025). Psykholohichni osoblyvosti formuvannia zhyttiistiikosti v zdobuvachiv osvity z dosvidom vtraty [Psychological features of formation of resilience in students with experience of loss]. *Naukovi perspektyvy – Scientific Perspectives*, 10(64), 1417–1432. [https://doi.org/10.52058/2708-7530-2025-10\(64\)-1417-1432](https://doi.org/10.52058/2708-7530-2025-10(64)-1417-1432) [in Ukrainian].
4. Ilnytska, L. A., & Onishchenko, I. O. (2022). Psykholohichni osoblyvosti asertyvnosti studentiv-psykholohiv [Psychological features of assertiveness of students-psychologists]. *Habitus – Habitus*, 33, 92–96. <https://doi.org/10.32843/2663-5208.2022.33.16>
5. Kaminska, I. P., & Storozhuk, Kh. V. (2024). Asertyvnist maibutnikh medykiv yak faktor uspishnoi profesiinoi diialnosti [Assertiveness of future doctors as a factor of successful professional activity]. *Medytsyna ta farmatsiia: osviti dyskursy – Medicine and Pharmacy: Educational Discourses*, 1, 10–16. <https://doi.org/10.32782/eddiscourses/2024-1-2> [in Ukrainian].
6. Komar, T., & Syniuk, V. (2024). Asertyvnist yak kliuchovyi faktor harmonizatsii vzaiemyn u sotsiumi [Assertiveness as a key factor in harmonizing relationships in society]. *Naukovyi visnyk Vinnytskoi akademii bezperervnoi osvity. Seriiia «Pedagogika. Psykholohiia» – Scientific Bulletin of Vinnytsia Academy of Continuing Education. Series “Pedagogy. Psychology”*, 6, 36–43. <https://doi.org/10.32782/academ-ped.psyh-2024-2.05> [in Ukrainian].
7. Malihin, O. P., & Fedorenko, A. F. (2025). Asertyvnist' yak kliuchovyi chynnyk rozvytku zdorovoi seksual'nosti v yunats'komu vitsi: formuvannia navychok usvidomlenoi ta vidpovidal'noi vzaiemodii [Assertiveness as a key factor in the development of healthy sexuality in adolescence: formation of skills of conscious and responsible interaction.]. *Psykholohichni zhurnal – Psychological Journal*, 11, 1, 45–54. <https://doi.org/10.31108/1.2025.11.1> [in Ukrainian].
8. Ohneva, A. (2026). Sotsialnyi intelekt yak determinanta mizhosobystisnoi vzaiemodii maibutnikh prohramistiv [Social intelligence as a determinant of interpersonal interaction of future programmers]. *Nauka i osvita – Science and Education*, 1, 49–53. <https://doi.org/10.24195/2414-4665-2026-1-5> [in Ukrainian].
9. Spivak, L. (2024). Analiz fenomenu zhyttiistiikist v paradyhmi suchasnoi nauky [Analysis of the phenomenon of resilience in the paradigm of modern science]. *Naukovyi chasopys Ukrainskoho derzhavnoho universytetu imeni Mykhaila Drahomanova. Seriiia 12. Psykholohichni nauky – Scientific journal of the Ukrainian State University named after Mykhailo Dragomanov. Series 12. Psychological Sciences*, 70, 62–71. [https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series12.2024.25\(70\).07](https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series12.2024.25(70).07) [in Ukrainian].
10. Shcherbak, T. I., & Pukhno, S. V. (2023). Doslidzhennia pochuttia humoru v osib z riznym rivnem zhyttiistiikosti [Research of the sense of humor in persons with different levels of hardiness]. *Vcheni zapysky TNU imeni V. I. Vernadskoho. Seriiia: Psykholohiia – Scientific Notes of Taurida National V. I. Vernadsky University. Series: Psychology*, 34(73), 6, 17–25. <https://doi.org/10.32782/2709-3093/2023.6/04> [in Ukrainian].
11. Bar-On, R. (2006). The Bar-On Model of Emotional-Social Intelligence (ESI). *Psicothema*, 18, 13–25.
12. Guilford, J. P. (1967). *The Nature of Human Intelligence*. McGraw-Hill.

13. Maddi, S. R. (2006). Hardiness: The Courage to Grow from Stresses. *The Journal of Positive Psychology*, 1(3), 160–168.
14. Mayer, J. D. (2001). A Field Guide to Emotional Intelligence. In J. P. Ciarrochi, J. P. Forgas, J. D. Mayer (Eds.). *Emotional Intelligence in Everyday Life* (pp. 3–24). Psychology Press.
15. Mayer, J. D., & Salovey, P. (1997). What is Emotional Intelligence? In P. Salovey, D. Sluyter (Eds.). *Emotional Developments and Emotional Intelligence: Educational Implications* (pp. 3–31). Perseus Basic Books.
16. Salter, A. (1949). *Conditioned reflex therapy*. Farrar, Straus & Giroux.
17. Spivak, L. (2025). Impact of Emotional Intelligence on Mental Health of University Students in Stressful Conditions. *Nr. 5. prof. habil. dr. Antano Seiliaus vardo mokslinės konferencijos „Iššūkiai vadybos moksle ir studijose“*. 5th prof. Scientific conference named after A. Seiliaus “Challenges of management science and studies”. (pp. 59–63). Klaipėda University.