

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования
КРАСНОЯРСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ им. В.П. АСТАФЬЕВА
(КГПУ им. В.П. Астафьева)

Институт психолого-педагогического образования
Кафедра психологии

ЗАЛОЖУК АНАСТАСИЯ ВАЛЕРЬЕВНА

ВЫПУСКНАЯ КВАЛИФИКАЦИОННАЯ РАБОТА

**ОСОБЕННОСТИ КОММУНИКАТИВНОЙ КОМПЕТЕНТНОСТИ
МАЛЬЧИКОВ И ДЕВОЧЕК ПОДРОСТКОВОГО ВОЗРАСТА**

Направление подготовки 44.03.02 Психолого-педагогическое образование

Направленность (профиль) образовательной программы
Практическая психология в образовании

ДОПУСКАЮ К ЗАЩИТЕ

Заведующий кафедрой
канд. психол. наук, доцент Дубовик Е.Ю.

Руководитель
старший преподаватель Новикова Д.В.

Руководитель
канд. психол. наук, доцент Дубовик Е.Ю.

Обучающийся
Заложук А.В.

Дата защиты

Оценка

Красноярск 2021

ОГЛАВЛЕНИЕ

ВВЕДЕНИЕ.....	3
ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВАНИЯ ИССЛЕДОВАНИЯ ОСОБЕННОСТЕЙ КОММУНИКАТИВНОЙ КОМПЕТЕНТНОСТИ МАЛЬЧИКОВ И ДЕВОЧЕК ПОДРОСТКОВОГО ВОЗРАСТА.....	6
1.1. Теоретические подходы к пониманию коммуникативной компетентности.....	6
1.2. Психологическая характеристика подросткового возраста.....	11
Вывод по главе 1.....	28
ГЛАВА 2. ЭМПИРИЧЕСКОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ КОММУНИКАТИВНОЙ КОМПЕТЕНТНОСТИ МАЛЬЧИКОВ И ДЕВОЧЕК ПОДРОСТКОВОГО ВОЗРАСТА.....	29
2.1. Организация и методы исследования.....	29
2.2. Анализ результатов исследования.....	34
2.3. Рекомендации по развитию коммуникативной компетентности мальчиков и девочек подросткового возраста.....	39
Вывод по главе 2.....	45
ЗАКЛЮЧЕНИЕ.....	46
СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ.....	49
ПРИЛОЖЕНИЯ.....	53

ВВЕДЕНИЕ

В Федеральном государственном образовательном стандарте основного общего образования прописаны требования, которые указывают на то, что обучающийся к концу обучения в среднем звене должен уметь организовывать совместную деятельность со сверстниками и взрослыми, уметь договариваться, конструктивно разрешать конфликты через сотрудничество, формулировать, аргументировать и отстаивать свое мнение [1]. Перечисленное входит в коммуникативную компетентность, которой должен обладать выпускник среднего звена школы. Развитие коммуникативной компетентности является наиболее актуальным в подростковом возрасте потому, что это определяет будет ли он в будущем способен организовывать совместную деятельность по решению учебных задач, сотрудничать и выстраивать деловые отношения с педагогами. Именно в подростковом возрасте необходимо развивать коммуникативную компетентность для обеспечения успешного будущего.

В современных школах мы часто сталкиваемся с тем, что в процессе обучения и усвоения программы уделяют недостаточное внимание развитию коммуникативной компетентности. Этот процесс происходит стихийно. В результате на выпуске из средней школы мы можем иметь обучающихся, у которых коммуникативная компетентность развита недостаточно, а также ярко прослеживается разница в уровне развития коммуникативной компетентности мальчиков и девочек. Так девочки больше стремятся расширить круг своих знакомых, проявляют инициативу в общении, они не теряются в новой обстановке. В то время как мальчики более пассивны и не всегда охотно идут на контакт.

Решением данной проблемы станут психолого-педагогические рекомендации по организованному развитию коммуникативной компетентности мальчиков и девочек, которые мы предлагаем на основе проведенного исследования в нашей работе.

Проблема коммуникативной компетентности подросткового возраста обсуждалась в работах А.Г. Антоновой, О.А. Веселковой, Ю.В. Касаткиной, Е.А. Архиповой, Р.В. Овчаровой, Л.А. Петровская, В.Н. Куницына, Л.М. Митина, В.А. Спивак, Ю.Н. Емельянов. Однако при активном изучении коммуникативной компетентности подростков остается недостаточно освещенным вопрос особенностей коммуникативной компетентности мальчиков и девочек.

Цель исследования: Выявить особенности коммуникативной компетентности мальчиков и девочек подросткового возраста.

Объект исследования: Коммуникативная компетентность.

Предмет исследования: Особенности коммуникативной компетентности мальчиков и девочек подросткового возраста.

Гипотеза: Мы предполагаем, что коммуникативная компетентность различается у мальчиков и девочек.

Для проверки поставленной гипотезы и достижения цели были поставлены следующие задачи:

1. Раскрыть содержание понятия коммуникативная компетентность.
2. Выделить психологические особенности мальчиков и девочек подросткового возраста.
3. Установить особенности коммуникативной компетентности мальчиков и девочек подросткового возраста.
4. Разработать рекомендации по развитию коммуникативной компетентности мальчиков и девочек подросткового возраста.

Для решения поставленных задач применялись следующие методы:

- **теоретические:** анализ, обобщение психологической литературы по проблеме исследования;
- **эмпирические:** опросные методы (Методика оценки коммуникативных и организаторских склонностей КОС-1 (В.А. Синявский, Б.А. Федоришин); Оценка уровня общительности Ряховского В.Ф.; Опросник межличностных отношений А.А. Рукавишников (ОМО)).

- методы обработки данных: методы количественной и качественной обработки данных.

Исследование проводилось на базе одной из общеобразовательной школы г. Красноярск МБОУ СШ № XX. В исследовании приняло участие 32 обучающихся в возрасте 14 лет.

Практическая значимость данной работы заключается в том, что полученные результаты, актуализируют значимость организованной и целенаправленной развивающей коммуникативную компетентность деятельности в условиях образовательной организации. Разработанные рекомендации может также использоваться педагогами, педагогами-психологами, родителями в работе с мальчиками и девочками подросткового возраста.

Структура работы: работа состоит из введения, двух глав, после которых идут выводы, заключения, списка литературы, состоящего из 50 источников.

ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВАНИЯ ИССЛЕДОВАНИЯ ОСОБЕННОСТЕЙ КОММУНИКАТИВНОЙ КОМПЕТЕНТНОСТИ МАЛЬЧИКОВ И ДЕВОЧЕК ПОДРОСТКОВОГО ВОЗРАСТА

1.1. Теоретические подходы к пониманию коммуникативной компетентности

Общение является одной из важных потребностей человека. В общении человек имеет возможность познать другого человека, самого себя, развиваться, приобретать социальный опыт. С помощью общения происходит передача информации, а также обмен эмоциями, где эмоции отражают состояние человека или отношение к содержанию информации.

Прежде чем перейти к рассмотрению объекта исследования необходимо раскрыть понятие «общение», «коммуникация» и «компетентность» и в каких отношениях они состоят.

Общение – это процесс взаимосвязи субъектов общества, который заключается во взаимном обмене информацией, умениями, результатами труда, навыками, деятельностью. За счет общения личность социализируется, происходит накопление социального опыта и формирование индивидуальностей.

Коммуникация представляет из себя такой процесс обмена информацией, который также позволяет проявить свои индивидуальные особенности и коммуникативные качества, что влияет на прием информации, а также формирование устойчивого отношения партнеров друг к другу.

Однако при этом основной целью коммуникации принято считать прием и передачу информации.

Компетентность в психолого-педагогических кругах представляется как владение определенными умениями, навыками, которые человек из одной сферы деятельности может переложить в другую. Некоторая универсальность позволяет решать разнообразные задачи, не только интеллектуальной деятельности, но и коммуникативной [1].

Если рассмотреть в частности коммуникативную компетентность, то встает вопрос ресурса. Система внутренних ресурсов, которая проявляется в разных коммуникативных ситуациях по-разному.

Коммуникативная компетентность имеет исторически и культурно предопределённые характеристики.

В современном мире для выстраивания общения существует ряд принципиальных критериев и направлений. Важно понимать, как разностороннее общение влияет на становление коммуникативной компетенции, и ограничить такие виды общения как служебно-деловое, ролевое и личностное. Основанием для отличия коммуникативной ситуации обычно считается психологическая дистанция между партнерами, то есть я – ты контакт. Ю.М. Жуков отмечает что здесь другой человек получает статус близкого. Общение имеет специфику – появляется конфиденциальность, в силу того, что партнеры по общению проявляют крайнюю степень доверия друг другу своих тайн, взглядов, установок относительно окружающего мира [18; 19; 20].

Л.А. Петровская подразумевает компетентность в общении как готовность уметь выстроить взаимоотношения с людьми на различной психологической дистанции включающую стремление понять его позицию, а также установку на проявления уважительного и доброжелательного отношения к нему. Гибкость и адекватная психологическая позиция – одна из немаловажных характеристик компетентного общения [38].

А.Н. Леонтьев считал, что общение – это социальные процессы, осуществляющиеся внутри определенной социальным равенством – группы, коллектива, общества в целом. [27; 28; 29].

Л.А. Петровская рассматривала коммуникативную компетентность как сложное образование, в которое входят уровни ценностей, установок, умений, и как система внутренних средств, позволяющих устанавливать контакты с партнером по общению [38].

А.Н. Леонтьев также считал, что коммуникативная компетентность раскрывается в конкретных умениях, позволяющих устанавливать разного рода контакты. Однако автор отмечает, что важным условием является теоретическая основа – знания как устанавливать контакт, что после проявляется на практике [27; 28; 29].

Ю.Н. Емельянова в своих работах делает большой акцент на том, что коммуникативная компетентность есть набор способностей. Автор указывает то, что данные способности развиваются в течении жизни через ежедневное взаимодействие с социумом и отражаются в способности человека взаимодействовать вербально и не вербально [15,16,17].

В след за Ю.Н. Емельяновой про способности начинает говорить и Е.В. Сидоренко. Автор также определяет коммуникативную компетентность как совокупность некоторых способностей, которые применяются субъектом сообразно коммуникативной задачи, стоящей перед ним [44].

В работах Ю.М. Жукова как характеристика, которая проявляется только в общении через гибкость в установлении контактов [18,19,20].

На гибкость обращает свое внимание и О.И. Муравьева. Автор указывает что некоторая мобильность определяет определенные поведенческие паттерны коммуникации, выбор которых основаны на оценке конкретной ситуации. По мнению автора, после оценки ситуации, субъект выбирает набор техник и приемов общения и использует исходя из этого во взаимодействии с партнером [35].

Е.В. Руденский вслед за отечественными коллегами указывает что коммуникативная компетентность представляет из себя сложный конструкт их способностей и внутренних ресурсов, которые могут определить характер коммуникации. Именно данные ресурсы и определяют, как сложится коммуникация и какой итог получится при взаимодействии. Соответственно если ресурсы в дефиците, то мы можем спрогнозировать деструктивный характер взаимодействия и неудовлетворительный результат [41].

На коммуникативную компетентность личности также влияют особенности познавательной сферы – особенности развития память, внимания, мышления, речи, эмоционально-волевой сферы, психические состояния человека. Кроме того, также влияет и тип нервной деятельности, возрастные и половые различия.

1. Речь. Умение грамотно и четко формулировать свои мысли, выразительно говорить, выражать в речевой деятельности собственную оценку прочитанного или услышанного.

2. Социально-психологические умения. Умение ориентироваться в социальных ситуациях, правильно определять личностные особенности и эмоциональное состояния других людей, выбирать конкретные способы общения с ними, и реализовывать эти способы в процессе взаимодействия. Предвидеть возможные пути развития коммуникативной ситуации в рамках которой разворачивается общение.

3. Психологические умения, связаны с процессами: умения преодолевать психологические барьеры в общении, снимать излишнее напряжение, эмоционально настраиваться на ситуацию общения, конкретно ситуации общения выбирать жесты, мобилизоваться на достижение коммуникативной цели, распределять свои усилия в общении.

4. Уметь использовать в общении нормы речевого этикета в соответствии с конкретной коммуникативной ситуацией, реализовывать ситуативные нормы обращения и привлечения внимания, организовывать знакомство с партнерами, использовать ситуативные нормы приветствия.

5. Уметь использовать невербальные средства общения: это слуховые, зрительные, обонятельные, тактильные и другие образы и ощущения, получаемые от другого человека и несущие в себе определенную информацию. Большинство невербальных средств и форм общения человека являются врожденными и позволяют ему взаимодействовать, добиваясь взаимопониманием.

6. Уметь общаться в различных организационно-коммуникативных формах. Использовать организационно-коммуникативные умения устанавливать отношения.

7. Уметь взаимодействовать на уровне диалога с личностью или группой.

Е.В Руденский выделяет следующие признаки коммуникативной компетентности:

1. быстро и точно ориентироваться во взаимодействии;
2. стремление понять друг друга в конкретной ситуации;
3. устанавливать деловые контакты не только на деле, но и с партнёром;
4. уверенность в себе, адекватно оценивать ситуацию;
5. владение ситуацией, готовность проявить инициативу;
6. большая удовлетворённость в общении и уменьшение нервно-психических процессов коммуникации;
7. умение эффективно общаться в разных статусно-ролевых позициях.

Коммуникативная компетентность включает в себя:

- языковой компонент (формирование лексических и грамматических навыков);
- речевой компонент (смысловое, логическое построение высказывания, умение аргументировать свою позицию, вести дискуссию, задавать вопросы, слушать, устанавливать контакт);
- учебно-познавательный компонент (умение работать с информацией);
- социокультурный компонент (культура коммуникации в условиях сотрудничества, умение выслушать партнёра, встать на его позицию и сформулировать её);
- этикетный и общекультурный компонент.

Анализ психологической литературы относительно явления коммуникативной компетентности позволил нам установить, что явление является сложным и многогранным. Мы определили структуру, особенности и тенденцию к развитию по мере взросления человека.

Так в данной работе мы будем придерживаться определения коммуникативной компетентности Л.А. Петровского: коммуникативная компетентность – это способность устанавливать и поддерживать контакты с другими людьми на основе коммуникативных знаний, умения, которые обеспечивают конструктивное взаимодействие.

Коммуникативная компетентность является динамичным образованием, которое подвергается развитию. Однако наиболее ярко мы можем пронаблюдать данное явление в подростковом возрасте. Изучение коммуникативной компетентности подростка является актуальной так как ведущим видом деятельности является интимно-личностное общение, характер которого задает успешность подростка в будущем.

1.2. Психологическая характеристика подросткового возраста

Подростковый возраст можно назвать переходным периодом от детства к взрослости. Однако границы этого возрастного периода в периодизациях разных авторов определяется по-разному. При существующем многообразии возрастных периодизаций (Л.С. Выготский, Д.Б. Эльконин, Э. Эриксон и др.), разными определениями периода подросткового возраста, в современной науке принято считать, что этот период колеблется от 11–12 до 15–16 лет.

Таким образом данные возрастные границы совпадают с обучением обучающихся в среднем звене школы – 5–9 класс. Подростковый возраст выступает как переход от подростничества к юности. Так, обучающиеся в общеобразовательной школе в 5–9 классе занимают некоторое переходное положение: я подросток и могу шалить, но с другой стороны я уже почти взрослый, время шалостей закончилось и мне нужно задумываться серьезно о профессиональном выборе. Поэтому в старшем подростковом возрасте совершаются самые необдуманные поступки, словно подросток пытается «запрыгнуть в последний вагон» уходящего детства.

На данном возрастном этапе происходит множество изменений как в физиологическом плане, так и во внутреннем мире подростка. В силу происходящих изменений с обучающимся становится сложнее взаимодействовать, поэтому родители чаще называют подростковый период «трудным».

В подростковом возрасте происходят следующие физиологические изменения: мышечное развитие происходит медленнее чем развитие опорно-двигательной системы. Это является причиной неуклюжести при передвижении; появлении угловатых движений.

Развитие сердечно-сосудистой системы. В подростковом возрасте школьник начинает жаловаться на учащенное сердцебиение, головокружения или перепады давления.

Центральная нервная система также развивается быстрыми темпами из-за чего у подростка то настает слабость, то прилив сил и бодрость.

У девочек наблюдается оформление фигуры по женскому типу (широкие бедра), а у мальчиков – по мужскому (широкие плечи).

Нестабильно начинают работать железы внутренней и внешней секреции. Проявляется такие изменения в появлении отчетливого запаха пота, появлении угревой сыпи и быстром загрязнении волос на голове.

Все эти изменения неизбежно приводят к изменениям во внутреннем мире подростка: возникают комплексы относительно внешнего вида. Данные изменения становятся одной из тем для обсуждения со сверстниками, а также вопросом для самостоятельного обдумывания, сравнения себя с другими.

Центральным психологическим новообразованием становится формирование чувство взрослости – это психологический симптом начала подросткового возраста. Если опираться на мнение Д.Б. Эльконина, то «чувство взрослости есть новообразование сознания, через которое подростки сравнивают себя с другими сверстниками или взрослыми, находят образцы для усвоения, строит свои отношения с другими людьми, умеет перестраиваться в своей деятельности». Поэтому изменения в физиологии,

физические, психологические изменения, появление сексуального влечения делают подростковый период очень сложным не только для родителей и педагогов, но и для самого ребенка.

В возрастной психологии отечественные авторы (Л.С. Выготский, Д.Б. Эльконин) рассматривают возраста как кризисные и относительно спокойные. Подростковый возраст относится к кризисным с бурным протеканием сложный как для самого подростка, так и для родителей, педагогов.

Данный кризис весьма важен в становлении человека как полноправного члена общества. В подростковом возрасте происходят изменения не только в физиологическом плане, что указано выше, но и в психологическом. Психика ребенка выходит на качественно новый уровень, приобретая новую социальную позицию. Подросток старается найти свое место в обществе и заявить о себе как о взрослом человеке.

Старший подростковый возраст характеризуется развитием ценностно-смысловой сферы. Подросток расставляет приоритеты и понимает, что для него значимо и в какой степени. Развивается самосознание, но несмотря на это подросток недостаточно критичен и подвержен влиянию сверстников или значимых взрослых. В силу данной особенности подросток может пробовать курить, выпивать, употреблять наркотики, а также вступать в неформальные группы, в сетевые пирамиды по продаже определенной продукции, заниматься ставками и иными денежными махинациями ведь это получает одобрение со стороны референтной для него группы или взрослого человека.

Также в старшем подростковом возрасте подросток начинает задаваться вопросами справедливости, чести, ответственности и смысла жизни. Данные мысли не дают покоя и погружают в напряженность. Подросток, привыкший ранее делить мир на черное и белое, хорошее и плохое открывает для себя вариативность и что есть серая область между черным и белым. Данное открытие становится потрясением, ведь все что ранее говорили родители и педагоги можно подвергнуть сомнению. В таких

условиях некоторые подростки начинают проявлять пессимистичность, негативный взгляд на окружающий мир.

Часто в подростковом возрасте у обучающихся возникают трудности в отношениях с педагогами, родителями и сверстниками, что подтверждает И.С. Кон. Автор упоминает что пик конфликтов приходится на 14-18 лет, что по его периодизации является ранней юностью.

Как уже упоминалось ранее подростковый возраст является переходным к юности, когда наступает взрослость. Стоит упомянуть про некоторую кризисность возраста ведь именно в данном возрастном периоде детский опыт и система отношений не соответствуют его внутреннему ощущению себя. Подросток ощущает себя взрослым и хочет принимать решения, поступать как взрослый, однако механизмы и приемы еще не сформированы.

Желание быть взрослым у подростков достаточно поверхностно, ведь они ориентируются только на внешние признаки взрослости: взрослые могут позволить себе курить и выпивать, зарабатывать деньги, выбирать самостоятельно на что деньги тратить, публично высказывать свое мнение и др. Однако за позицией взрослого стоит определенная ответственность, о которой подростки не думают.

В силу желания быть взрослым обостряются конфликты с родителями потому что для них подросток все еще ребенок. Подростку кажется, что его не понимают и не принимают в семье, что является очень сильным травмирующим переживанием, утешение от которого он начинает искать в другом поле. Данным полем становится общение со сверстниками.

Общаясь со сверстниками, подросток находит много общего: их также не понимают родители, неудовлетворенность в проявлении своей индивидуальности, общие музыкальные предпочтения и прочее. Интимно-личностное общение со сверстниками пронизано эмоциями, поэтому подростку кажется, что он находит самых лучших друзей, а также очень болезненно воспринимает предательство или уход друга.

Поведение подростка можно описать как нестабильное. Оно характеризуется возбудимостью, излишней эмоциональностью, импульсивностью. Данные характеристики зависят от биологических изменений, происходящих в организме подростка – развитие эндокринной системы, активная выработка гормонов. Кроме биологической причины также имеются и социальные. Например, попытки подростка проявить самостоятельность и индивидуальность не находят одобрения со стороны родителей, что приводит к обидам, проявлению крайней эмоциональности и конфликтным отношениям. Таким образом мы можем констатировать нарушение детско-родительских отношений, а поведение ребенка при этом будет более протестным.

В силу натянутых отношений между родителями и подростками, чаще всего первые говорят о трудности и кризисности подросткового периода. Однако не все родители с пониманием относятся к своему ребенку и идут на встречу, ведь многие родители не осознают насколько глубокие и фундаментальные изменения происходят с их ребенком в подростковом возрасте.

Подросток впервые начинает проявлять избирательность, которая относится к интересам, социальным контактам и родам деятельности. Так у каждого подростка формируется своя неповторимая система интересов, ценностей и социальных связей. Восприятие характеризуется целенаправленностью и способным к анализу. Также изменения происходят с памятью и мышлением: память становится более устойчивой и объемной, а мышление стремится к восприятию абстракций и сложных логических связей.

В этот период просматриваются предпосылки к самоорганизации, самовоспитанию, самоанализу. Возрастает чувство самостоятельности, ребенок стремится к независимости, и к признанию своих прав как со стороны взрослых и сверстников, формируется его осознанное отношение к себе и обществу, вместе с этим значительно расширяется сфера его

деятельности. Способность к рефлексии позволяет подростку обращать внимание на самого себя.

В стремлении познать самого себя подросток начинает сравнивать себя с другими: со сверстниками, взрослыми, самим собой в прошлом. Это позволяет сформировать некоторый образ себя – образ Я.

Также на формирование образа Я влияет и ведущий вид деятельности, в качестве которого выступает на данном периоде развития – интимно-личностное общение. Д.Б. Эльконин указывает что именно в подростковом возрасте через преобразование общения в более осознанное, ответственное и глубокое происходит формирование самооценки [48].

Необходимо заметить, что в подростковом возрасте также происходят и конфликты, которые также оказывают влияние на формирование самооценки и образа Я. Именно проживая конфликт подросток может заметить какие поведенческие паттерны в ситуации конфликта ему присущи, какую роль он стремится занимать, какими средствами и приемами он пользуется.

Именно в сообществе сверстников реализуется главная потребность – занять значимую позицию [48].

Д.И. Фельдштейн считал, что в подростковом возрасте главенствующее место должна занимать общественно-полезная, социально-одобряемая деятельность. Автор утверждает, что абсолютно неважно какова будет данная деятельность, но важно одно условие – ощущение значимости. Данное ощущение является основой зарождения социальной ответственности [47].

Социальная ответственность воспринимается подростком как признак взрослости, поэтому стремление к данной ответственности вполне обосновано, оно подкреплено желанием подростка быть взрослым.

Реализуя социально-значимую деятельность, подросток вовлекается эмоционально: с членами коллектива выстраивает эмоционально теплые отношения, а дело, которое реализует из интереса переходит в сферу

ценностей. Поэтому и социальная ответственность воспринимается эмоциональн. Чем интенсивнее эмоциональное переживания относительно опыта социальной ответственности, тем устойчивее отношение к деятельности и, тем выше вероятность что ответственность переходит в конструктор личности.

Чем чаще подросток получает положительное подкрепление через созерцание результатов своей деятельности за которую несет ответственность, тем сильнее это запускает процессы самооценивания и рефлексии.

Все же хочется отметить, что точка зрения Д.Б. Эльконина о ведущей деятельности детей этого возраста более понятна и не вызывает противоречий – значение в этом возрасте приобретает общение со сверстниками, поэтому ведущей деятельностью этого возраста становится интимно-личностное общение.

Кроме перечисленных особенностей этого возраста, можно отметить поведенческие реакции характерные для подростков:

1. Реакция отказа. Данная реакция проявляется в отвержении привычного уклада жизни. Формы поведения, которые ранее позитивно подкреплялись, теперь отвергаются с проявлением крайних негативных эмоций.

2. Реакция сопротивления. Данная реакция проявляется в резком противостоянии общепризнанным социальным нормам, требованиям близкого взрослого.

3. Реакция имитации. Данная реакция проявляется как некоторое подражание другому человеку, который соотносится с образом идеала для подростка. Который своим поведением или качествами вызывает положительный отклик.

4. Реакция компенсации. Данная реакция проявляется в стремление компенсировать, восполнить сферы дефицитов.

5. Реакция гиперкомпенсации. Данная реакция проявляется в реализации дефицитов в крайней форме.

6. Реакция эмансипации. Подросток стремится к самостоятельности, к освобождению из-под опеки взрослых.

7. Реакция группирования. Данная реакция проявляется в объединение в коллективы и группы с общими интересами, поведением и традициями.

8. Реакция увлечения (хобби-реакция). Данная реакция проявляется в занятиях тем видом деятельности, который приносит большее удовлетворение как эмоционально, познавательно, так и личных выгод.

При этом необходимо отметить, что при наличии данных реакций, поведение подростка двойственно: с одной стороны он всем видом проявляет желание оторваться, эмансипироваться от семьи и родителей, с другой стороны жаждет внимания, одобрения и любви.

Какое бы поведение ребенок не проявлял, родители остаются значимыми для него как носители специфичной культуры – культура семьи и семейных отношений. Ведь именно из семьи ребенок приносит в подростковый возраст характер взаимоотношений между мужчиной и женщиной, а в более зрелый возраст модель семьи.

Сфера общения со сверстниками в сравнении с общением с родителями и взрослыми имеет отличительные черты. Данное общение более открытое, с присутствием между подростками своих тайн, секретов, культуры, языка, устойчивых ритуалов и др. Данные особенности позволяют заключить, что существует некоторый «мир подростков», в который взрослым и родителям доступ запрещен. В силу чего дети становятся более скрытными и внимательными к собственному личностному пространству.

В процессе общения со сверстниками происходит формирование самооценки. В процессе становления самооценки у подростка формируется нравственный облик человека, как некоторой идеальной единицы – идеальное Я. Идеальное Я для подростка есть собирательный образ всех характеристик, которые так или иначе получают положительное социальное подкрепление: то

что считается «крутым» в среде сверстников, то что культивирует общество, то что считается социально желаемым. Сформированный образ выступает в качестве эталона при оценки самого себя и других людей.

Очень часто случаются ситуации когда то, что предъявляет взрослый не соответствует сформированному идеалу. Это влечет отвержение предъявляемой информации, а также мнения взрослого.

В подростковом возрасте происходит становление сферы интересов и ценностей, но основе чего в последующем формируются цели и направленность профессиональной деятельности. Данный аспект также оказывает влияние на формирование самооценки.

Таким образом эмоциональное благополучие подростка в большей части зависит от уровня самооценки и уверенности в себе. Неадекватная же самооценка влечет возникновение внутриличностных и межличностных конфликтов, которые протекают с выплескивание негативных эмоций и агрессии. В силу критичности в свою сторону по причине несоответствия идеалу, который подросток сам себе выработал он негативно относится к самому себе. Когда ближайшее окружение в лице педагогов, родителей делают замечание по отношению отрицательных черт подростка увеличивается волнение, а также провоцирует эмоциональный «взрыв», перетекающий в конфликт. Такие события провоцируют уход в девиантное поведение – уход из дома, уход из школы и др.

Важно подчеркнуть, что через общение со сверстниками подросток получает важную информацию, которую не может узнать от родителей и других взрослых. Так подросток впервые узнает о том, что полней контакт также дает возможность получать определенное удовольствие, а не только размножаться.

Исходя из принадлежности к группе у ребенка создается ощущения эмоционального благополучия, спокойствие, ощущение устойчивости. Однако бывает, что группа отвергает участника по тем или иным причинам. В

таких ситуациях ребенок чувствует себя подавленно, тревожно и старается уйти в себя.

Как правило группа отвергает участника если он отличается от группы интересами, взглядами, ценностями, имеет иное чувство юмора, не умеет общаться.

Умение общаться определяет не только конструктивную коммуникацию, но и развитие личности в целом, ведь коммуникация оказывает на развитие личности огромное влияние.

Однако в общении могут возникать недопонимание, конфликты и споры, причиной чему являются некоторые коммуникативные барьеры. Данные барьеры оказывают негативное влияние на коммуникацию.

В психологии под «барьерами» в общении подразумевают внутренние препятствия, которые мешают совершению разрешающих и даже поощряемых в обществе поступков. Рассматривая причины возникновения затрудненного общения можно сказать, что часто в их роли выступают индивидуально-психологические особенности общения. К ним относятся интеллектуальные, личностные, социально-культурные различия между подростками. В подростковом возрасте наиболее массовыми причинами, вызывающими трудности общения, являются эмоциональная неустойчивость, нерешительность, зависимость от общественного мнения и т.д.

Возникающие в общении подростков барьеры часто бывают связаны с проблемой разных ценностных ориентаций.

Главным принципом в деятельности по преодолению барьеров общения являются принципы сотрудничества и взаимопонимания. Для их преодоления, по мнению психологов, необходимо точно оценить ситуацию, чётко выяснить причины возникновения «барьера».

В особенности психологического развития мальчиков и девочек входит:

Дисциплина:

Подростки мужского пола более подвержены нарушению дисциплины, шалостям, шуму и срыву уроков. Это обусловлено неустойчивостью внимания

и проверкой устойчивости социальных норм. Девочки менее импульсивны, внимание более устойчивое и стремление осуществлять социально-одобряемую деятельность выражено ярче.

Общение:

Девочки хорошо ориентируются в новой, непривычной обстановке. Такая адаптивность дает возможность девочкам создавать положительное впечатление о себе у взрослых, оценку их как ответственных и гибких. В силу чего девочки инициативны в организации и контроле совместной деятельности. При этом чаще всего девочки берут на себя роль руководителя. При возникающих конфликтах склонны разрешать их через диалог и без выражения физической агрессии.

Активность:

Мальчики более подвижны, менее усидчивы, смелее девочек. Стремятся давать ответы на вопросы, однако не всегда ответы верные. Таким образом совершая ошибки, мальчики подросткового возраста не переживают относительно сложившейся ситуации и того какое впечатление они производят на взрослого или сверстников. Девочки же более эмоциональны в ответ на замечания и ошибки. Чаще всего это слезы и критические высказывания в свой адрес. Девочки реже выступают на большой публике по собственной инициативе. Не проявляют желейная отвечать, при том что знают правильный ответ.

Развитие речи:

Морфологическое созревание головного мозга, особенно его левое полушария, у девочек происходит быстрее, чем у мальчиков. Словарный запас достаточно широкий, с годами увеличивается особенно заметно за счет общих понятий. В речи преобладают глаголы, междометья, т.е. слова передающие действия, а также местоимения, Речь менее связная, как у девочек, потому что предпочитают не просто передать заученное содержание, а понять его и выразить свое отношение. Склонны к выработке собственных формулировок. В речи присущи обобщения, превосходят мальчиков в

вербальных способностях. Речь более эмоциональная заученными фразами. Гораздо лучше принимают подсказку, наводящие вопросы взрослых. Предпочитают анализировать.

Интересы:

Мальчики проявляют достаточно широкий круг интересов, которые выходят за пределы образовательной программы. Чаще всего игры и разговоры связаны с вымышленным содержанием. На основе воображения мальчики могут выстраивать легенды и истории, в силу чего более склонны к обману. Обманывают мальчики на основе того, что боятся негативных переживаний при сообщении правды. Девочек круг интересов ограничивают. Игры опираются на деятельность, которая ближе к реальности: быт, взаимоотношения в семье, будущая профессиональная деятельность.

Характеристика личности:

Планирование деятельности, дня и действий более характерно для девочек. Мальчики при этом более любознательны, нейтральны к похвале и не ожидают вознаграждения за выполненную деятельность или помощь. Менее самолюбивы и эмоционально обидчивы. Больше внимания уделяют содержанию замечания, а не самому факту. Девочки более бдительно относятся к новой информации и событиям. На предложение выполнить что-то новое реагируют эмоционально с брюзжанием. Стремятся получить похвалу в результате любой деятельности. Расстраиваются если полученная оценка не совпадает с ожиданиями. Проявляют интерес к внешности окружающих и своей собственной – стремятся выглядеть каждый день по-новому.

Далее мы рассмотрим более подробно коммуникативную сферу и коммуникативную компетентность мальчиков и девочек подросткового возраста.

Успех в подростковом возрасте часто зависит от умения выстраивать коммуникацию и межличностного взаимодействия. На данном этапе развития личности формируются основные структурные характерные элементы

собственного Я. Осознание себя и своих возможностей, формируются личностные смыслы жизни. Мотивационно-потребностная сфера личности является одним из факторов, способствующих успешности межличностного общения. Мотив достижения определяет отношение субъекта, а также отношение к наличию у себя тех или иных способностей, в том числе и коммуникативных, выступает источником саморазвития.

В психологических исследованиях указывается то, что одним из проявления коммуникативной компетентности является организаторские способности личности, что нашло свое отражение в эмпирической части нашей работы.

На развитие коммуникативных способностей подростков влияет речевая активность ребенка с раннего детства. Таким образом при отсутствии социального опыта коммуникативные способности будут развиты слабо.

Уровень развития коммуникативной компетентности зависит от некоторых категорий, например, от опыта разнообразных социальных связей, усвоенные стереотипные паттерны поведения, обусловленного полом. Различия в способностях представителей обоих полов по правильному произношению звуков, их подражанию, и пониманию речи, вербальному поведению.

Предпочтения при выборе собеседника между мальчиками и девочками не совпадают, но подростки будут охотнее идти на контакт: проявлять лидерские способности, раскрывать черты своего характера если их круг общения будут составлять лица привлекающего их возраста, пола.

Характер взаимодействия девочек и мальчиков различен, способность решать поставленную цель в общении прослеживается в общении мальчиков, а детального анализа – у девочек.

В подростковом возрасте и у девочек, и у мальчиков в деятельности преобладает партнерское взаимодействие, но способность более активного, предметного, общения, ориентированного на взаимозависимость, была выявлена среди девочек. В данном сравнении проявляются различия

коммуникативных способностей подростков, которая, в большей степени, развита у девочек, так как они больше ориентированы на поддержку собеседника, а мальчики – на практический результат.

Ярко выражены гендерные различия подростков в способности воспринимать и использовать вербальные и невербальные сигналы. В процессе общения девочки-подростки больше доверяют невербальной информации, чем вербальной. Мальчики-подростки уступают противоположному полу в этих способностях, поэтому для них более значимым является вербальное общение.

Эффективно-коммуникативная и информационно-коммуникативная стороны коммуникативных способностей у мальчиков и девочек проявляются по-разному, но подростки не уступают друг другу во владении данными видами способностей. Это обусловлено тем, что мальчики-подростки предпочитают быть сдержанными в своей речи, поэтому внешне девочки-подростки легче устанавливают эмоциональный контакт и грамотнее умеют использовать вербальные и невербальные средства.

Теоретический анализ научной литературы по проблеме исследования показал, что коммуникативные способности подростков мужского и женского полов развиты в разной степени. Ярко проявляются различия таких коммуникативных способностей, как поддержка собеседника, концентрирование на цели беседы, деталей речи. А также использование вербальных и невербальных средств общения. Особенности развития способностей, связанных с биологическими задатками: понимание речи, произношение звуков, их подражание, незначительны. Наличие способностей у одного пола, и ее отсутствие у другого не выявлено было, отличался лишь уровень владения этой способностью.

Коммуникативная компетентность мальчиков и девочек по мнению Л.Н. Булыгина, различна, но не значительно. В подростковом возрасте девочки превосходят мальчиков в умении слушать и брать на себя роль лидера в группе. Гендерные различия подростков в способности использования

вербальных и невербальных средств коммуникации незначительны. Способность управлять своими эмоциями лучше развита у мальчиков-подростков [4].

У девочек в подростковом возрасте способность брать на себя лидерские роли в общении развита лучше, чем у мальчиков, поэтому необходимо при организации деятельности предлагать представителям сильного пола ведущие роли, для развития их лидерских способностей.

Мальчики в подростковом возрасте в коммуникативном взаимодействии со взрослыми и сверстниками лучше управляют своими эмоциями.

В подростковом возрасте у мальчиков и девочек коммуникативные черты и стиль общения различаются. Может показаться, что в любом возрасте мальчики более общительны, чем девочки. Уже с периода раннего возраста мальчики более охотно вступают в коммуникативный контакт с другими детьми и взрослыми, они первыми начинают совместные игры. Стоит отметить, что различия в уровне развития коммуникативных навыков у мальчиков и девочек подросткового возраста больше качественные, а не количественные. На первый взгляд, может показаться, что девочки-подростки в коммуникации более пассивны, но при этом они более дружелюбны и избирательны, что мальчики-подростки вначале вступают в коммуникативный контакт друг с другом и только спустя некоторое время в ходе делового взаимодействия у детей вырабатывается положительное отношение и установка друг к другу. Девочки-подростки поступают наоборот – они начинают коммуникативный контакт и совместную деятельность только с теми ровесниками, которые им симпатичны по каким-либо критериям.

Таким образом, подростковый возраст – это возраст скупого стремления к познанию, возраст бурной энергетике, бурного проявления активности, инициативы и жажды к любому виду деятельности. Заметные развития в этот период приобретают волевые черты характера. Подросток становится настойчивым, обладает упорством в достижении цели, умеет преодолевать препятствия и трудности. В отличие от младшего школьника, подростки

способны не только обладать отдельными волевыми действиями, но и способны к волевой деятельности. Они чаще всего сами ставят перед собой определенные цели, определяют задачи и сами планируют действия и осуществляют их. Но недостаточность воли сказывается на проявлении настойчивости в одном виде деятельности, хотя наряду с этим подросток может не применять ее в других видах. Наряду с этим, подростковый возраст характеризуется импульсивностью. Порой подростки сначала сделают, а потом подумают, хотя при этом уже осознают, что следовало бы поступить наоборот. Подростковый возраст – остро протекающий переход от детства к взрослости, в котором ярко переплетаются противоречивые тенденции. С одной стороны, в эти сложные периоды показательно негативно проявляются в поведении, существует дисгармония в строении личности. С другой стороны, подростковый возраст отличается и множеством положительных факторов: ребенок становится самостоятельным, его отношения с другими детьми и взрослыми более разнообразны и содержательны, значительно расширяется сфера его деятельности. Главное, данный период отличается тем, что ребенок выходит на качественно новую социальную позицию, в которой формируется его сознательное отношение к себе как члену общества. Важная особенность подросткового периода является постепенные отходы их от прямого копирования оценок взрослых к самостоятельной оценке, все больше опирается на внутренние критерии. Представления, на основании которых у подростков формируются критерии самооценки, приобретаются в ходе особой деятельности, самопознания. Основной формой самопознания ребенка является сравнение себя с другими людьми: взрослыми, сверстниками. Как мы уже говорили главным новообразованием подросткового возраста является чувство взрослости, как особая форма самосознания. Чувства взрослости не зависят напрямую от половых созреваний и способны проявляться в стремлениях к самостоятельности, желание загородить важнейшие стороны своей жизни от вмешательства родителей. Подростки начинают претендовать на равноправие в отношениях со взрослым и идут на конфликт, отстаивая

свою, как они считают, взрослую позицию. Потребности в общении являются внутренними основами личного взаимоотношения между людьми. Эта потребность социальная и является основной, она возникает и ясно проявляет себя на самых ранних этапах человеческой жизни. В такой объединенной системе происходят процессы становления личности подростков и в частности развивается его потребность и мотивы, способы межличностных коммуникаций.

Выводы по главе 1

Исследователи определили коммуникативную компетентность как систему внутренних ресурсов, необходимых для построения коммуникативного воздействия.

Подростки должны овладеть не только языковыми формами, но у них должно быть сформировано представление о том, как их использовать в реальной коммуникации.

Феноменом коммуникативной компетентности активно исследуют множество авторов. Единого мнения в определении термина коммуникативная компетентность нет, однако проанализировав литературу можно сказать что коммуникативная компетенция — это целая система, методически и психологически организованная. В этой системе достигается единство средств и способов общения.

Подростковый период в жизни человека - особый период. Ведущей деятельностью в подростковом периоде для ребенка становится общение со сверстниками, в результате которого сформировывается новый уровень сознания ребенка, навыки социального взаимодействия и умение отстаивать свои права. При общении со сверстниками у подростка происходит познание себя через сходство с другими.

Главную роль в становлении социальной компетентности подростков играют семья и школьная среда, которые способствуют освоению социальных ролей и навыков социального взаимодействия. Социальная компетентность в подростковом возрасте предполагает наличие базовых знаний об устройстве общества, своих прав и обязанностей. Умения взаимодействовать с людьми, владение навыками общения и взаимопонимания, само проявления как в семье, так и в группе сверстников.

ГЛАВА 2. ЭМПИРИЧЕСКОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ КОММУНИКАТИВНОЙ КОМПЕТЕНТНОСТИ МАЛЬЧИКОВ И ДЕВОЧЕК ПОДРОСТКОВОГО ВОЗРАСТА

2.1. Организация и методы исследования

В Федеральном государственном образовательном стандарте основного общего образования в разделе требований к результатам освоения основной общеобразовательной программы обозначено сформированная коммуникативная компетентность в общении и сотрудничестве со сверстниками и взрослыми у выпускника среднего звена школы. Однако в процессе психолого-педагогического мониторинга все чаще устанавливаются случаи низкого развития коммуникативной компетентности подросткового возраста. Таким образом возникает некоторое противоречие: с одной стороны, реализуется формирующая коммуникативную компетентность деятельность согласно ФГОС ООО, с другой - мы имеем неудовлетворительные результаты по данному направлению. Это актуализирует проблематику изучения коммуникативной компетентности подросткового возраста.

Основываясь на психологической характеристике коммуникативной компетентности, рассмотренной в эмпирической части нами поставлены следующие задачи:

- определить уровень коммуникативных и организаторских склонностей;
- определить уровень общительности;
- оценить типичные способы отношения к людям;

Исследование было реализовано на базе одной из общеобразовательных школ г. Красноярска. В исследовании приняло участие 32 обучающихся в возрасте 14 лет. Из них мальчиков – 15, девочек – 17.

Была использована методика оценки коммуникативных и организаторских склонностей КОС-1 (В.А. Синявский, Б.А. Федоришин).

Цель методики выявление коммуникативных и организаторских способностей личности. Данная методика предназначена для выявления

коммуникативных и организаторских склонностей личности, умение четко и быстро устанавливать деловые и дружеские контакты с людьми, стремление расширять контакты, участвовать в групповых мероприятиях, и проявлять инициативу. Методика содержит 40 вопросов, на каждый из которых испытуемый должен дать ответ «да» или «нет». Время выполнения методики – 25-30 мин. При этом отдельно определяется уровень коммуникативных и организаторских склонностей.

Испытуемые, получившие оценку 1, характеризуются низким уровнем проявления коммуникативных и организаторских склонностей.

Испытуемым, получившим оценку 2, коммуникативные и организаторские склонности характерно на уровне ниже среднего. Они не стремятся к общению, чувствуют себя скованно в новой компании, коллективе; предпочитают проводить время наедине с собой, ограничивают свои знакомства; испытывают трудности в установлении контактов с людьми и при выступлении перед аудиторией; плохо ориентируются в незнакомой ситуации; не отстаивают свое мнения, тяжело переживают обиды; проявления инициативы в общественной деятельности крайне снижено, во многих делах они предпочитают избегать принятия самостоятельных решений.

Для испытуемых, получивших оценку 3, характерен средний уровень проявления коммуникативных и организаторских склонностей. Они стремятся контактам с людьми, не ограничивают круг своих знакомств, отстаивают свое мнение, планируют свою работу, однако потенциал их склонностей не отличается высокой устойчивостью. Коммуникативные и организаторские склонности необходимо развивать и совершенствовать.

Испытуемые, получившие оценку 4, относятся к группе с высоким уровнем проявления коммуникативных и организаторских склонностей. Они не теряются в новой обстановке, быстро находят друзей, постоянно стремятся расширить круг своих знакомых, занимаются общественной деятельностью, помогают близким. Другьям, проявляют инициативу в общении, с удовольствием принимают участие в организации общественных

мероприятий, способны принять самостоятельное решение в трудной ситуации. Все это они делают не по принуждению, а согласно внутренним устремлениям.

Испытуемые, получившие высшую оценку 5, обладают очень высоким уровнем проявления коммуникативных и организаторских склонностей. Они испытывают потребность в коммуникации и активно стремятся к ней, быстро ориентируются в трудных ситуациях, непринужденно ведут себя в новом коллективе, инициативны, предпочитают в важном деле или в создавшейся сложной ситуации принимать самостоятельные решения, отстаивают свое мнение и добиваются, чтобы оно было принято товарищами, могут внести возрождение в незнакомую компанию, любят организовывать разные игры, мероприятия. Настойчивы в деятельности, которая их привлекает. Они сами ищут такие дела, которые бы удовлетворяли их потребность в коммуникации и организаторской деятельности.

Для определения уровня общительности была использована методика В.Ф. Ряховского

Цель методики определить уровень общительности. В данной методике предлагается 16 вопросов. Ответы даются в формате «да», «нет», «иногда».

За каждое «да» начисляется 2 балла, за ответ «иногда» – 1 балл, за ответ «нет» – 0 баллов. Вычисляется сумма набранных баллов по всем вопросам и определяется к какой категории относятся.

30-32 балла – вы явно некоммуникабельны. На вас трудно положиться в деле, которое требует групповых усилий.

25-29 баллов – вы замкнуты, неразговорчивы, предпочитаете одиночество. Новая работа и необходимость новых контактов если не бросать в панику, то надолго выводят из равновесия.

19-24 балла – в известной степени вы общительны и в незнакомой обстановке чувствуете себя уверенно. Новые проблемы вас не пугают. И все же с новыми людьми вы сходите с оглядкой, в спорах и обсуждениях участвуете неохотно.

14-18 баллов – у вас нормальная коммуникабельность. Вы охотно слушаете интересного собеседника, терпеливы в общении с другими. Без неприятных переживаний идете на встречу с незнакомыми людьми. В то же время не любите шумных компаний, многословие вызывает у вас раздражение.

9-13 баллов – вы весьма общительны (порой даже без меры). Разговорчивы, любите высказываться по разным вопросам, что, бывает, раздражает окружающих. Охотно знакомитесь с новыми людьми. Любите бывать в центре внимания, никому не отказываете в просьбах, хотя и не всегда можете их выполнить.

4-8 баллов – общительность бьет из вас ключом. Любите принимать участие во всех дискуссиях, хотя серьезные темы могут вызвать у вас мигрень и даже хандру. Охотно берете слово по любому поводу, даже если имеете о нем поверхностное представление. Всюду чувствуете себя в своей тарелке.

3 балла и менее – ваша коммуникабельность носит болезненный характер. Вы говорливы, многословны, вмешиваетесь в дела, которые не имеют к вам никакого отношения. Беретесь судить о проблемах, в которых вы совершенно некомпетентны. Вольно или невольно вы часто бываете причиной разного рода конфликтов в своем окружении.

Для оценки межличностных отношений был использован опросник А.А. Рукавишников (ОМО). Опросник предназначен для оценки типичных способов отношения к людям. В данном опроснике 54 вопроса. В прочем здесь нет правильных и неправильных ответов, правилен каждый правдивый ответ. Время ответа на вопросы не ограничено, но не размышляйте слишком долго над каким-либо вопросом.

Для каждого утверждения выберите ответ, который больше всего вам подходит:

- | | |
|------------|---------------|
| (1) Обычно | (4) По случаю |
| (2) Часто | (5) Редко |
| (3) Иногда | (6) Никогда |

Характеристика шкал опросника межличностных отношений (ОМО)

Включение:

Выраженное поведение. Ie - стремление принимать остальных, чтобы они имели интерес ко мне и принимали участие в моей деятельности; активно стремлюсь принадлежать к различным социальным группам и быть как можно больше и чаще среди людей.

Требуемое поведение. Iw - стараюсь, чтобы остальные приглашали меня принимать участие в их деятельности и стремились быть в моем обществе, даже когда я не прилагаю к этому никаких усилий.

Контроль:

Выраженное поведение. Се - пытаюсь контролировать и влиять на остальных: беру в свои руки руководство и стремлюсь решать, что и как будет делаться.

Требуемое поведение. Sw - стараюсь, чтобы остальные контролировали меня, влияли на меня и говорили мне, что я должен делать.

Аффект:

Выраженное поведение. Ae - стремлюсь быть в близких, интимных отношениях с остальными, проявлять к ним свои дружеские и теплые чувства.

Требуемое поведение. Aw - стараюсь, чтобы другие стремились быть ко мне эмоционально более близкими и делились со мной своими интимными чувствами.

Оценки по этим шкалам - числа в промежутке от 0 до 9. Следовательно, результат выражается суммой шести однозначных чисел. Комбинации этих оценок дают индексы объема интеракций ($e + W$) и противоречивости межличностного поведения ($e - W$) внутри и между отдельными областями межличностных потребностей, а также коэффициенты совместимости в диаде или группе, состоящей из большого количества членов.

По каждой методике для каждого респондента были подготовлены бланки, в которых испытуемый фиксировал свои ответы, а также индивидуальный стимульный материал для более комфортного прохождения диагностики.

После исследования все результаты были занесены в протокол, где каждому участнику был присужден номер (шифр).

Результаты подверглись количественному и качественному анализу. Анализ представлен по каждой методике с отражением процентов и качественным описанием результатов (интерпретацией).

2.2. Анализ результатов исследования

Нами было проведена психологическая диагностика некоторых компонентов коммуникативной компетентности: оценки коммуникативных и организаторских склонностей. Для того чтоб увидеть разницу коммуникативных способностей подростков мальчиков и девочек провели методику оценки коммуникативных и организаторских склонностей КОС-1 (В.А. Сиявский, Б.А. Федоришин), были получены следующие результаты. На рисунке 1 представлены результаты коммуникативных склонностей подростков мальчиков и девочек.

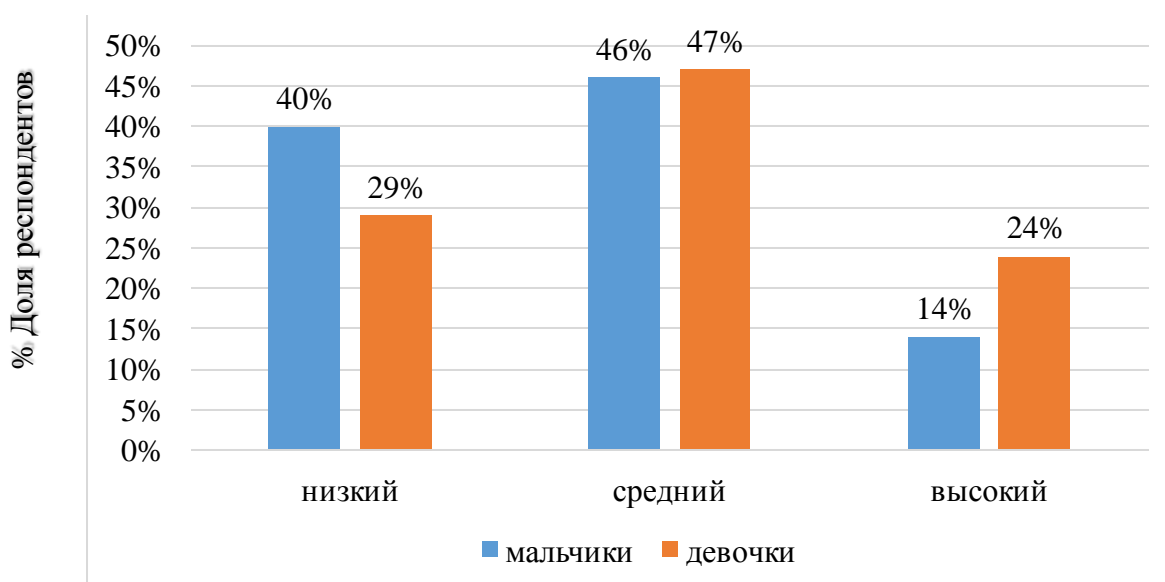


Рисунок 1. Результаты исследования коммуникативных склонностей подростков мальчиков и девочек

Анализ полученных результатов испытуемых по шкале оценки уровня коммуникативных склонностей показал, что 40% (6 респондентов) мальчиков

подросткового возраста и 29% (5 респондентов) девочек подросткового возраста проявляется низким уровень коммуникативных склонностей, что 46% (7 респондентов) мальчиков подросткового возраста и 47% (8 респондентов) девочек подросткового возраста характерен средний уровень проявления коммуникативных склонностей, а 14% (3 респондентов) мальчиков подростков и 24% (4 респондентов) девочек подросткового возраста характерен высоким уровнем проявления коммуникативных склонностей. Очень высокий уровень, средний и низкий уровень коммуникативных способностей преобладают у девочек-подростков. Очевидно, коммуникативные способности мальчиков ниже коммуникативных способностей девочек. Это обусловлено тем, что девочки постоянно стремятся расширить круг своих знакомых, проявляют инициативу в общении, они не теряются в новой обстановке, занимаются общественной деятельностью, помогают близким

На рисунке 2 представлены результаты организаторских склонностей подростков разного пола

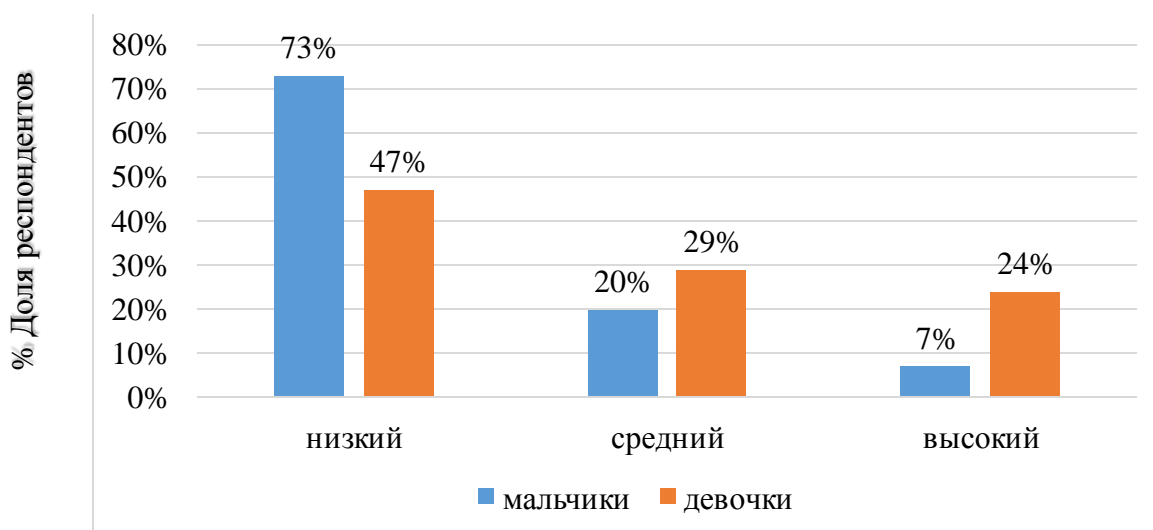


Рисунок 2. Результаты исследования организаторских склонностей подростков мальчиков и девочек

Анализ результатов организаторских способностей показал, что 73% (11 респондентов) мальчиков подростков и 47% (8 респондентов) девочек

подросткового возраста характеризуются низким уровнем проявления организаторских склонностей. 20% (3 респондентов) мальчиков подростков и 29% (5 респондентов) девочек подросткового возраста характеризуется средним уровнем проявления организаторских склонностей и 7% (1 респондентов) мальчиков подросткового возраста и 24% (4 респондентов) девочек подросткового возраста характеризуется высоким уровнем проявления организаторских склонностей. Таким образом, наибольшее количество испытуемых мальчиков подростков имеет низкий уровень развития организаторских способностей. Полученные результаты демонстрируют, что уровень способности к организации у подростков находятся на низком уровне. Это может означать, что большинство испытуемых не имеют развитых навыков и умений для организации коллектива или группы, именно это препятствует взаимопониманию, эффективности любого общения и в целом совместной деятельности.

С помощью методики Оценка уровня общительности В.Ф Ряховского был определен уровень общительности мальчиков и девочек подросткового возраста. Рисунок 3 отражает результаты.

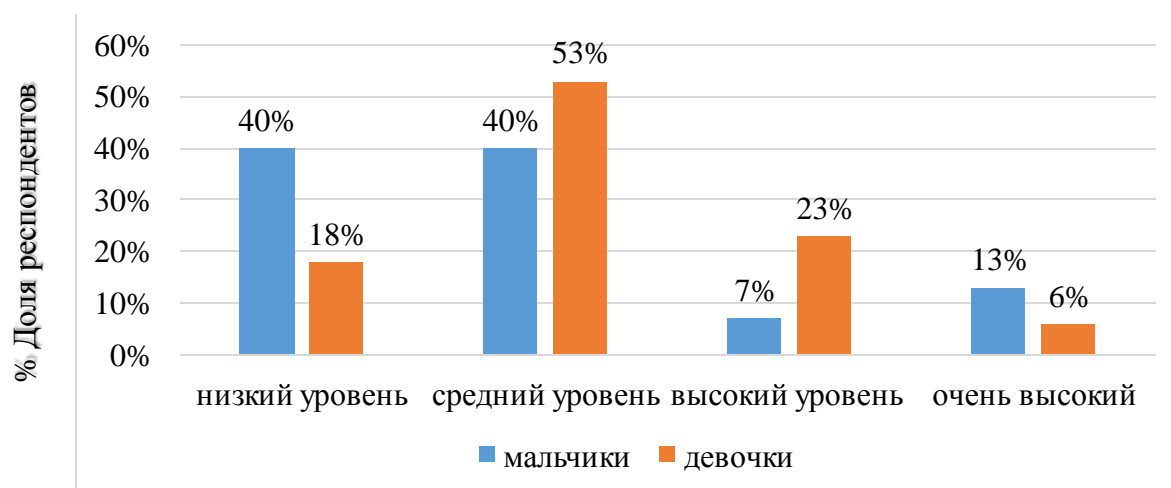


Рисунок. 3. Результаты исследования уровня общительности В.Ф Ряховского

Распределение респондентов по уровням общительности показал, что 40% (6 респондентов) мальчиков подросткового возраста и 18% (3

респондентов) девочек подросткового возраста имеют низкий уровень общительности, что проявляется в замкнутости, неразговорчивости, предпочтении одиночества, поэтому у них мало друзей.

40% (6 респондентов) мальчиков подростков и 53% (9 респондентов) имеют средний уровень общительности. У мальчиков и девочек подростков нормальная коммуникабельность. Они любознательны, охотно слушают интересных собеседников, достаточно терпеливы в общении с другими, отстаивают свою точку зрения без вспыльчивости. Без неприятных переживаний идут на встречу с новыми людьми. В то же время большинство из них не любят шумных компаний. 7% (1 респондентов) мальчиков подростков и 23% (4 респондентов) девочек подростков имеют высокий уровень общительности. Они характеризуются общительными и в незнакомой обстановке чувствуют себя уверенно. И все же с новыми людьми они сходятся с оглядкой, в спорах и обсуждениях участвуют неохотно. 13% (2 респондентов) мальчиков подростков и 6% (1 респондентов) имеют очень высокий уровень общительности. Мальчики и девочки подростки весьма общительны (порой даже без меры). Разговорчивы, любят высказываться по разным вопросам, что бывает раздражает окружающих. Они охотно знакомятся с новыми людьми. Любят бывать в центре внимания.

Исходя из результатов оценка уровня общительности Ряховского В.Ф. Девочки подростки более общительны, любят бывать в центре внимания, никому не отказывают в просьбах, хотя не всегда могут их выполнить. Мальчикам подросткам не хватает произвольности, терпения и рассудительности при столкновении с серьезными проблемами.

Для оценки межличностных отношений был использован опросник межличностных отношений А.А. Рукавишников (ОМО). Результаты исследования представлены на рисунке 4.

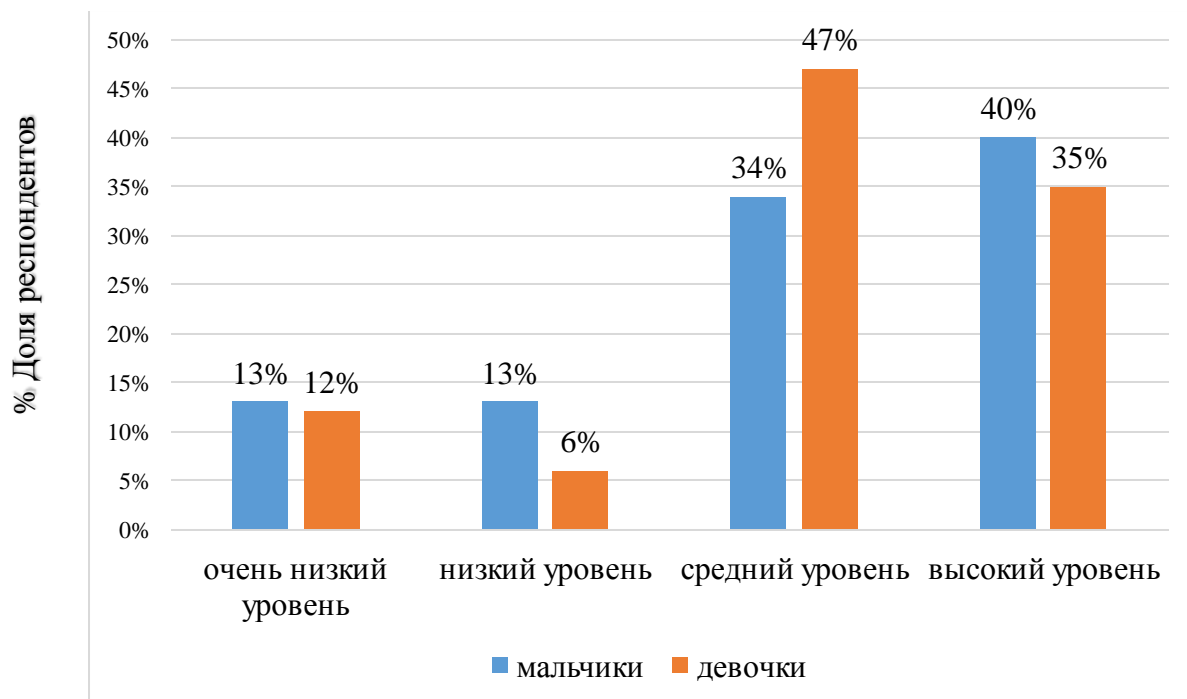


Рисунок 4. Результаты исследования межличностных отношений А.А.

Рукавишников (ОМО) подростков мальчиков и девочек

«Распределение респондентов по уровням межличностных отношений». А.А. Рукавишников (ОМО) позволил установить, что 13% (2 респондентов) мальчикам подросткового возраста и 12% (2 респондентов) девочек подросткового возраста имеют очень низкий уровень межличностных отношений. Они не чувствуют себя хорошо среди людей и будут склоны их избегать. У 13% (2 респондентов) мальчиков подростков и 6% (1 респондентов) девочек подростков имеют низкий уровень межличностных отношений. Они очень осторожны, при выборе лиц с которыми создает более глубокие эмоциональные отношения. У 34% (5 респондентов) мальчиков подростков и 47% (8 респондентов) девочек подростков имеют средний уровень межличностных отношений. Они имеют тенденцию общаться с небольшим количеством людей. У 40% (6 респондентов) мальчиков подростков и 35% (6 респондентов) девочек подростков имеют высокий уровень межличностных отношений. Они чувствуют себя хорошо среди людей и будет иметь тенденцию их искать.

2.3. Рекомендации по развитию коммуникативной компетентности мальчиков и девочек подросткового возраста

Рекомендации педагогу-психологу:

1. Реализовать мониторинг развития коммуникативной компетентности обучающихся подросткового возраста;
 1. Проводить экспертизу образовательных программ на предмет включенности форм и методов развития коммуникативной компетентности обучающихся подросткового возраста;
 2. Включить в план годовой работы проведение развивающих занятий с элементами тренинга по развитию коммуникативной компетентности обучающихся подросткового возраста;
 3. Использовать качественные и количественные методы для улучшения коммуникации подростков;
 4. Обрабатывать и интерпретировать результаты обследований;
 5. Анализировать возможности и ограничения используемых педагогических технологий, методов и средств обучения с учетом возрастного и психофизического развития обучающихся;
 6. Проводить мониторинг личностных и связанных результатов освоения основной общеобразовательной программы с использованием современных средств информационно-коммуникационных технологий (ИКТ);
 7. Разрабатывать психологические рекомендации по проектированию образовательной среды, обеспечивающей преемственность содержания и форм организации образовательного процесса по отношению ко всем уровням реализации основных общеобразовательных программ;
 8. Разрабатывать и реализовывать дополнительные образовательные программы, направленные на развитие психолого-педагогической компетентности педагогических и административных работников, родителей (законных представителей) обучающихся;

9. Владеть приемами повышения психолого-педагогической компетентности родителей (законных представителей), педагогов, преподавателей и администрации образовательной организации.

Таблица 1

Тематическое планирование развивающих занятий с элементами тренинга

Занятие	Цель	Содержание	Часы	Ответственные
Занятие №1	Знакомство с группой и развитие сплоченности и умения работать сообща, прислушиваясь к другим, для дальнейшей продуктивной работы.	Ритуал приветствия Установка правил Игра «Вежливые слова» 1. Упражнение «Знакомство» 2. Упражнение «Дотрожка» 3. Упражнение «Расчет без слов» Рефлексия Ритуал прощания	40-45 минут	Педагог-психолог
Занятие №2	Создание условий для развития коммуникативных и рефлексивных способностей участников и позитивной Я-концепции.	Ритуал приветствия Установка правил Игра «Ситуации» 1. Упражнение «Вихрь» 2. Упражнение «Телеграмма» 3. Упражнение «Змея» Рефлексия Ритуал прощания	45 минут	Педагог-психолог
Занятие №3	Развитие коммуникативных способностей: учиться проявлять и выражать свои мысли и чувства в коллективе, учиться умению договариваться, обсуждать замысел работы.	Ритуал приветствия Установка правил Игра «Волшебный ключ» 1. Упражнение «Презентация» 2. Упражнение «Да-Нет» 3. Упражнение «Очередь» Рефлексия Ритуал прощания	1 час 20 минут	Педагог-психолог

Продолжение таблицы 1

Занятие №4	Помощь подросткам в развитии коммуникативных навыков.	Ритуал приветствия Установка правил Игра «Иностранец» 1. Упражнение «Автобус» 2. Упражнение «Испорченный телефон» 3. Упражнение «Побег из тюрьмы» Рефлексия Ритуал прощания	60 мин ут	Педагог-психолог
Занятие №5	Занятия проводится для того чтобы создать в группе доброжелательную, доверительную атмосферу, вызвать интерес у участников и настроить их на работу в группе.	Ритуал приветствия Установка правил Игра «Групповой коллаж» 1. Упражнение «Нужные мне люди» 2. Упражнение разминка «Карандаши» 3. Упражнение «Идеальный родитель и идеальный ребенок» Рефлексия Ритуал прощания	50 мин ут	Педагог-психолог
Занятие №6	Развитие коммуникативных способностей: учиться проявлять и выражать свои мысли и чувства в коллективе, учиться умению договариваться, обсуждать замысел работы.	Ритуал приветствия Установка правил Игра «Бумажные мячики» 1. Упражнение «Круг знакомства» 2. Упражнение «Все мы особые» 3. Упражнение «Фото» Рефлексия Ритуал прощания	1 час 40 мин ут	Педагог-психолог

Продолжение таблицы 1

Занятие №7	Формирование эффективных навыков общения у подростков, формирование навыков и умений понимать других людей, оценивать и понимать себя.	Ритуал приветствия Установка правил Игра «Путаница» 1. Упражнение «Зоопарк» 2. Упражнение «Подарок» 3. Упражнение «Красивый сад» Рефлексия Ритуал прощания	60 мин ут	Педагог-психолог
Занятие №8	Совершенствование навыков общения, повышение уверенности в себе, формирование навыков саморегуляции. Снятие барьеров и страхов в процессе межличностного взаимодействия.	Ритуал приветствия Установка правил Игра «Бинго-бонго» 1. Упражнение «Кто Я» 2. Упражнение «Без маски» 3. Упражнение «Образ Я» Рефлексия Ритуал прощания	45 мин ут	Педагог-психолог
Занятие №9	Самопознания и терапия, самоисследование, самосовершенствование, личностный и социальный рост, познание своего не выявленного потенциала.	Ритуал приветствия Установка правил Игра «Чепуха» 1. Упражнение «Представление с перекидыванием предмета» 2. Упражнение «Комплимент» 3. Упражнение «Ассоциации» Рефлексия Ритуал прощания	45 мин ут	Педагог-психолог
Занятие №10	Развитие умения сказать комплимент собеседнику при общении; принятие себя.	Ритуал приветствия Установка правил Игра «Эстафета с шариками» 1. Упражнение «Мигалки» 2. Упражнение «Комплимент» 3. Упражнение «Карусель» Рефлексия Ритуал прощания	45 мин ут	Педагог-психолог

Рекомендации для педагогов:

1. В работе по профессиональному самоопределению необходимо учитывать индивидуальные и личностные особенности учащегося, его способности, желания, профессиональные и личные интересы.
2. Стимулируйте интерес учащихся к самопознанию. Для учащихся, неопределившихся в своём профессиональном выборе, будут полезны диагностика, консультирование и беседы с педагогом-психологом.
3. Для развития профессионального самосознания полезно знакомство учащихся с описательной характеристикой профессий, их спецификой, а также беседы с представителями той или иной профессии.
4. Необходимо развивать у учащихся уверенность в себе, умение самостоятельно принимать решения в отношении своего профессионального выбора и дальнейшего профессионального обучения.
5. Чаще создавайте ситуацию успеха, чтобы учащийся получал удовольствие, верил в свои силы и стремился к достижениям.
6. Старайтесь избегать навязывания подросткам своих профессиональных взглядов и убеждений. Очень важно, чтобы молодые люди сами сделали свой выбор, он должен быть осознанным и соответствовать их интересам и способностям.
7. Проводить тренинги, игры, упражнения, направленные на коммуникативную компетентность.
8. Используйте результаты психолого-педагогической диагностики в организации общения с детьми, испытывающими трудности социально-психологической адаптации.
9. Будьте последовательны в своих действиях и словах.
10. Поощряйте учащихся инициативой. В то же время поощряйте и других детей в его присутствии, подчеркнув достоинства другого, покажите, что ваш ребёнок может также достичь этого.

Рекомендации для родителей:

1. Необходимо формировать у учащихся потребность в труде, в общественно полезной деятельности. Если человек не может найти себя в труде, то ищет другие способы в реализации своего «Я» и часто находит их в бесцельном времяпрепровождении.

2. Уделяйте больше внимания базовым потребностям, без которых не может сформироваться способность адаптироваться к новым условиям.

3. Старайтесь избегать упреков и давления в своих советах.

4. Необходимо развивать в детях уверенность в себе, умение самостоятельно принимать решения в отношении своего профессионального выбора в дальнейшем профессиональном обучении.

5. Чаще создавайте ситуацию успеха, чтобы ребёнок получал удовольствие, верил в свои силы и стремился к достижениям.

6. Ребёнок с позитивным отношением - уверен в себе, понимает, принимает и уважает себя. В поведении он независим, манера выражения - уверенная. Внимательное, уважительное отношение родителей к ребёнку способствует принятию ребёнком им самого себя. Сравнивайте ребёнка с самим собой, но не с другими.

7. Поощряйте в ребёнке инициативу. В то же время поощряйте и других детей в его присутствии, подчеркнув достоинства другого, покажите, что ваш ребёнок может также достичь этого.

8. Если ваш ребёнок выбрал профессию, проанализируйте вместе, обладает ли он профессионально важными качествами для этих профессий.

9. Поддерживайте связь с классным руководителем и с другими педагогами.

10. Любите ребенка, не смотря не на что, и всегда поддерживайте в любой ситуации.

Вывод по главе 2

Объединив имеющиеся научные разработки по проблеме коммуникативной компетентности, можно сделать вывод, что коммуникативная компетентность - это система психологических знаний о себе и о других. Умений навыков в общении, стратегий поведения в социальных ситуациях, позволяющая строить эффективное общение в соответствии с целями и условиями профессионального и межличностного взаимодействия.

Очевидно, что коммуникативные способности мальчиков ниже коммуникативных способностей девочек. Это обусловлено тем, что девочки постоянно стремятся расширить круг своих знакомых, проявляют инициативу в общении, они не теряются в новой обстановке, занимаются общественной деятельностью, помогают близким. В то время как мальчики более пассивны и не всегда охотно идут на контакт. Они не стремятся к общению, чувствуют себя скованно в новой компании, коллективе, предпочитают проводить время наедине с собой, ограничивают свои знакомства, испытывают трудности в установлении контактов с людьми и при выступлении перед аудиторией.

Девочки подростки более общительны, любят бывать в центре внимания, никому не отказывают в просьбах, хотя не всегда могут их выполнять. Мальчикам подросткам не хватает усидчивости, терпения и отваги при столкновении с серьезными проблемами.

Большинство мальчиков и девочек подростков не чувствуют себя хорошо среди людей и будут склонны их избегать. Они очень осторожны, при выборе лиц с которыми создают более глубокие эмоциональные отношения, имеют тенденцию общаться с небольшим количеством людей.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Задачей современного образовательного учреждения является воспитание выпускника средней школы, осознающего себя личностью, существовать в обществе, социально активного, осознающего глобальные проблемы современности, свою роль в их решении; носителя ценностей гражданского общества, уважающего ценности иных культур, веру и мировоззрения; уважающего других людей и умеющего сотрудничать с ними для достижения общего результата. Все эти качества включает в себя понятие коммуникативная компетентность.

Коммуникативная компетентность является одной из ключевых характеристик личности. Имеет особую значимость в жизни человека, поэтому ее формированию следует уделять пристальное внимание, особенно в подростковом возрасте. Процесс общения пронизывает все сферы жизни и деятельности подростка. Коммуникативная компетентность должна являться одним из фундаментальных качеств в процессе становления личности, а коммуникативные знания, умения, навыки, обеспечить эффективное протекание коммуникативного процесса в любом виде деятельности. Нельзя представить себе процессы общения всегда и при всех обстоятельствах гладко протекающими и лишенными внутренних противоречий. Коммуникативная компетентность является необходимым условием преодоления возможных конфликтов между участниками общения. Чтобы правильно выстраивать свое взаимодействие с людьми, подросткам необходимо обладать развитыми коммуникативными умениями.

Подростковый возраст является наиболее восприимчивым к усвоению социально значимых ценностей. Подросток активно включается во взрослую, заманчивую для него жизнь, ищет в ней свое место и направленность его устремлений зависит от того, как он будет относиться к себе и другим в этом мире.

В нашем исследовании стояла цель выявить особенности коммуникативной компетентности мальчиков и девочек подросткового возраста. Для достижения этой цели нами была проанализирована научная психолого-педагогическая литература, а также были использованы следующие методики. Методика оценки коммуникативных и организаторских склонностей КОС-1 (В.А. Синявский, Б.А. Федоришин). Оценка уровня общительности Ряховского В.Ф. Опросник межличностных отношений А.А. Рукавишников (ОМО). В результате которых были установлены коммуникативные способности мальчиков и девочек. Это обусловлено тем, что девочки постоянно стремятся расширить круг своих знакомых, проявлять инициативу в общении, они не теряются в новой обстановке, занимаются общественной деятельностью, помогают близким. В то время как мальчики более пассивны и не всегда охотно идут на контакт. Они не стремятся к общению, чувствуют себя скованно в новой компании, коллективе, предпочитают проводить время наедине с собой, ограничивают свои знакомства, испытывают трудности в установлении контактов с людьми и при выступлении перед аудиторией.

Большинство мальчиков и девочек подростков не чувствуют себя хорошо среди людей и будут склонны их избегать. Они очень осторожны, при выборе лиц с которыми создает более глубокие эмоциональные отношения, имеют тенденцию общаться с небольшим количеством людей.

Таким образом, нами были выполнены поставленные задачи:
Раскрыть содержание понятия коммуникативная компетентность, выделить психологические особенности мальчиков и девочек подросткового возраста, Установить особенности коммуникативной компетентности мальчиков и девочек подросткового возраста.

На основе результатов сформулировали рекомендации для педагогов психологов, родителей, и педагогов для развития коммуникативной компетентности. Однако, полагаем, что для закрепления достигнутых результатов необходима систематическая комплексная работа в рамках

образовательного учреждения не только психологической службы, но и педагогами на уроках общеобразовательного учреждения, а также и во внеурочной деятельности. Таким образом нами была достигнута поставленная цель исследования.

В заключение, следует отметить достоверность выдвигаемой нами гипотезы о том, что коммуникативная компетентность различается у мальчиков и девочек.

Развитию коммуникативной компетенции подростков способствует: диагностирование начального уровня коммуникативной компетенции; учет возрастных особенностей учащихся; проведение социально-психологических тренингов.

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ

1. Андреева Г.М. Социальная психология. М.: Аспект Пресс, 1996. 376 с.
2. Бодалев А.А. Психология общения. М.: Воронеж, 1996. 255 с.
3. Божович Л.И. Проблемы развития речи и обучения языку в научном творчестве. Формирование личности в онтогенезе. М.: Аспект Пресс, 1991. 29 с.
4. Булыгина Л. Н. О формировании коммуникативной компетентности подростков в школьном обучении: из опыта работы. М.: Образование и наука, 2013. 37с.
5. Виноградов Р.И. Диалоговое обучение и развитие коммуникации. М.: Вестник высшей школы. 1998. 36с.
6. Выготский Л.С. Лекции по психологии. М.: Академический проект. 2013. 345 с.
7. Гальперин Б.Я., Запорожец А.В., Карпова С.Н. Актуальные проблемы возрастной психологии. М.: Педагогика, 2014. 34 с.
8. Гальперин Б.Я., Запорожец А.В., Карпова С.Н. Актуальные проблемы возрастной психологии. М.: Педагогика, 1978. 424с.
9. Гальперин П. Я. Лекции по психологии: учеб. издание П.Я. Гальперин. М.: АСТ КДУ, 2015. 26 с.
10. Гершиганов Т.М. О культуре семейных отношений Воспитание школьников. М.: Педагогика, 2015. 25 с.
11. Григоренко Ю.Н. Учебное пособие по организации детского досуга в лагере и школе. М.: Педагогическое общество России, 2015. 23 с
12. Гутник Е. П., Шереметьева Е. В. Современные теоретические представления о коммуникативных компетенция. М.: Педагогика, 2016. 13 с.
13. Добрович А.Б. Воспитатель о психологии и психогигиене общения. М.: Просвещение, 1987. 205 с.

14. Долджин К., Райе Ф., Психология подросткового и юношеского возраста Р. Филипп, Д. Ким. СПб: Питер, 2012. 40 с.
15. Емельянова Ю.Н. Активное социально-психологическое обучение. Издательство Лен. Гос. Ун, 1985. 162с
16. Емельянова Ю.Н. Теория формирования и практика совершенствования коммуникативной компетентности. Л.: Наука 1990. 403 с.
17. Емельянова, Ю.Н. Эффект ситуационного научения Ю.Н. Емельянов вестник ЛГУ – Сер. 6 – 2013 – Вып. 3 – С. 56
18. Жуков Ю.М. Диагностика и развитие компетентности в общении: практикум по социальной психологии. М.: Издательство МГУ, 1990. 104 с.
19. Жуков Ю.М., Петровская Л.А., Растянников П.В. Диагностика и развитие компетентности в общении. Киров, 2001. 142с.
20. Жуков Ю.М., Петровская Л.А., Соловьёва О.В. Введение в практическую и социальную психологию. М.: Смысл, 1996. 373с.
21. Карпова Н. Л. Формирование диалогического общения на уроках в школе. М.: Народное образование, 2008. С. 109-118.
22. Кирякова К.А. Самопринятие и осознание социального аспекта я - образа у подростков. М.: Психология и право. 2014. С. 56-70.
23. Кон И.С. Бить или не бить? О телесных наказаниях детей Семья и школа. М.: Психология и право, 2010. С. 10—12, 27—2.
24. Кондратьев М.Ю. Социальная психология. М.: ПЕРСЭ, 2015. 487 с.
25. Кулюткин Ю.Н. Психология обучения взрослых. М.: Психология право, 2013, 119 с.
26. Кучугова М.Г. Психологический анализ самосознания личности подростка. М.: НИЦ Социосфера, 2013. 16 с.
27. Леонтьев А. А. Психология общения. 3-е изд. М.: Смысл, 1999. 365 с.
28. Леонтьев А.А. Теория речевой деятельности. М.: Высшая школа, 1971. 294с.

29. Леонтьев А.А. Что такое язык. М.: Педагогика, 1976. 517с.
30. Мелибурда Е.Л. Ты - мы: Психологические возможности улучшения общения. М.: Прогресс, 1986. 265с.
31. Мишкин Д.Р. Диагностика и развитие самосознания подростка Развитие исследовательских компетенций молодежи в условиях инновационного образовательного кластера: Барнаул: Барнаул 2014. 13с.
32. Мишкин Д.Р. Диагностика и развитие самосознания подростка Развитие исследовательских компетенций молодежи в условиях инновационного образовательного кластера. Барнаул: Сборник научных тренингов, 2014. С. 85-87.
33. Молчанов С.В. Особенности ценностных ориентаций личности в подростковом и юношеском возрастах. М.: Психологическая наука и образование, 2010. 25с.
34. Морокина Е.О. О проблемах семейного воспитания Воспитание школьников. М.: Правда. 2013. 48 с.
35. Муравьева О.И. М 91 Психология коммуникативной компетентности. Учебник. Томск: Издательство Томского университета, 2012 160 с.
36. Мясищев В.Н. О взаимосвязи общения, отношения и общения как проблеме общей и социальной психологии. Социально-психологические и лингвистические характеристики форм общения. Л.: Ленинград, 1970. 39 с.
37. Панова О.И., П.Ф. Лесгафт о семейном воспитании. М.: Педагогика, 2013. 76 с.
38. Петровская Л. А. Компетентность в общении. М.: Издательство МГУ, 2009. 216с.
39. Погорелова Е.И. Психологические особенности морального самосознания подростков. Личность в культуре и образовании: психологическое сопровождение, развитие, социализация: II Всероссийская научная практика, интернет-конференция. отв. ред. А.В. Черная. – Ростов н-Д., 2014. С. 69-73.

40. Приписнова, В.В. К вопросу о развитии самосознания подростков Молодой ученый. М.: Школа прогресс, 2015. 46с.
41. Руденский Е.В. Социальная психология: Курс лекций. М.: ИНФА - М, 1997. 224с.
42. Рудесташ К. Групповая психотерапия. Психокоррекционные группы: теория и практика. М.: Прогресс, 1990. 220с.
43. Саидова, З.Х. История изучения самосознания и становления образа «я» у подростков. Теория и практика современной науки, 2016. С. 117-119
44. Сидоренко Е. В. Тренинг коммуникативной компетентности в деловом взаимодействии. СПб.: Санкт-Петербург, 2013. 73 с.
45. Смирнов С.А., Котова И.Б. Педагогика. М.: Академия, 2000. 329 с.
46. Столяренко Л.Д. Основы психологии. - Ростов н/Д.: Феникс, 1995. 736с.
47. Фельдштейн Д. И. Избранные психологические труды. Проблема возрастной и педагогической психологии. М.: Международная педагогическая академия, 1995. 224 с.
48. Эльконин Д. Б. Коммуникативная компетенция подростков. М.: Мир психологии, 2009. 21 с.
49. Корчагин В.Н. Системно-функциональная технология коммуникации. М.: Педагогическое образование и наука, 2009. 23 с..
50. Сысоева Е. Э. Формирование коммуникативной компетенции в средней школе. Сысоева Е.Э. М.: Педагогика. 2007. 15 с.

ПРИЛОЖЕНИЯ

Приложения А

Занятия с элементами тренинга для повышения уровня коммуникативной компетентности у подростков

Занятие №1

Цели: Знакомство с группой и развитие сплоченности и умения работать сообща, прислушиваясь к другим, для дальнейшей продуктивной работы.

Задачи:

1. Создание положительного эмоционального фона.
2. Активизация процесса самопознания.
3. Организация работы в парах и группе для развития сплоченности, умения слушать, внимательного отношения к другим участникам.
4. Актуализация и развитие процесса самоанализа.

Время проведения: 45 минут.

Условия проведения: в тренинге участвует 32 человека 8 а класса, проводится он в классной комнате, где стулья заранее выставлены в круг.

Ход занятия:

«Здравствуйте, ребята! Очень рада вас видеть! Сегодня, как вы могли догадаться по расставленным стульям, наше занятие будет необычным, с играми и упражнениями. Цель нашего сегодняшнего занятия – познакомиться с вами немного ближе, чтобы знать какие вы, чтобы дальше сотрудничать и сплотиться чтобы у нас получилась хорошая команда! Перед тем как мы начнем необходимо обговорить правила, которые нам необходимо ВСЕМ соблюдать, чтобы занятие было результативным и веселым.

Правила:

1. Приходить вовремя.
2. Обращаться друг к другу по имени.
3. Конфиденциальность.

4. Искренность если ты не хочешь быть искренним сейчас, отвечая на вопросы, то говори "пропускаю".

5. Можно воспользоваться «пропускаю».

6. Не перебивать друг друга при ответе.

Напоминаю, что при нарушении правил обязательно будет следовать наказание в виде выхода из группы на некоторое время, за это время группа может заниматься чем-то интересным, так что не рискуйте пропускать интересные упражнения и соблюдайте правила!

Итак, приступим. Давайте с вами познакомимся?»

Упражнение «Знакомство»:

Цель: знакомство с участниками, установление доверительных отношений, развитие навыка самопрезентации. Ведущий предлагает всем участникам подумать, как можно представить себя группе. Можно назваться своим именем или выбрать другое имя, сказочного героя и объяснить, почему выбрали именно его.

«Отлично, ребята, мы с вами познакомились. На протяжении всего занятия обращайтесь друг к другу именно по тем именам, которыми вы сейчас представились. А сейчас следующее упражнение «Дотрожка».

Упражнение «Дотрожка»:

Цель: осуществить разминку, повысить эмоциональный фон, настроить на работу.

Предлагаю всем встать со своих мест. Сейчас я буду читать вам определенные условия, а вы как можно быстрее должны выполнять его. Например, первое всем необходимо дотронуться до: 1. Деревянного, 2. стеклянного, 3. Зеленого, 4. Могучего, 5. Белого, 6. Живого, 7. Тоненького.

«Так ребята, размялись немного, а теперь давайте проверим насколько вы дружны и умеете работать в команде?!»

Упражнение «Расчет без слов»:

Цель: развитие умения работать сообща, невербально договариваться, развитие внимания. Ведущий предлагает всем подняться с мест и попытаться

рассчитаться от 1 и так далее по порядку, при этом не договариваться словами, а попытаться сделать это невербальными средствами (взглядом, подмигиванием, кивком в сторону другого и др.). Если два человека одновременно называют один и тот же номер, то всё начинается вновь, до тех пор, пока это не будет сделано без ошибок.

Завершение.

«Ну что, ребята, понравилось вам наше сегодняшнее занятие? Что вам понравилось больше всего? Что вас удивило? Чему вы научились за сегодняшнее занятие? Что для вас было труднее всего? Почему? Сейчас я предлагаю вам завершить наше занятие ритуалом.

Выход из занятия.

Ритуал прощания: учащиеся берутся за руки, и выполняют ритуал прощания: все вместе говорят: «Мы – команда!» и аплодируют друг другу. Спасибо всем за участие! До новых встреч!».

Занятие №2

Цель: создание условий для развития коммуникативных и рефлексивных способностей участников и позитивной Я-концепции.

Задачи:

1. Обеспечить участников средствами конструктивного общения через опыт, приобретенный на занятиях в ходе выполнения упражнений и рефлексии.

2. Содействовать личностному позитивному развитию участников.

Время проведения: 45 минут.

Условия проведения: в тренинге участвует от 8 до 30 человек 8 а класса, занятия проходят в помещении, где можно сесть кругом, также должно оставаться пространство для подвижных игр.

Ход занятия

Здравствуйте, ребята! Очень рада вас видеть! Сегодня, как вы могли догадаться наше занятие будет необычным, с играми и упражнениями. Перед

тем как мы начнем необходимо обговорить правила, которые нам необходимо ВСЕМ соблюдать, чтобы занятие было результативным и веселым.

Правила:

- Добровольность.
- Активность.
- партнерское взаимодействие.
- конфиденциальность.

Упражнение «Вихрь».

Цель: Из круга убирается один стул. Ведущий говорит, обращаясь к участникам: «Вам везет – вы все сидите на стульях, а у меня стула нет. Предлагаю сыграть в игру «Вихрь». Я говорю: «Поменяйтесь местами те, кто ...» и называю какой-то признак, который есть у многих присутствующих, например, поменяйтесь местами те, кто любит мороженое. Желательно меняться с участником, который от вас находится подальше, а не рядом, чтобы было интересней. Кто остался без стула, тот и водит. Во время упражнения прошу бегать осторожно, сохраняя жизнь себе и другим».

Упражнение «Телеграмма».

Цель: Выбирается доброволец и встает в центр круга. Участники также встают, берутся за руки и образуют круг вокруг добровольца. Один из участников круга говорит: «Я отправляю телеграмму ...» - и называет имя участника, который находится подальше от него. После этого он нажимает незаметно руку участника, который находится справа или слева от него, тот передает нажатие следующему и так дальше по цепочке. Когда нажатие дойдет до участника, которому послана телеграмма, он должен сказать: «Телеграмму получил». Задача добровольца – увидеть, где происходит нажатие рук и таким образом телеграмму перехватить. Во время упражнения разговаривать нельзя.

Упражнение «Змея».

Цель: Участники встают, вызывается доброволец, которому предлагают отойти от группы и отвернуться. Инструкция: «Давайте возьмемся за руки так, чтобы у нас получилась цепь. Эта цепь изображает змею, а два крайних

участника – ее голову и хвост (одна рука у них свободна и находится за спиной). Теперь змее необходимо запутаться». После того, как «змея» запуталась, ведущий приглашает добровольца распутать «змею».

Завершение.

Ну что, ребята, понравилось вам наше сегодняшнее занятие? Что вам понравилось больше всего? Что вас удивило? Чему вы научились за сегодняшнее занятие? Что для вас было труднее всего? Почему?

Сейчас я предлагаю вам завершить наше занятие ритуалом

Выход из занятия.

Ритуал прощания: учащиеся берутся за руки, и выполняют ритуал прощания: все вместе говорят: «Мы – команда!» и аплодируют друг другу. Спасибо всем за участие! До новых встреч!»

Занятие №3

Цель: Развитие коммуникативных способностей: учиться проявлять и выражать свои мысли и чувства в коллективе, учиться умению договариваться, обсуждать замысел работы.

Задачи:

1. Знакомство группы участников тренинга, положительный настрой на работу.
2. Повышение общего тонуса группы.
3. Развитие непосредственного коммуникативного поведения.
4. Развитие личностной и групповой активности, формирование творческого мышления.
5. Умение выражать эмоции, чувства в коллективе.

Время проведения: 1 час 20 минут.

Условия проведения: в тренинге участвуют 10-12 человек 8 б класс, просторное помещение, 3 стола, стулья по числу участников.

Ход занятия.

Здравствуйте, ребята! Очень рада вас видеть! Сегодня мы будем действовать в игровых ситуациях, и обсуждать свои действия. Перед тем как мы начнем

необходимо обговорить правила, которые нам необходимо ВСЕМ соблюдать, чтобы занятие было результативным и веселым.

Правила:

Обращаться друг к другу по имени.

Конфиденциальность.

Искренность если ты не хочешь быть искренним сейчас, отвечая на вопросы, то говори "пропускаю".

Можно воспользоваться «пропускаю».

Не перебивать друг друга при ответе.

Упражнение «Круг знакомства», «Презентация».

Цель: знакомство группы участников тренинга, положительный настрой на работу.

Участники образуют два круга внутренний и наружный, становятся лицом друг к другу, ведущий предлагает участникам задавать любые интересующие вопросы. По команде ведущего внутренний круг движется, переходя к следующему участнику. Участники группы садятся в круг и начиная с ведущего представляют свой образ группе. Ведущий предлагает: попробуйте в одной двух фразах помогая себе жестами и позой представить себя группе, каким человеком вы себя чувствуете и как бы вы хотели, чтобы группа вас воспринимала? Ведущий первым себя презентует далее по кругу каждый участник осуществляет свое представление.

Упражнение «Да-Нет».

Цель: повышение общего тонуса группы.

Участники делятся на две равные подгруппы, встают друг напротив друга и по команде ведущего одна группа выкрикивает слово-ДА другая НЕТ. Выигрывает та группа, кому удалось быстро сплотиться, более консолидировано и громко произнести свое слово.

Упражнение «Очередь».

Цель: развитие непосредственного коммуникативного поведения.

Из группы выбирается 8 человек, из которых 1 человек водящий, 7 человек становятся друг за другом (в очередь) а восьмой должен пройти к прилавку магазина без очереди. Он завязывает разговор с каждым стоящим, пытаясь достичь своей цели. «Очередь» при этом имеет игровую задачу не пропустить «Нахала» к покупке.

Остальные члены группы рассаживаются и наблюдают.

Затем производится общее обсуждение.

Анализируется каждый коммуникативно-содержательный момент игры: кто из стоящих в очереди уступил, и кто не пропустил «нахала», какие средства были применены водящим (просьба, угроза, шантаж)

Упражнение «Коллаж»

Цель: Развитие личностной и групповой активности, формирование творческого мышления.

С помощью жеребьевки группа делится на 4 подгруппы. Каждая получает задание и сообща в течение 10-15 минут выполняет его. Ведущий: сегодня мы будем составлять коллажи на разные темы, касающиеся настоящего и будущего класса.

Темы:

1. Наш класс;
2. Перемена-время отдыха;
3. Будущее нашего класса;
4. Какие мы есть на самом деле;

Обсуждение коллажей и хода работы над ними. Что понравилось в работе группы, какие возникли сложности, как их преодолевали?

Завершение.

Ну что, понравилось вам наше занятие? Какое упражнение вам понравилось больше всего? Почему? Оцените свою активность в тренинге по пятибалльной шкале.

Огромное спасибо всем за работу! До следующей встречи!

Занятие №4

Цель: помощь подросткам в развитии коммуникативных навыков.

Задачи:

1. отработка навыков установления контакта, отношения в различных ситуациях;
2. расширение возможностей использования навыков невербальной коммуникации.

Время проведения: 45 минут.

Условия проведения: в тренинге участвует 10-12 человек 8 а класса, проводится он в классной комнате.

Ход занятия

Здравствуйте, ребята! Очень рада вас видеть! Сегодня, как вы могли догадаться наше занятие будет необычным, с играми и упражнениями. Перед тем как мы начнем необходимо обговорить правила, которые нам необходимо ВСЕМ соблюдать, чтобы занятие было результативным и веселым.

Упражнение «Автобус».

Цель: Отработка гибкости невербального поведения. Участники разбиваются на пары. Инструкция следующая: «Сейчас вы пассажир автобуса. По сигналу «Красный» автобус останавливается на светофоре. Вдруг вы видите во встречном автобусе человека, которого вы давно не видели. Вы хотите договориться о встрече с ним в каком-то определенном месте и в определенное время. В вашем распоряжении – одна минута, пока автобусы стоят у светофора. По сигналу зеленый загорается свет и автобусы разъезжаются.

После невербального проигрывания, участники тренинга делятся информацией о том, как они поняли друг друга.

Упражнение «Испорченный телефон»

Цель: совершенствование навыков невербальной коммуникации; общение без помощи слов; способности понимать партнера на невербальном

уровне. Из группы выбирается пять человек, четыре из них выходят из комнаты. Пятому даётся текст: У отца было 3 сына. Старший умный был детина, средний был ну так себе, младший сын был не в себе. Он должен без слов показать этот текст четвёртому человеку, тот третьему, тот второму, и затем первому. Для лучшего запоминания первый человек может проговорить текст несколько раз. Потом, начиная с самого последнего человека, вы спрашиваете, о чём был текст истории. Можно просить повторять текст, если тот, кому он передается, не понимает его. Обсуждение того, какие средства рассказчик использовал для передачи сообщения. На что обращал в первую очередь внимание слушатель. Насколько слушатель менял коммуникативные средства, становясь рассказчиком.

Упражнение «Побег из тюрьмы»

Цель: развитие способностей к эмпатии, пониманию мимики, языка телодвижений. Участники группы становятся в две шеренги лицом друг к другу. Ведущий предлагает задание: «Первая шеренга будет играть преступников, вторая — их сообщников, которые пришли в тюрьму, для того чтобы устроить побег. Между вами звуконепроницаемая стеклянная перегородка. За короткое время свидания (5 минут) сообщники с помощью жестов и мимики должны рассказать преступникам, как они будут спасать их из тюрьмы, каждый сообщник спасает одного преступника. После окончания игры «преступники» рассказывают о том, правильно ли они поняли план побега.

Упражнение «Аплодисменты».

Цель: эмоциональная разрядка участников в конце занятия. Инструкция тренера: «Мы хорошо поработали сегодня, и мне хочется предложить вам игру, в ходе которой аплодисменты сначала звучат тихонько, а затем становятся все сильнее и сильнее. Ведущий начинает тихонько хлопать в ладоши, глядя и постепенно подходя к одному из участников. Затем этот участник выбирает из группы следующего,

кому они аплодируют вдвоем. Третий выбирает четвертого и т.д. последнему участнику аплодирует уже вся группа.

Завершение.

В конце занятия попросить участников высказать обратную связь по прошедшему занятию. Высказаться должны все, можно предложить вариант по кругу или с перекидыванием игрушки следующему участнику.

Занятие №5

Цель: Занятия проводится для того чтобы создать в группе доброжелательную, доверительную атмосферу, вызвать интерес у участников и настроить их на работу в группе.

Задачи:

1.создание в группе доброжелательной, доверительной атмосферы в группе.

2.вызвать интерес у участников и настроить их на работу в группе.

3.Форма проведения: занятие с элементами тренинговых упражнений.

Время проведения: 45 минут.

Условия проведения: в тренинге участвуют 32 человека 8 а класса, и их родители.

Ход занятия.

Здравствуйте ребята!! Очень приятно Вас видеть здесь таких заботливых, таких внимательных и таких любящих! Сегодня мы собрались, чтобы обсудить, что подростковый и юношеский возраст – один из важнейших этапов жизни человека, который решает задачи во многом определяющие события дальнейшей жизни.

Правила:

1.Уважаем друг друга, не перебиваем, обращаемся по имени.

2.В процессе общения мы не высказываем своих оценочных суждений о другом человеке и его мнении.

Каждый из нас говорит от своего имени.

3. Это очень важное правило, оно означает, что участники тренинга равны между собой, независимо от их должности, опыта, возраста, пола и т. п.

4. Каждый из вас искренне говорит том, что он чувствует, однако, если мы не хотим говорить на данную тему, то искренне заявляем о том, что не хотим обсуждать этот вопрос.

Упражнение: «Нужные мне люди»

Цели: Все мы в той или иной степени нуждаемся в том, что предоставляют нам другие люди: в определенных услугах, товарах, в эмоциональной близости, в обмене опытом и т.п. Иногда мы воображаем, что нам кто-то нужен для достижения цели, а на самом деле мы могли бы прекрасно справиться сами. В других случаях нам действительно кто-то нужен, так как соответствующие «товары» важны для нас, и мы не в состоянии их самостоятельно раздобыть, а эмоциональные отношения могут устанавливаться только между по меньшей мере двумя людьми. (Это простое упражнение помогает участникам осознать, какие категории людей важны для них по той или иной причине).

Упражнение – разминка «Карандаши».

Цель: Суть упражнения состоит в удержании карандашей или авторучек, закрытых колпачками, зажатыми между пальцами стоящих рядом участников. Сначала участники выполняют подготовительное задание: разбившись на пары, располагаются друг напротив друга на расстоянии 70–90 см и пытаются удержать два карандаша, прижав их концы подушечками указательных пальцев. Дается задание: не выпуская карандаши, двигать руками вверх-вниз, вперед-назад. После выполнения подготовительного задания группа встает в свободный круг (расстояние между соседями 50–60 см), карандаши зажимаются между подушечками указательных пальцев соседей. Группа, не отпуская карандашей, синхронно выполняет задания.

Упражнение «Идеальный родитель и идеальный ребенок».

Цель: Дети отдельно от родителей составляют список, который характеризует идеального родителя. Родители, объединившись, составляют

свой список характеристик идеального ребенка. После этого списки зачитываются. Участникам предлагается обсудить являются ли они таковыми, что из списка им бы хотелось взять в первую очередь, чтобы приблизиться к образу «Идеального родителя, либо идеального ребенка». Вывод: ИДЕАЛА в мире нет, и недостатки есть у всех, но от этого дети не перестают любить родителей, а родители детей. Упражнение заканчивается тем, что составленные списки разрываются, а пары (родитель - ребенок) обнимаются.

Завершение.

Ритуал прощания: учащиеся и родители берутся за руки, и выполняют ритуал прощания: все вместе говорят: «Мы – команда!» и аплодируют друг другу. Спасибо всем за участие! До новых встреч!»

Занятие №6

Цель: Развитие коммуникативных способностей: учиться проявлять и выражать свои мысли и чувства в коллективе, учиться умению договариваться, обсуждать замысел работы.

Задачи:

1. Обеспечить участников средствами конструктивного общения через опыт, приобретенный на занятиях в ходе выполнения упражнений и рефлексии.

2. Содействовать личностному позитивному развитию участников.

Время проведения: 1 час 40 минут.

Условия проведения: в тренинге участвует от 7 до 15 человек 8 а класса, занятия проходят в помещении, где можно сесть кругом, также должно оставаться пространство для подвижных игр.

Ход занятия

Здравствуйте, ребята! Очень рада вас видеть! Сегодня, как вы могли догадаться наше занятие будет необычным, с играми и упражнениями. Перед тем как мы начнем необходимо обговорить правила, которые нам необходимо ВСЕМ соблюдать, чтобы занятие было результативным и веселым.

Правила:

- Добровольность.
- Активность.
- партнерское взаимодействие.
- конфиденциальность.

Упражнение «Вихрь».

Цель: Из круга убирается один стул. Ведущий говорит, обращаясь к участникам: «Вам везет – вы все сидите на стульях, а у меня стула нет. Предлагаю сыграть в игру «Вихрь». Я говорю: «Поменяйтесь местами те, кто ...» и называю какой-то признак, который есть у многих присутствующих, например, поменяйтесь местами те, кто любит мороженое. Желательно меняться с участником, который от вас находится подальше, а не рядом, чтобы было интересней. Кто остался без стула, тот и водит. Во время упражнения прошу бегать осторожно, сохраняя жизнь себе и другим».

Упражнение «Круг знакомства».

Цель: Выбирается доброволец и встает в центр круга. Участники также встают, берутся за руки и образуют круг вокруг добровольца, и называет имя участника, который находится подальше от него. После этого он нажимает незаметно руку участника, который находится справа или слева от него, тот передает нажатие следующему и так дальше по цепочке. Когда нажатие дойдет до участника, которому послана телеграмма, он должен сказать: «Телеграмму получил». Задача добровольца – увидеть, где происходит нажатие рук и таким образом телеграмму перехватить. Во время упражнения разговаривать нельзя.

Упражнение «Змея».

Цель: Участники встают, вызывается доброволец, которому предлагают отойти от группы и отвернуться. Инструкция: «Давайте возьмемся за руки так, чтобы у нас получилась цепь. Эта цепь изображает змею, а два крайних участника – ее голову и хвост (одна рука у них свободна и находится за спиной). Теперь змее необходимо запутаться». После того, как «змея» запуталась, ведущий приглашает добровольца распутать «змею».

Завершение.

Ну что, ребята, понравилось вам наше сегодняшнее занятие? Что вам понравилось больше всего? Что вас удивило? Чему вы научились за сегодняшнее занятие? Что для вас было труднее всего? Почему?

Сейчас я предлагаю вам завершить наше занятие ритуалом

Выход из занятия.

Ритуал прощания: учащиеся берутся за руки, и выполняют ритуал прощания: все вместе говорят: «Мы – команда!» и аплодируют друг другу. Спасибо всем за участие! До новых встреч!»

Занятие №7

Цель: Создание комфортного микроклимата в группе

Задачи:

- 1.Создание в группе атмосферы сплоченности друг к другу.
- 2.Вызвать интерес у участников и настроить их на работу в группе.
- 3.Формирование толерантного отношения к друг другу.

Время проведения: 60 минут.

Условия проведения: в тренинге участвуют 32 человека 8 б класса, и их родители.

Ход занятия.

Здравствуйте ребята!! Очень приятно Вас видеть здесь таких заботливых, таких внимательных и таких любящих! Сегодня мы собрались, чтобы обсудить, что подростковый и юношеский возраст – один из важнейших этапов жизни человека, который решает задачи во многом определяющие события дальнейшей жизни.

Правила:

- 1.Уважаем друг друга, не перебиваем, обращаемся по имени.
- 2.В процессе общения мы не высказываем своих оценочных суждений о другом человеке и его мнении.

Каждый из нас говорит от своего имени.

- 3.Это очень важное правило, оно означает, что участники тренинга равны между собой, независимо от их должности, опыта, возраста, пола и т. п.

4. Каждый из вас искренне говорит том, что он чувствует, однако, если мы не хотим говорить на данную тему, то искренне заявляем о том, что не хотим обсуждать этот вопрос.

Упражнение: «Нужные мне люди»

Цели: Все мы в той или иной степени нуждаемся в том, что предоставляют нам другие люди: в определенных услугах, товарах, в эмоциональной близости, в обмене опытом и т.п. Иногда мы воображаем, что нам кто-то нужен для достижения цели, а на самом деле мы могли бы прекрасно справиться сами. В других случаях нам действительно кто-то нужен, так как соответствующие «товары» важны для нас, и мы не в состоянии их самостоятельно раздобыть, а эмоциональные отношения могут устанавливаться только между по меньшей мере двумя людьми. (Это простое упражнение помогает участникам осознать, какие категории людей важны для них по той или иной причине).

Упражнение – разминка «Карандаши».

Цель: Суть упражнения состоит в удержании карандашей или авторучек, закрытых колпачками, зажатыми между пальцами стоящих рядом участников. Сначала участники выполняют подготовительное задание: разбившись на пары, располагаются друг напротив друга на расстоянии 70–90 см и пытаются удержать два карандаша, прижав их концы подушечками указательных пальцев. Дается задание: не выпуская карандаши, двигать руками вверх-вниз, вперед-назад. После выполнения подготовительного задания группа встает в свободный круг (расстояние между соседями 50–60 см), карандаши зажимаются между подушечками указательных пальцев соседей. Группа, не отпуская карандашей, синхронно выполняет задания.

Упражнение «Идеальный родитель и идеальный ребенок».

Цель: Дети отдельно от родителей составляют список, который характеризует идеального родителя. Родители, объединившись, составляют свой список характеристик идеального ребенка. После этого списки зачитываются. Участникам предлагается обсудить являются ли они таковыми,

что из списка им бы хотелось взять в первую очередь, чтобы приблизиться к образу «Идеального родителя, либо идеального ребенка». Вывод: ИДЕАЛА в мире нет, и недостатки есть у всех, но от этого дети не перестают любить родителей, а родители детей. Упражнение заканчивается тем, что составленные списки разрываются, а пары (родитель - ребенок) обнимаются.

Завершение.

Ритуал прощания: учащиеся и родители берутся за руки, и выполняют ритуал прощания: все вместе говорят: «Мы – команда!» и аплодируют друг другу. Спасибо всем за участие! До новых встреч!»

Занятие №8

Цель: Улучшить коммуникативные умения, знания, способности, воспитать коммуникабельную личность.

Задачи:

1. Отработка навыков понимания других людей, себя, а также взаимоотношений между людьми;
2. Овладение навыками эффективного слушания;
3. Аргументация своей точки зрения, отстаивание своих интересов;
4. Обучение участников ориентации в проблеме;
5. Развитие и расширение навыков принятия решений, нахождение компромисса.

Время проведения: 1 час 15 минут.

Условия проведения: в тренинге участвует 12 человек 8 а класса, проводится он в классной комнате.

Ход занятия

Здравствуйте, ребята! Очень рада вас видеть! Сегодня, как вы могли догадаться наше занятие будет необычным, с играми и упражнениями. Перед тем как мы начнем необходимо обговорить правила, которые нам необходимо ВСЕМ соблюдать, чтобы занятие было результативным и веселым.

Упражнение «Автобус».

Цель: Отработка гибкости невербального поведения. Участники разбиваются на пары. Инструкция следующая: «Сейчас вы пассажир автобуса. По сигналу «Красный» автобус останавливается на светофоре. Вдруг вы видите во встречном автобусе человека, которого вы давно не видели. Вы хотите договориться о встрече с ним в каком-то определенном месте и в определенное время. В вашем распоряжении – одна минута, пока автобусы стоят у светофора. По сигналу зеленый загорается свет и автобусы разъезжаются.

После невербального проигрывания, участники тренинга делятся информацией о том, как они поняли друг друга.

Упражнение «Испорченный телефон»

Цель: совершенствование навыков невербальной коммуникации; общение без помощи слов; способности понимать партнера на невербальном уровне. Из группы выбирается пять человек, четыре из них выходят из комнаты. Пятому даётся текст: У отца было 3 сына. Старший умный был детина, средний был ну так себе, младший сын был не в себе. Он должен без слов показать этот текст четвёртому человеку, тот третьему, тот второму, и затем первому. Для лучшего запоминания первый человек может проговорить текст несколько раз. Потом, начиная с самого последнего человека, вы расспрашиваете, о чём был текст истории. Можно просить повторять текст, если тот, кому он передается, не понимает его. Обсуждение того, какие средства рассказчик использовал для передачи сообщения. На что обращал в первую очередь внимание слушатель. Насколько слушатель менял коммуникативные средства, становясь рассказчиком.

Упражнение «Побег из тюрьмы»

Цель: развитие способностей к пониманию мимики, языка телодвижений. Участники группы становятся в две шеренги лицом друг к другу. Ведущий предлагает задание: «Первая шеренга будет играть преступников, вторая — их сообщников, которые пришли в тюрьму, для того чтобы устроить побег. Между вами звуконепроницаемая стеклянная

перегородка. За короткое время свидания (5 минут) сообщники с помощью жестов и мимики должны рассказать преступникам, как они будут спасать их из тюрьмы, каждый сообщник спасает одного преступника. После окончания игры «преступники» рассказывают о том, правильно ли они поняли план побега.

Завершение.

В конце занятия попросить участников высказать обратную связь по прошедшему занятию. Высказаться должны все, можно предложить вариант по кругу или с перекидыванием игрушки следующему участнику.

Занятие №9

Цели: дать представление о ценности человеческого «Я», продолжать развитие навыков самоанализа и самооценки.

Задачи:

1. обсудить способы поддержания позитивной самооценки; дать подростку возможность полностью осознать свои силы;
2. дать возможность каждому члену группы узнать, как его воспринимают другие участники;
3. предоставить участникам возможность соотнести самооценку и оценку членами группы;
4. формирование умения слушать и давать обратную связь.

Время проведения: 45 минут.

Условия проведения: в тренинге участвуют 8-12 человек 8 а класса, проводится он в классной комнате.

Ход занятия.

Здравствуйте, ребята! Очень рада вас видеть! Сегодня, как вы могли догадаться наше занятие будет необычным, с играми и упражнениями. Перед тем как мы начнем необходимо обговорить правила, которые нам необходимо всем соблюдать, чтобы занятие было результативным и веселым.

Правила:

1. Добровольность.

2. Активность.
3. партнерское взаимодействие.
4. конфиденциальность.

Упражнение «Самооценка»

Цель: нарисуйте извилистую дорогу, ведущую из глубокой пропасти «самый плохой человек» к горной вершине «самый хороший человек».

Отметьте на этой дороге точку, где находитесь вы сейчас. Анализ:

Какие качества позволяют достичь этой высоты? (участники производят анализ самостоятельно, озвучивая свои выводы по желанию) Что мешает поставить отметку выше? (Можно не произносить)

Нередко ваше впечатление о себе складывается из оценок, которые дают окружающие вас люди.

Упражнение «Какой он?»

Цель: один из участников выходит за дверь, а остальные загадывают кого-то из группы. Ведущий, задавая вопрос «какой он?», должен по качествам, называемым участниками, догадаться, кто был загадан. Отдельно — так, чтобы всем хорошо было видно, поставить два стула друг напротив друга. Предложить одному из участников занять один из стульев, все остальные члены группы по очереди садятся на свободный стул и называют ему только его положительные качества. Слушатель может попросить уточнить то или иное высказывание, задать дополнительные вопросы, но не имеет права на отрицание или оправдание.

Каждый член группы, по возможности, должен занять место слушателя.

Упражнение «Безусловное принятие себя»

Участникам дается инструкция сказать вслух самим себе: «Я принимаю себя таким, как я есть, со всеми достоинствами и недостатками. Я принимаю себя со всеми счастливыми моментами и радостями!»

После этого ведущий просит участников прислушаться к ощущениям, которые возникают в теле при произнесении этих слов. В какой части тела

отзываются эти фразы? Легко ли их произносить? Что мешает принимать себя со своими достоинствами? Что помогает?

После того как участники мысленно ответили на эти вопросы, ведущий просит повторить за ним следующую фразу: «Я прощаю себя за... и снимаю условие, которое мешает моей безусловной любви. Теперь я люблю себя и принимаю таким, каков я есть».

Завершение

Ритуал прощания: учащиеся и родители берутся за руки, и выполняют ритуал прощания: все вместе говорят: «Мы – команда!» и аплодируют друг другу. Спасибо всем за участие! До новых встреч!»

Занятие №10

Цель: Выявление и коррекция установок каждого члена группы, более полное и точное представление о себе как индивидуальности; понимание и принятие себя и другого человека.

Задачи:

1. Развитие чувства собственного достоинства и уверенности в своих возможностях;
2. Развитие социальной адаптивности, умения преодолевать жизненные трудности;
3. Освоение невербальных каналов передачи информации;
4. Создание новых моделей поведения.

Время проведения: 1 час 30 минут

Условия проведения: в тренинге участвуют 10-15 человек 8 б класса, проводится он в классной комнате.

Ход занятия

«Здравствуйте, я очень рада видеть вас здесь. Наверное, у каждого из вас есть вопрос, зачем я сюда пришел, и что мы тут будем делать. Надеюсь, что на эти вопросы вы найдете ответы сами к концу нашей встречи.

Упражнение «Снежный ком»

Цель: назовите свое имя, затем прилагательное с положительным смыслом, которое характеризовало бы вас и начиналось с той же буквы, что и имя; добавьте к этому характерный жест. Например: «Валентина — Величественная» повторите имена, прилагательные и жесты всех тех, кто выступал до вас, затем назовите себя. Продолжайте по кругу, пока не дойдете до человека с которого начиналось упражнение, ему придется повторить имена всей группы.

Упражнение «Знаешь ли ты себя»

Цель: многие из нас боятся реальной жизни и поэтому предпочитают витать в облаках. Ответьте на предлагаемые вопросы «да» или «нет», и вы узнаете, насколько вы прагматичны или романтичны.

1. Получив газету, просматриваете ли вы ее, прежде чем начать читать?
2. Едите ли вы больше обычного, когда расстроены?
3. Думаете ли вы о своих делах во время еды?
4. Храните ли вы письма от близких людей?
5. Интересует ли вас психология?
6. Бойтесь ли вы ездить на большой скорости?
7. Избегаете ли вы мысли о смерти?
8. Любите ли вы помечтать перед сном, лежа в постели?
9. Способны ли вы сильно устать и после 8-часового сна?
10. Делитесь ли вы с другими личными трудностями?
11. Читаете ли вы любовные романы?
12. Избегаете ли вы одиночества?
13. Бывает ли так, что из-за неприятностей вы заболеваете?
14. Случалось ли вам в задумчивости проехать нужную остановку?
15. Возникало ли у вас желание жить в другом городе?
16. Считаете ли вы характер человека наследственной чертой?
17. Смотрите ли вы фильм до конца, если он о любви?

Завершение.

«Ну что, ребята, понравилось вам наше сегодняшнее занятие? Что вам понравилось больше всего? Что вас удивило? Чему вы научились за сегодняшнее занятие? Что для вас было труднее всего? Почему? Сейчас я предлагаю вам завершить наше занятие ритуалом.

Выход из занятия.

Ритуал прощания: учащиеся берутся за руки, и выполняют ритуал прощания: все вместе говорят: «Мы – команда!» и аплодируют друг другу. Спасибо всем за участие! До новых встреч!».