

УДК 37.013

## ФОРМИРОВАНИЕ АССЕРТИВНОГО ПОВЕДЕНИЯ В ПОДРОСТКОВОМ ВОЗРАСТЕ

Воробьева М.С.

*ФГБОУ ВПО «Московский педагогический государственный университет», Москва, Россия, 119146 Малая Пироговская, 1, mstud@bk.ru*

Статья раскрывает особенности формирования навыков асертивного поведения подростков. Асертивность выступает как значимая характеристика зрелой личности в подростковом возрасте, которая требует целенаправленного формирования, что обусловлено современными социальными явлениями и требованиями мира к поведению подростка. Учитывая сензитивность возраста и психопластику личности подростка, была сформирована педагогическая технология, которая представляет собой структурирование воспитательного процесса, имеет цель, задачи, принципы, компоненты и диагностический инструментарий. По итогам эмпирического исследования были определены необходимые компоненты педагогической технологии: когнитивный, эмоционально – регулятивный, поведенческий компоненты. Педагогическая технология состоит из двух основных блоков ее реализации. В первом блоке содержания, который реализовывался в форме социально – психологического тренинга, решались задачи когнитивного и эмоционально-регулятивного компонента. Второй блок содержания реализовывался в форме воспитательной программы образовательного учреждения, которая учитывала задачи поведенческого компонента технологии. По итогам реализации педагогической технологии на протяжении учебного года была выявлена динамика по индикаторам асертивного поведения, как уверенность и решительность и опора на свои силы, уровень интернальности.

Ключевые слова: подростковый возраст, психопластика личности подростка, асертивное поведение, асертивность, педагогическая технология.

## DEVELOPMENT OF ASSERTIVENESS BEHAVIOUR IN TEENAGE YEARS

Vorobyeva M.S.

*Moscow State Pedagogical University, Moscow, Russia, 119146, Malaya Pirogovskaya st.1, mstud@bk.ru*

The article shows us aspects of developing skills of assertiveness behavior teenagers. Assertiveness is a important characteristic of mature personality in teenage age and it is necessary to development that skills purposefully because modern society demands on teenagers to be more assertiveness. We have made pedagogical technology using sensibility of this age and personality flexibility of teenager. Pedagogical technology involves structure, main purpose, objects, principles, elements and diagnostic tools. We emphasized three elements which are cognitive, emotional and regulative, behavioral. And pedagogical technology consist of two main blocks. The first block is social and psychological training for teenagers, where we have made conditions to realized objects of cognitive and emotional and regulative elements. The second block realized in form of educational program which realized the objects of behavioral element of technology. Summarizing the results of investigation we determined dynamics of main indicators of assertiveness behavior like a confidence and resolution and internal locus of control.

Keywords: teenage years, personality flexibility, assertiveness behavior, assertiveness, pedagogical technology.

Социально-экономические преобразования, как в мире, так и в России влекут за собой и изменения в современном образовании. Гуманизация образования является одной из актуальных задач, которая требует создание условий для утверждения личности в социуме, социальной активности, самореализации личности и формирования нового типа отношений, главными составляющими которых являются ответственность, независимость, активность, адекватное взаимодействие в межличностных отношениях.

Вышеперечисленные факторы подталкивают нас к изучению социального развития личности подростка, так как именно личность в подростковом возрасте стремится быть максимально социально активной, смелой, осознавать свои реальные возможности, с одной стороны, а с другой стороны, заявить о себе, отстаивать свою точку зрения в соответствии с возникающими потребностями могут не все подростки, так как им сложно определить границы дозволенного в проявлении настойчивости и активности, таким образом, обладать навыками асертивного поведения.

Ассертивность, как значимая характеристика зрелой личности в подростковом возрасте, не будучи целенаправленно формируема, существенно затрудняет внутреннее раскрытие подростка и его социальную адаптацию в среде сверстников и социуме в целом. На сегодняшний день актуальность формирования асертивного поведения подростков обусловлена социальными явлениями в нашем обществе и требованиями, которые предъявляются к подростку при его вступлении в мир самостоятельности.

В связи с чем, наиболее эффективным способом формирования асертивного поведения в подростковом возрасте стала разработка и реализация педагогической технологии в рамках образовательного учреждения. Под педагогической технологией мы понимаем научно-теоретическое структурирование воспитательного процесса образовательного учреждения, которое включает в себя цель, задачи. Также реализуется в рамках субъектно-деятельностного, личностно-ориентированного и технологического подхода, принципы и компоненты, диагностический инструментарий.

Описывая структуру педагогической технологии, стоит отметить, что для нас основными индикаторами асертивного поведения подростков являются: принятие на себя ответственности за собственное поведение; демонстрация самоуважения и уважения к другим людям; эффективное общение; демонстрация уверенности и позитивной установки; умение внимательно слушать и понимать; переговоры и достижение рабочего компромисса; поиск простых выходов из сложных ситуаций.

Учитывая кризис переходного возраста (Л.С. Выготский)[1], который связан с двумя факторами: возникновением новообразования в сознании подростка – социального сознания, и перестройка отношений между подростком и окружающей его средой, мы можем отметить, что у подростка нет опыта асертивного поведения, который требует и новая социальная среда, и вышедшие на новый уровень межличностные отношения. Ведущей деятельностью данного возраста является интимно-личностное общение, которое позволяет подростку выработать необходимые навыки социального взаимодействия. Таким образом, возраст сенситивен и личность подростка способна к адекватным изменениям в ответ на значимые изменения внешних факторов. Опора на концепцию психопластики личности

подростка Е.А. Левановой[12] позволила нам сформировать программу по развитию навыков асертивного поведения у подростков.

Для успешного применения в образовательном учреждении педагогической технологии формирования асертивного поведения, первоначально мы определили степень подготовленности участников (подростки в возрасте 14 - 15 лет) образовательного процесса. Для диагностики уровня асертивности был использован тест – опросник «Исследование уровня асертивности» модифицированный В. Каппони, Т. Новак[3], а также для получения дополнительной информации мы использовали тест «Уровень субъективного контроля» и тест «Шкала самоуважения Розенберга».

По итогам первичной диагностики, мы выявили, что подростки обладают некоторыми навыками асертивного поведения, например, независимостью и автономностью (63%), решительностью и опорой на свои силы (51%), уверенностью и позитивной установкой (33%), однако, уровень проявления этих качеств не высок. По некоторым характеристикам, например, как уровень интернальности межличностных отношений (50%) мы можем говорить о том, что подростки не обладают стабильным интернальным характером. По степени развитости адекватной самооценки мы получили данные среднего значения – 55%, что свидетельствует о том, что у испытуемых преобладает самоуважение, и подросток может адекватно оценивать свои достоинства и недостатки. Таким образом, мы выявили, что испытуемые обладают предпосылками для развития и формирования асертивного поведения по ключевым показателям таким, как «ответственность» и «самоуважение».

По итогам исследования мы определили необходимые компоненты педагогической технологии для формирования асертивного поведения в подростковом возрасте: когнитивный, эмоционально-регулятивный, поведенческий. Каждый из компонентов решает определенные задачи. Когнитивный компонент направлен на расширение теоретических знаний и представлений об асертивности. Эмоционально – регулятивный – решает задачи развития способности осознания и оценивания своего поведения. Поведенческий компонент – на развитие практических навыков асертивного поведения. Каждый из этих компонентов реализовывался в двух блоках, которые и определяют содержание технологии.

В первом блоке содержания, который реализовывался в форме социально – психологического тренинга, решались задачи когнитивного и эмоционально-регулятивного компонента.

Второй блок содержания реализовывался в форме воспитательной программы образовательного учреждения, которая учитывала задачи поведенческого компонента технологии.

В рамках первого блока мы разработали программу тренинга «Развитие асертивного поведения», который решал задачи формирования теоретических знаний по асертивности, развития коммуникативных способностей подростка, развития навыков контроля и регулирования эмоционального состояния в незнакомых ситуациях, формирования позитивного представления о себе и других.

В рамках второго блока технологии нами были поставлены и реализованы следующие задачи: внедрение современных воспитательных технологий в работу классных руководителей, формирование умений и навыков асертивного поведения подростков в различных ситуациях в рамках воспитательной программы, подготовка подростков к новым условиям обучения и формирование позитивных установок. Также был подготовлен план мероприятий на год в рамках программы «Развитие асертивного поведения подростков».

Технология реализовывалась на протяжении 2012 – 2013 учебного года на базе Канашского финансово-экономический колледжа – филиала федерального государственного образовательного бюджетного учреждения высшего профессионального образования «Финансовый университет при Правительстве Российской Федерации» рамках психологического клуба колледжа «Познай себя сам».

В конце учебного года была проведена вторичная диагностика по тем же методикам, которые упоминались выше. По результатам внедрения и реализации программы по развитию асертивного поведения мы можем отметить, что мы достигли изменения по показателям (тест-опросник В. Каппони, Т. Новак), прежде всего, уверенности, решительности и опоры на себя, изменения произошли на 8%, что свидетельствует нам о том, что подростки стали более уверенными и решительными и при столкновении интересов могут найти компромиссное решение для всех сторон-участников спора. Таким образом, проявляя, асертивное поведение. Также изменения произошли на 7% по показателю социальной желательности, что свидетельствует о том, что подросток научился определять возможные «социальные ловушки», связанные с манипуляциями других людей и уровнем развитости социального интеллекта, который позволяет находить выход из новой сложной ситуации.

В рамках вторичной диагностики по тесту «Уровень субъективного контроля», мы можем наблюдать динамику по Шкале общей интернальности на 11%, что свидетельствует о том, что у подростков изменился уровень субъективного контроля, то есть они считают, что большинство значимых событий, которые произошли в их жизни, являются результатом их усилий и берет ответственность за свою жизнь в целом. А также, по Шкале интернальности в межличностных отношениях. Мы наблюдаем динамику на 25%, это говорит нам, прежде всего, о том, что чувствует себя способным вызывать уважение и симпатию других людей и

берет ответственность за свои отношения с окружающими. Таким образом, проявляя качества асертивного поведения.

Таким образом, теоретический анализ и результаты опытно-экспериментальной работы позволяют нам сделать следующие выводы:

1. Асертивность в подростковом возрасте является значимой характеристикой зрелости личности, которая характеризуется уверенностью в себе, ответственностью, активностью, независимостью от внешних влияний и оценок, мотивацией на успех и достижения, расширением степени свободы и саморазвития на основе ответственности за выбор своих чувств, действий и отношений с собой и окружающими, способностью самостоятельно регулировать собственное поведение и нести ответственность за последствия своих решений, позволяющие защищать права и достигать поставленную цель в ситуациях социального взаимодействия.

2. Формирование навыков асертивного поведения с опорой на дружеские отношения подростков можем считать критерием эффективности становления личности подростка, его успешности в социальных контактах и эффективности выстраивания межличностных отношений, как в подростковом возрасте, так и в будущем.

3. В связи с чем, что подростки обладают неглубоким опытом социальных отношений и взаимодействий, а асертивность – это интегральное качество личности, необходимо целенаправленно формировать и развивать навыки асертивного поведения с помощью педагогической технологии, которая представляет собой структурирование воспитательного процесса, включающая цель, задачи, методологические подходы и формы организации работы, компоненты, разработанный диагностический инструментарий.

В итоге, мы можем отметить, что проведенное теоретико-экспериментальное исследование продемонстрировало, что проблема формирования и развития навыков асертивного поведения в подростковом возрасте является актуальной. Перспективным направлением исследования является внедрение практики реализации педагогической технологии в подобные образовательные учреждения, что позволит нам помочь подросткам грамотно реализовать их ведущую деятельность – общение с целью формирования зрелости личности.

Дальнейшими рекомендациями по развитию программы является разработка программы для студентов-педагогов и психологов, а также программы для курсов повышения квалификации для действующих педагогов и классных руководителей образовательных учреждений с целью повышения общей грамотности асертивного поведения и формирования навыка асертивного поведения. А также, разработать программу при образовательном учреждении для родителей подростков, это позволит нам создать

полноценную воспитательную среду, находясь в которой, подросток быстрее будет развивать навыки асертивного поведения.

### Список литературы

1. Выготский Л.С. Проблемы возраста / Л.С.Выготский. - М., 1984.
2. Ильин, Е.П. Психология общения и межличностных отношений. - Питер, 2009.
3. Каппони В. Как делать все по своему: или асертивность в жизнь / В.Каппони.-Питер, 1995.
4. Каппони В. Сам себе психолог / В. Каппони, Т. Новак. - Питер, 1994.
5. Кон И.С. Дружба. Этико-психологический очерк / И.С.Кон.- М.,1987.
6. Кон И.С. Психология ранней юности. М., 1989.
7. Кон И.С., Лосенков В.А. Юношеская дружба как объект эмпирического исследования // Проблемы общения и воспитания. Тарту, 1974, ч. 2. с. 74 -135.
8. Леванова Е.А. Подросток: концепция психопластики личности. – М., 2002.
9. Мясищев, В.Н. Психология отношений/ В.Н. Мясищев – М., 1995.
10. Обозов Н.Н., Обозова И.С. Психология дружбы и супружества. СПб, 2001.

### Рецензенты:

Пушкарева Т.В. д.п.н., профессор, Федеральное государственное бюджетное учреждение высшего профессионального образования «Московский педагогический государственный университет», г. Москва;

Серякова С.Б. д.п.н., профессор, Федеральное государственное бюджетное учреждение высшего профессионального образования «Московский педагогический государственный университет», г. Москва.