

Інсайт: [зб. наук. праць студентів, аспірантів та молодих вчених / ред. кол. І.В. Шапошникова, О.Є. Блинова та ін.] – Херсон: ПП Вишемирський, 2017. – Вип.14. – С.154-157.

ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ФОРМУВАННЯ АСЕРТИВНОЇ ПОВЕДІНКИ У СТУДЕНТІВ ВНЗ

В.В. Мойсеєнко

Херсонський державний університет, angel.19.09@mail.ru

Науковий керівник: доктор психологічних наук, професор О.Є. Блинова

Постановка проблеми. На сьогоднішній день актуальність формування та розвитку асертивності у студентів обумовлена соціальними явищами в нашому суспільстві і вимогами, які пред'являються до молодого фахівця. Тому професіоналізм фахівця визначається сьогодні не лише володінням професійних знань, умінь та навичок, а також спроможністю подати себе як особистість: вдало використовувати свої психологічні особливості, культуру й цінності. Така концепція передбачає обґрунтовану, впевнену, конструктивну поведінку фахівця в контексті досягнення поставлених професійних цілей, вміння тактовно й ввічливо відстоювати свою позицію. Все це дозволить студенту адекватно реагувати на події, що відбуваються в житті та конструктивно взаємодіяти з тими, хто оточує – іншими словами – бути асертивним. Від рівня асертивності значною мірою залежить ефективність професійної діяльності, психологічний клімат в колективі.

Недостатнє наукове дослідження проблеми формування асертивності студентів ВНЗ, спонукає на науковій основі вивчити психологічні аспекти формування такої якості, що дасть майбутньому фахівцю змогу з повагою ставитись як до себе, так і до колег, адекватно реагувати на критику, вміти відстоювати власну позицію, приймати виважені рішення й брати на себе відповідальність.

Виклад основного матеріалу. Аналізуючи літературні джерела слід зауважити, що асертивна поведінка студентів потребує такої здатності як

оволодіння спонтанними реакціями, розумним проявом емоцій, вмінням прямо говорити про свої бажання і вимоги, висловлювати власну точку зору, не боячись заперечувати, оперувати фактами, наполягати на своєму в ситуаціях, коли будь-яка аргументація виявляється зайвою [2].

Асертивність це вміння яке можна набути. Асертивна людина має окреслену мету дії і вміє контролювати свої емоції, не піддається швидко маніпуляціям та емоційному тиску людей. Асертивність не означає ігнорування емоцій і прагнень інших людей. Це вміння реалізовувати визначені цілі попри негативні тиски з боку оточення, раціональну дбальність про власні інтереси при одночасному врахуванні інтересів інших людей [4]. Формування асертивності як особистісної риси в першу чергу передбачає те, щоб людина усвідомлювала, що в її поведінці є результатом власного вибору, а що є результатом маніпуляцій оточуючих її людей.

У психологічній літературі під терміном «асертивність» розуміють якість особистості, як здатність людини конструктивно відстоювати свої права, демонструвати позитивне і шанобливе ставлення до інших людей, як здатність захищати власні інтереси, формулювати і відстоювати свою думку, вільно висловлювати свої почуття і емоції, досягати поставленої мети, при цьому не порушувати права інших людей і брати на себе відповідальність за власну поведінку [1, с. 58].

Асертивна поведінка має основні складові:

1. Прийняття на себе відповідальності за власну поведінку.
2. Демонстрація самоповаги і поваги до інших людей.
3. Ефективне спілкування. В даному випадку головними є три наступних якості: чесність, відкритість і прямота у розмові, але не за рахунок емоційного стану іншої людини.
4. Демонстрація впевненості та позитивної установки. Асертивна поведінка передбачає розвиток впевненості та позитивної установки. Впевненість в собі пов'язана з двома параметрами: самоповагою і знанням того, що ми професіонали, які добре володіють своїм ремеслом.

5. Уміння уважно слухати і розуміти. Асертивність вимагає вміння уважно слухати і прагнення розуміти точку зору іншої людини.

6. Переговори і досягнення робочого компромісу.

7. Пошук простих виходів зі складних ситуацій. Асертивність допомагає нам в процесі пошуку і знаходження простих виходів зі складних ситуацій [5].

До принципів асертивності відносять емпіричні правила поведінки в суспільстві, спілкування з оточенням. Причому спілкування спирається на істинно гуманістичні основи, заперечується маніпуляція, жорстокість і агресія стосовно іншого. Можна сказати, що асертивність є адекватною оцінкою свого стану й поведінки, це шлях до самореалізації, саморозвитку. У психології тлумачення цього терміна значно ширше. Поняття асертивність не існує само по собі, а включає достатньо широкий спектр суміжних понять, з якими має прямий зв'язок а саме такі поняття як асертивна поведінка, впевнена поведінка, ефективна комунікація, емоційна та соціальна компетентність та соціальна сміливість [4].

Асертивна поведінка - конструктивний спосіб міжособистісної взаємодії, що є альтернативою деструктивного способу - маніпуляції і агресії. Асертивність і асертивна поведінка особливо активно вивчаються сучасними зарубіжними психологами. Дослідження показали, що асертивність сприяє розвитку ряду позитивних якостей особистості, а тому доцільно прищеплювати навички асертивної поведінки починаючи з дитячого віку.

Асертивність передбачає наявність суб'єктивної установки на самого себе, соціальної готовності до здатності адекватно реалізовувати власні прагнення. Впевнена поведінка не означає придушення агресивних почуттів, вона сприяє редукції агресивної поведінки й зниженню приводів для агресії. У той же час асертивна поведінка передбачає «неагресивну впевненість».

Асертивні дії особистості розкриваються в такій поведінці, як: знання власних прав та обов'язків; адекватне оцінювання себе й оточуючих; усвідомлення особистих потреб та інтересів; розуміння власних цілей, намірів і шляхів подальших дій, при цьому здатність відкрито без страху й напруги

поважне ставлення до прав та інтересів інших людей; здатність досягати поставлених цілей, не маніпулюючи іншими; уміння переконувати, завойовувати прихильність; звертатися за порадою чи допомогою людей; спроможність укладати компромісні рішення; встановлювати ділові контакти та партнерські відносини.

Асертивна поведінка в навчально-виховному процесі – це оптимальний варіант спілкування викладача зі студентами, який призводить до формування відповідальної особистості, здатної успішно вирішувати проблеми – психологічні, освітянські, виробничі [3, с.119].

У систему розвитку асертивності можуть увійти як цілеспрямовані заходи на навчальних заняттях з будь-якого предмету, так і заняття в спеціально сформованих тренінгових групах.

На навчальних заняттях формування особистісних рис студентів, необхідних для асертивної поведінки, як показує практика, можна здійснювати на основі реалізації принципів розвитку пізнавальної активності студентів, і це залежить від майстерності викладача. Відповідно до цих принципів викладач чинить психологічний вплив на студентів цікавою короткою розповіддю, демонстрацією дослідів, несподіваними питаннями, незвичайною поведінкою, щоб заволодіти їх увагою і викликати у них зацікавленість. Потім викладач зацікавленість та інтерес, що виникає у студентів, перетворює в допитливість, створюючи проблему ситуацію, акцентуючи увагу на протиріччях в запропонованій для розгляду ситуації або в спостережуваних явищах – у студентів виникає пізнавальна потреба і починається активна розумова діяльність, спрямована на дозвіл виниклої проблеми. Викладачем заохочуються будь-які варіанти вирішення проблеми, запропоновані студентами, що сприяє розвитку впевненості, самостійності, незалежності, ініціативності. В процесі обговорення варіантів рішення проблеми під керівництвом компетентного викладача студенти вчаться поважати думки інших, контролювати себе, сої висловлювання, емоції і поведінку. Після обговорення можливих варіантів вирішення проблеми, їх гідності і недоліків робиться узагальнений

аргументований висновок. Поступове ускладнення запропонованих студентами навчальних проблем при збереженні у них інтересу до процесу вирішення проблемних ситуацій сприяє розвитку у них наполегливості, рішучості, умінь доводити почату справу до кінця. Таким чином, систематичне, послідовне включення студентів в процесі надбання нових знань і умінь сприятиме розвитку всіх особистісних якостей, що складають структуру асертивності.

Тому, навчально-виховний процес це взаємодія студента і викладача, який має бути побудований за принципом асертивності, в основі якого лежить взаємоповага, доброзичлива наполегливість, коректне управління учінням студентів.

Отже для студента формування асертивності передбачає у першу чергу, усвідомлення, наскільки її поведінка визначається власними схильностями і спонуканнями, а наскільки – кимось нав'язаними установками. Це зумовлено соціально-психологічними чинниками, які актуалізовані самими студентами; викладачами, керівниками навчального процесу, спільною діяльністю. Тобто студент як особистість формує сукупність впливів, яким він піддається: організація навчання, заняття з різних предметів, особистий приклад викладача, ставлення одногрупників. Будучи взаємопов'язаними і взаємозалежними, всі вони здійснюють вплив в органічній єдності.

Література

1. Степанов С.С. Популярная психологическая энциклопедия / С.С. Степанов. – М.: Изд-во Эксмо, 2005. – 672 с.
2. Герасіна С.В. Асертивна поведінка як передумова формування почуття власної гідності та самоповаги студентської молоді / С.В. Герасіна // Проблеми сучасної психології: зб. наук. праць. К.-ПНУ імені Івана Огієнко, Інститут психології ім. Г.С. Костюка. – Випуск 10. – 2010. – С. 139–149.
3. Марчук Л.М. Формування асертивної поведінки як професійно важливої якості особистості студентів вищої школи / Л. М. Марчук // Педагогічні інновації у фаховій освіті : зб. наук. пр. – Ужгород : ЗакДУ, 2011. – Вип. 2. – С. 117–123.
4. Прихожан А.М. Психология неудачника: тренинг уверенности в себе / А.М. Прихожан. – М.: Сфера, 2000. – 198 с.

5. О.Є. Фальова Асертивність як фактор самореалізації особистості жінки / О.Є. Фальова // Вісник харківського національного педагогічного університету імені Г.С. Сковороди серія "Психологія". 2015. – Вип. 50. – С. 264