

## АССЕРТИВНОСТЬ КАК ФАКТОР СОЦИАЛЬНО- ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ АДАПТАЦИИ СУБЪЕКТОВ ОБРАЗОВАНИЯ

Молодиченко. Т.А.

Кандидат психологических наук, доцент

Саратовский национальный государственный университет им. Н.Г. Чернышевского, факультет психолого-педагогического и специального образования, кафедра социальной

психологии образования и развития

e-mail: [molodichenkota@mail.ru](mailto:molodichenkota@mail.ru)

**Аннотация.** Изложены результаты исследования феномена ассертивности у старшеклассников и студентов. Показано, что ассертивность является значимым фактором социально-психологической адаптации. Представлены результаты на выборке старшеклассников (n = 210 человек) и студентов факультета психолого-педагогического и специального образования (n = 186 человек) с применением методов наблюдения, рейтинга, анкетирования, тестирования, формирующего эксперимента и методик Розенцвейга, Клецова А.Г., Калюжного А.А., В. Каппони, Т. Новака, Молодиченко Т.А. Установлены особенности развития и формирования ассертивности. Прикладной аспект исследования проблемы реализован.

**Ключевые слова:** ассертивность; социально-психологическая адаптация; концепция социоакмеологического конструирования развития образовательного пространства.

## ACERTIVITY AS A FACTOR OF SOCIAL AND PSYCHOLOGICAL ADAPTATION OF THE PERSON OF EDUCATION

Molodichenko. T.A.

**Abstract.** Summary. The article presents some results of the study of the phenomenon of assertiveness among students of high school and senior pupils. It says that assertiveness is a significant factor in social and psychological adaptation. The results are presented on a sample of senior pupils (n = 210 people) and students of the faculty of psychological, pedagogical and special education (n = 186 people) with the using of observation, rating, questioning, testing, a formative experiment and methods of Rosenzweig, Kletsova A.G., Kalyuzhny A.A., V. Kapponi, T. Novak, Molodichenko T.A. The features of the development and formation of assertiveness are established. The applied aspect of research was implemented.

**Key words:** acertivity; social and psychological adaptation; the concept of social and acmeological construction of the development of educational space.

Проблемы социально-психологической адаптации активно исследуются с середины XX века, их изучение и разрешение особенно актуализировалось с 70-х гг. XX века. Определенный вклад в эти исследования внесен и нами (защита диссертация на соискание ученой степени кандидата психологических наук «Адаптация молодых специалистов-инженеров» (1981 г.)).

Под социально-психологической адаптацией субъектов образования мы понимаем активное приспособление и активное вхождение личности в процессы общения и межличностных отношений. При этом личность сохраняет и

развивает свою субъектность, не только активно, избирательно приспособившись, но и приспособивая других членов группы (коллектива). В процессе успешной социально-психологической адаптации (СПА) происходит двустороннее, взаимное душевно-духовное обогащение друг друга субъектами образования.

Факторов успешной СПА – множество: и объективные, и субъективно-объективные, и субъективные. Одним из факторов является феномен ассертивности.

Ассертивным называют прямое открытое поведение, не имеющее целью причинить вред другим людям. Это особый тип поведения, который позволяет человеку конкретно и решительно заявлять о своих потребностях, желаниях и чувствах другим людям. Ассертивное поведение социально ориентировано, то есть направлено на построение конструктивных отношений с окружающими: движение «к людям», а не «от людей» или «против людей». Такой человек стремится к установлению гармоничных взаимоотношений с окружающими, основанных на доверии, взаимопонимании и сотрудничестве. Эта стратегия поведения сохраняется и тогда, когда человек встречается с затруднениями.

Синонимом ассертивности по определению является уверенность в себе. Это переживание человеком своих возможностей, адекватных тем задачам, которые перед ним стоят в жизни, и которые он ставит перед собой сам. Уверенность в себе в каком-либо виде деятельности имеет место, когда самооценка выше (ниже) реальных возможностей, проявляется самоуверенность (неуверенность).

Ассертивность предполагает постановку личностью достижимых целей, волю и стремление к их достижению, сосредоточение сил на главных ценностях, ассертивная личность меняет поведение в зависимости от ситуации, умеет быть лидером, пользуется поддержкой и сама оказывает ее, умеет вовремя исправлять ошибки, в ответ на неудачу стремится вперед. Ассертивность – это комплексное свойство личности быть независимой, уверенной в себе, мотивированной на успех и достижения, с большой силой воли.

Ассертивность тесно связана с самоутверждением посредством творческой деятельности, хотя, следует отметить, что не все творческие личности движимы «жаждой самоутверждения».

Ассертивность способствует и развитию тех, с кем общается ассертивный человек. А само взаимодействие подчеркивает чувство собственного достоинства субъектов общения. Так, А. Маслоу особенно подчеркивал устремленность самоактуализирующейся личности к свободной реализации своих творческих потенций.

Представитель неопрейдизма А. Адлер писал о чувстве превосходства, являющегося значимым для человека. За счет его реализации человек самоутверждается.

Курт Левин, представитель гештальт-направления, вместо термина «самоутверждение» ввел понятие «уровень притязаний», который в разной степени сформирован у разных личностей. Так, по нашим данным, уровень притязаний адекватен у самоактуализирующихся и акме-личностей и завышен у авторитарных личностей и манипуляторов.

Мы понимаем ассертивность как сложное качество личности, помогающее ей адаптироваться, социализироваться и осуществлять акмеологизацию, поскольку в ее структуре – уверенность в себе, целеустремленность, сотрудничество и коммуникабельность, которые характеризуют акме-личностей – творцов своей и общей жизни.

Ассертивное поведение всегда ориентировано на успех, проявляется не только в социальной и профессиональной сферах жизни человека, но и в общении и взаимоотношениях людей.

Таким образом, проблема ассертивности многими учеными рассматривается эквивалентно самоутверждению. Однако, между этими понятиями есть различия: ассертивность – уверенность, социальная смелость, помогающая человеку ставить достижимые цели, не мешающие другим людям, а самоутверждение можно назвать средством достижения ассертивности, только

если человек исправляет ошибки и идет вперед.

Как сформировать у себя это комплексное свойство личности, основанное на развитии правильных взаимоотношений, как с обществом, так и с самим собой, коммуникативных навыков, на формировании адекватной самооценки, умения быть уверенным человеком. В русском языке уверенность в себе – это верность себе, вера в себя и свои силы, можно добавить – принятие себя (в том числе своих слабостей) и разрешение себе ошибаться. К сожалению, часто понятие уверенности в себе путают с самоуверенным и даже наглым поведением, хотя на самом деле это скорее защитная реакция, поэтому в термине асертивность делается акцент на то, что отстаивание своих интересов идет не за счет ущемления интересов других людей. Уверенность в себе может стать устойчивым качеством личности. Неуверенность (как и самоуверенность) часто связана с отрицательными эмоциональными переживаниями, нарушающими ход психического развития.

Адаптация и саморазвитие способствуют формированию асертивной личности, успешной социализации ее в современном обществе и наоборот: свойства асертивности позитивно влияют на эти процессы.

Формирование асертивности как личностной черты в первую очередь предусматривает, чтобы человек отдал себе отчет, насколько его поведение определяется его собственными склонностями и побуждениями, а насколько – кем-то навязанными установками. Эта процедура во многом схожа со сценарным анализом Берна, то есть требует осознать, кем и когда прописаны основные линии сценария вашей жизни, а также устраивает ли вас этот сценарий, а если нет – то в каком направлении следует его откорректировать. Часто оказывается, что человек находится во власти установок, чуждых его подлинному существу, и от этого безотчетно страдает. Ему предлагается не только взять на себя главную роль в сценарии собственной жизни, но и фактически переписать сценарий и выступить режиссером всей постановки.

А. Солтер сформулировал основные убеждения, которые мешают проявлению асертивности:

- Это эгоистично говорить о том, что я хочу;
- Другие люди должны сами догадываться о том, что мне нужно;
- Люди не должны сообщать всем о своих чувствах;
- Это неправильно – менять свое мнение;
- Если я буду говорить только то, что я думаю, я потеряю всех друзей;
- Я не должен обременять других людей своими проблемами;
- Если я буду отказывать людям в их просьбах, они перестанут уважать меня.

Наши исследования ассертивности субъектов образования проводились в течение нескольких лет (2009-2014 гг.) в школах (СОШ № 105 г. Саратова и С(К)ОШ II вида), а также на факультете коррекционной педагогики и специальной психологии, а затем – его преемнике: факультете психолого-педагогического и специального образования (в группах студентов – специальных психологов, коррекционных педагогов, логопедов, технологов). Это направление – одно из нескольких направлений исследований, проведенных в русле авторской концепции социоакмеологического конструирования развития образовательного пространства [3].

Так, в школе № 105 г. Саратова в русле проекта «Школа акмеологической культуры личности» после психодиагностики ассертивности разработаны и реализованы на практике в 8-10-х классах программа тренинга уверенности в себе и программа социально-психологического тренинга (СПТ) коммуникабельности.

Для их разработки использованы не только авторское социоакмеологическое конструирование [1, 2, 3], но и работы других ученых и практиков, исследовавших проблему ассертивности и занимавшихся формированием этого сложного социально-психологического качества [4]. Содержание социально-психологических тренингов наполняли: тематические социально-психологические задачи, инцидент, ролевые и психотехнические

игры, психогимнастика, элементы аутотренинга, рейтинг-самооценка.

В процессе диагностики студентов Саратовского педагогического института, а затем – университета, было выявлено, что уверенность в себе и коммуникабельность являются слабо развитыми качествами. С целью их развития были осуществлены названные выше тренинги, а также разрабатывались индивидуальные программы по их социально-психологической коррекции самими студентами под руководством автора.

Еще одно направление формирования и социально-психологической коррекции – это диагностика и тренинг 4-х «К» [5]. Задачи тренинга конфликтологической компетентности и конструктивной конфликтности – это, в том числе, и развитие ассертивности, положительно коррелирующей с конструктивной конфликтностью. В связи с этим в тренинге 4-х «К», разработанном нами, выполнялись задания по приращению уверенности в себе, целеустремленности, коммуникабельности, сотрудничества в конфликтных ситуациях.

В процессе тренинговых занятий конфликтологические знания, умения и навыки «перерастают» сначала в конфликтологическую компетентность, а затем в конструктивную (в отличие от деструктивной) конфликтность. Это означает, что у каждого субъекта образования: а) конструктивные конфликты начинают значительно преобладать над деструктивными; б) применение в общении конфликтологических знаний всегда осознанно, с использованием конструирования, моделирования и даже полноценного (с семью этапами по В.И. Слободчикову) проектирования конструктивных конфликтов (их создания, протекания, разрешения) [1, с. 97].

В заключение отметим, что эффективность практической психологической работы по формированию ассертивности у субъектов образования (старшеклассников и студентов) подтверждалась первичной (до тренингов) и вторичной социально-психологической диагностикой как ассертивности (применялись методики В. Каппони и Т. Новака, А.Г. Грецова), так и успешности социально-психологической адаптации (авторские методики).

**Библиографический список:**

1. Молодиченко Т.А. Социоакмеологическое конструирование развития высшего педагогического образования. Саратов: Изд-во Саратов. ун-та, 2012. 164 с.
2. Молодиченко Т.А. Социоакмеологический модус становления ноосферного образования в школах России: Научно-методическое пособие. Саратов: ИЦ «Наука», 2013. 37 с.
3. Молодиченко Т.А. Социоакмеологическая культура субъектов ноосферного образования. Научно-методическое пособие. Саратов, 2014. 49 с.
4. Грецов А.Г. Тренинг уверенного поведения для старшеклассников и студентов. СПб.: Питер, 2008. 192 с.
5. Молодиченко Т.А. Конструктивные конфликты в структуре профессионального мастерства педагогов и психологов. Сб. науч. тр. / Под науч. ред. Т.А. Молодиченко. Саратов: Изд-во «И.П. Баженов», 2010. С. 123-128.