***Чудаєва Наталія Володимирівна***

***Уманський державний педагогічний***

***університет імені Павла Тичини, м. Умань***

**РОЗВИТОК АСЕРТИВНОЇ ПОВЕДІНКИ ЯК ПЕРЕДУМОВА СОЦІАЛЬНОЇ АДАПТАЦІЇ ДИТИНИ**

Проходячи складний шлях соціалізації, дитина зазнає різних впливів навколишньої дійсності, яка часто є стресором тривалої дії.

В умовах соціальної нестабільності, яка негативно впливає на кожну сім’ю, зростає, по-перше, тривожність і агресивність дітей, по-друге – їх пасивність, які перешкоджають нормальним адаптаційним процесам в соціумі.

Вільний прояв бажань малюка з раннього віку піддається різним обмеженням з боку дорослих. Дитина змушена пристосовуватися до впливів, використовуючи різні механізми психологічного захисту, а це часто шкодить її природному розвитку.

У сучасних соціальних умовах технології розвитку асертивної (впевненої) поведінки дошкільнят невипадково вважаються оптимальними шляхами здійснення соціальної адаптації.

Асертивність – це бажана альтернатива, яка стоїть між двома крайнощами: *агресивністю* (коли дитина пригнічує права та потреби інших), і *покорою та пасивністю* (коли дитина ігнорує власні права та потреби).

Для попередження агресії та впертості, для розвитку асертивності дитини, на нашу думку, необхідно: запропонувати потенційним агресорам неагресивний і соціально прийнятний шлях досягнення своїх цілей; забезпечити потенційним жертвам агресії можливість уникати переслідування; вчити дитину упереджувати такі ситуації, коли агресивні дії можуть бути позитивно оцінені спостерігачами.

Дитину-агресора, як правило, лають за те, що вона заподіяла комусь біль, але не вчать альтернативній поведінці (наприклад, як вмовити іншу дитину поступитись місцем у черзі, замість того, щоб відштовхувати її). При цьому жертва, в більшості випадків, залишається задоволеною, опинившись безпорадною і залежною, замість того, щоб навчитися протистояти агресору. Коли жертва кричить або скаржиться, дорослий висловлює їй своє співчуття і вирішує її проблеми.

Навчання соціальним навичкам формує у дошкільників вміння без агресії відстояти свої права: діти мають знати, що вони мають право сказати «ні».

У навчанні дошкільнят навичкам асертивності радимо використовувати мною використовуються різні традиційні та нетрадиційні методики:

* ігротерапія (дозволяє навчитися ефективному спілкуванню з однолітками і дорослими, налагоджувати контакт з групою);
* пісочна терапія – один з різновидів ігротерапії (знімає психоемоційне напруження, розвиває емоційну сферу дитини, виховує вміння безконфліктного взаємодії);
  + арттерапія (знімає прояви нестабільності настрою, тривоги, розвиває творчий підхід до справи);
  + казкотерапія – один з видів арттерапії (сприяє подоланню бар'єрів спілкування, розвитку комунікативних навичок, уваги, мислення, уяви);
  + кольоротерапія, зокрема, «сухий дощ» (стимулює тактильні відчуття, допомагає сприйняттю свого тіла в просторі).
  + психогімнастика (дозволяє відстежувати і розрізняти емоції, вчить дитину бути розкутим, розвиває акторські здібності, допомагає відчути стан іншої людини);
  + проектна діяльність.

Сформулюємо правила асертивної поведінки дошкільнят:

1 . Навчайте дітей говорити між собою, а не через педагога. Якщо діти у розв’язанні своїх проблем залежать від дорослого, це заважає формувати самоповагу.

2 . Навчайте дітей просити ввічливо: ровесники налаштовані більш охоче, якщо їх просять люб'язно. Вчіть дітей ввічливо говорити «ні», діти мають вміти відхилити прохання або пропозицію прийнятним шляхом і поважати право інших людей зробити це.

3 . Використовуйте демонстрування і рольове програвання, щоб навчити дітей асертивним навичкам (використовуйте ляльки і іграшки).

4. Використовуйте будь-яку можливість для розвитку асертивності дитини, адже в природних, невимушених ситуаціях мотивація дітей дуже висока.

5. Навчіть дітей відстоювати свої права у спілкуванні з дорослими, знаючи, що вони мають право на справедливу поведінку з боку дорослих.

7. Дитина має уникати конфронтації, яка загрожує безпеці та здоров’ю дитини. Безпека – головна умова!

8. Навчайте дітей ігнорувати провокаційну поведінку ровесників. Це допомагає контролювати власні емоційні реакції.

**Список використаних джерел:**

1. Алексеева Л. Ф., Лебедева И. В. Ассертивность как основное свойство субъекта в психологии // Вестник практической психологии образования. – 2009. – № 1 (18). – С. 39-42.
2. Каппони В., Новак Т. Как делать все по-своему, или ассертивность – в жизнь. – СПб.: Питер, 1995. – 186 с.
3. Steven J. Stein, Howard E. Emotional Intelligence and Your Success. Stoddart Publishing Co. Ltd., 2000.