

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Тольяттинский государственный университет»

Гуманитарно-педагогический институт

---

(наименование института полностью)

Кафедра «Дошкольная педагогика, прикладная психология»

(наименование)

37.03.01 Психология

---

(код и наименование направления подготовки, специальности)

## **ВЫПУСКНАЯ КВАЛИФИКАЦИОННАЯ РАБОТА (БАКАЛАВРСКАЯ РАБОТА)**

на тему **ИССЛЕДОВАНИЕ КОММУНИКАТИВНОЙ КОМПЕТЕНТНОСТИ  
ПОДРОСТКОВ**

Студент

Л.В. Голованова

---

(И.О. Фамилия)

(личная подпись)

Руководитель

к.псх.н. Т.В. Чапала

---

(ученая степень, звание, И.О. Фамилия)

Тольятти 2021

## Аннотация

В бакалаврской работе рассматривается актуальную проблему общения подростков в контексте социально-психологической адаптации. Выбор темы обусловлен недостаточностью разработок целенаправленных развивающих мероприятий, повышающих коммуникативную компетентность подростков как фактора, предотвращающего нарушения общения.

Целью работы является определение особенностей коммуникативных способностей подростков в контексте социально-психологической адаптации.

Бакалаврская работа основана на гипотезах, согласно которым: существует прямая взаимосвязь процесса социально-психологической адаптации подростков и степени развитости у них коммуникативных навыков в общении; в качестве оптимизации хода социально-психологической адаптации может выступать групповая работа с подростками по развитию у них коммуникативных навыков.

В ходе работы решаются задачи: проведение теоретического анализа особенностей социально-психологической адаптации в подростковом возрасте; изучение теоретических подходов развития коммуникативных умений и навыков у подростков; проведение эмпирического исследования особенностей коммуникативных способностей подростков в контексте социально-психологической адаптации; разработка программы групповой работы с подростками по развитию коммуникативных навыков, оптимизирующих процесс социально-психологической адаптации.

Структура и объем работы. Работа состоит из введения, 3-х глав, заключения, списка используемой литературы и источников в количестве 49. Общий объем работы составляет 47 страниц машинописного текста.

## Оглавление

Введение.....	4
Глава 1 Теоретический анализ категории общения в психологии.....	8
1.1 Основные понятия психологии общения .....	8
1.2 Общая характеристика подросткового возраста.....	12
1.3 Социально-психологические факторы при формировании коммуникативной компетентности подростков.....	14
Глава 2 Организация и характеристика выборка экспериментального исследования .....	30
2.1 Методы экспериментального исследования .....	30
Глава 3 Анализ эмпирических данных экспериментального исследования.....	32
3.1 Изучение коммуникативной компетентности в подростковом возрасте .....	32
3.2 Оценка уровня общительности в подростковом возрасте....	34
3.3 Изучение школьной тревожности у подростков.....	37
Заключение.....	44
Список используемой литературы.....	45

## Введение

**Актуальность исследования.** Современная социальная среда является важным звеном для создания условий развития полноценной личности и реализации ее потенциала в общественной жизни. Регуляция процессов образования и воспитания подрастающего поколения, развитие множества аспектов, способствующих формированию личности происходит в социуме, как в макро, так и в микросреде.

Современные темпы развития нашей страны повышают требования к модернизации образовательных систем, способных внедрению и развитию современных знаний компетенций молодежи. При решении этих задач на первый план выходят социально – педагогические проблемы. В первую очередь относящиеся к общению, развитию коммуникативных систем. Социально-педагогические проблемы тесно связаны с развитием психологических навыков и знаний, способствующих межличностной коммуникации. Актуальность исследования подтверждается тем, что несмотря на многочисленные исследования в научных областях педагогики, психологии и социологии посвященных изучению особенностей коммуникации подростков, проблема развития коммуникативной компетентности подростков стоит остро. Для разрешения данных противоречий в теории и практике современного образования нами сформулирована **проблема исследования:** уровень развития коммуникативности у подростков изменяется от уровня тревожности.

Изучение проблем развития коммуникативной компетентности подростка способствует решению социально-психологических задач, лежащей в аспекте развития межличностного общения. Общение является сложной и многогранной деятельностью, оно требует определенных знаний и умений, которыми человек овладевает постепенно, приобретая жизненный и социальный опыт в социальной среде. Общение как уникальный компонент жизни человека, не только накапливает новый опыт коммуникативной

стороны взаимоотношений между людьми, но и позволяет сохранить то, что было накоплено предыдущими поколениями. При высоком уровне коммуникативных умений человек успешнее реализует свои возможности в реальных аспектах социальной жизни. Развитие коммуникативной компетентности способствует повышению качества жизни, самореализации в профессиональной деятельности, адаптации к условиям социальной среды. Это определяет практическую значимость исследования, необходимость формирования и развития коммуникативных умений подрастающего поколения. В современных условиях общения приобретает несколько иные формы. Стремительно развивающиеся новые информационные технологии влияют на качество общения, создавая специфическую среду. Межличностное общение, все чаще осуществляется посредством различных достижений технического прогресса. В этом контексте общение и его значение для развития личности – важная проблема современности. Особенно это важно для развития коммуникативности молодого поколения.

Значимость проблемы развития коммуникативной компетенции подростков привлекает специалиста разных научных областей. Так эта проблема отражена в трудах педагогов, социологов и психологов: Г.М. Андреева, В.М. Бехтерева, Л.И. Божович, И.О. Кона, А.Г. Асмолова, Л.С. Выготского, С.Л. Рубенштейн, А.И. Петрушина, А.В. Петровского, А.А. Колесник, А.С. Запесоцкого, и другие. Общение у подростков в современной среде тесно связано с современными теле технологиями, которые зачастую заменяют им личное общение, сводя его минимуму, что значительно влияет на коммуникативную компетентность школьников.

В настоящее время общение в подростковом возрасте является одной из основных проблем в изучении переходного возраста в целом. От развития коммуникативной сферы в подростковом периоде зависит дальнейшая социализация подростка и интеграция его в современном обществе и личностное становление подростка.

**Цель исследования:** обосновать и экспериментально проверить уровень школьной тревожности у подростков и соотнести его с уровнем общительности и уровнем коммуникативной компетентности подростков.

**Объект исследования:** психоэмоциональное состояние подростков, стиль общения подростков.

**Предмет исследования:** коммуникативные умения, оценка уровня общительности, уровень тревожности.

**Гипотеза исследования:** состоит в том, что уровень тревожности связан со стилем общения подростков, который, в свою очередь сопряжен с развитием коммуникативной компетентности подростков.

Для достижения поставленной цели необходимо решить следующие **задачи исследования.**

- 1) Провести теоретический анализ состояния проблемы, теоретический и методологический анализ категории общения в психологии.
- 2) Определить категории «общение», «коммуникативная компетентность», «тревожность», психологическое содержание понятия и стиля общения у подростков.
- 3) Эмпирически исследовать компоненты психоэмоционального состояния, стиля общения, коммуникативной компетенции подростков.
- 4) Разработать рекомендации по развитию коммуникативной компетентности подростков.

**Теоретико-методологическую основу исследования** составили:

- формирование видов поведения Л.С. Выготского;
- специфические виды общения: В.М. Бехтерев;
- концепция психологии отношений личности А.Г. Асмолов;
- психология взросления Л.И. Божович.

Для достижения поставленных задач и подтверждения выдвинутой гипотезы применялись следующие **методы исследования:** метод теоретического анализа научных источников по проблеме коммуникативности подростков, метод психологической беседы,

психологический диагностический метод, статистический метод, тест на определения степени сформированности коммуникативных навыков и умений в общении, оценка уровня общительности, тест на выявления тревожности.

**Эмпирическая база исследования:** МАОУ СОШ № «1» г. Сольцы в исследовании принимали участие 60 подростков 8 «А» и 8 «Б» классов МАОУ СОШ № «1» г. Сольцы.

**Новизна исследования** заключается в исследовании особенностей стилей общения подростков с учетом их психоэмоционального состояния.

**Теоретическая значимость исследования** заключается в дополнении имеющихся исследований новыми данными о коммуникативной компетентности подростков.

**Практическая значимость исследования** заключается в возможности использования результатов исследования при построении и реализации программ для подростков по развитию коммуникативной компетентности, а, также, при расширении теоретических знаний в сфере психологии общения при подготовке профильных специалистов.

**Структура бакалаврской работы.** Работа состоит из введения, трех глав, заключения, списка используемой литературы. Для иллюстрации текста используется 3 таблицы, 3 рисунка. Основной текст работы изложен на 43 страницах.

# Глава 1 Теоретический анализ категории общения в психологии

## 1.1 Основные понятия психологии общения

Общение относится к среде, которая сопровождает человека на протяжении всей его жизни с самого рождения, формирует его как личность, и создает условия, в которых отрабатываются коммуникативные умения и навыки, реализуются ресурсы и потенциал личности. Общение относится к виду социальной активности, который собственно и делает индивида социальным существом – человеком, личностью.

В общем понимании, общение рассматривается как форма жизнедеятельности человека, социальный смысл которой заключается в передаче форм культуры, социального опыта не только в рамках одного поколения на микро-, мезо- и макро-уровне, но и от одного поколения к другому в ходе общественно-исторического развития. Именно через общение неповторимый субъективный мир одного человека или группы людей (например, этнической) становится доступным, раскрывается для другого человека, других людей и в этом заключается его специфика. Ведь по форме, стилю, средствам реализации общения можно судить о темпераменте, характере, актуальных потребностях, общей культуре, уровне развития коммуникативных способностей, системе ценностей, сфере интересов, профессиональной принадлежности человека и многом другом.

Общение, как важная составляющая деятельности, выступает в роли необходимого условия присвоения индивидом достижений общественного опыта, выработанного в ходе исторического развития человечества во всей системе социальных связей [5]. Общение, как самостоятельная форма социальной активности и взаимодействия, выступает для человека средством развития его социальной сферы на пути преобразования индивида в личность и как цель саморазвития (самосовершенствования) и самоактуализации личности. При этом общение, как активная форма взаимодействия людей,

реализуется по принципу «субъект – субъектного» общения и изначально носит субъектный характер, то есть опосредованный конкретным жизненным опытом личности [25].

Поскольку формирование коммуникативных умений, характера и системы ценностей человека происходит неравномерно, и период наиболее активного развития приходится на подростковый возраст, то именно этот период в процессе формирования личности заслуживает отдельного внимания.

Зарубежные авторы Simons, Ronald L.; Whitbeck Les.B.; Conger, Rand D. and Conger, Katherine J., в своей работе «Факторы воспитания. Социальные навыки и ценностные обязательства как предвестники школьной неуспеваемости. Взаимодействие с девиантными сверстниками и делинквентного поведения» отмечают, что современные психологи обращают внимание на то, что развитие цивилизации способствует возникновению проблем в сфере общения именно в подростковом возрасте. И впервые подростковый период в возрастной периодизации предложили выделить американские психологи [46].

В исследовании Г.М. Андреевой отмечено, что во время общения между двумя и более собеседниками, в частности, подростками со взрослыми и сверстниками, первые всеми силами стремятся к проявлению своей индивидуальности. Помимо этого, дети в младшем и старшем подростковом возрасте хотят иметь тесную связь в социальных сетях со сверстниками, стремятся быть включенными в те или иные сообщества, а также быть значимыми в них.

Для того, чтобы детально рассмотреть специфику общения в подростковом возрасте, представим основные составляющие взаимодействия со сверстниками у младших школьников и подростков.

Можно выделить следующие компоненты:

- тесное взаимодействие детей и подростков, умение договариваться позволяет им передавать ту или иную информацию и опыт друг другу, а также лучше понимать себя и окружающих;
- при осуществлении словесного взаимодействия дети младшего и старшего подросткового возраста могут духовно обогащаться в командной работе, взаимной поддержке;
- взаимодействуя с подростками своего возраста, школьники учатся развивать речевые связи и приобретать коммуникативные навыки.

«Исследование коммуникативной компетентности встречается в работах С.В. Петрушина. По его мнению, коммуникативная компетентность представляет тесно связанные между собою три компонента: эмоционально – мотивационный, когнитивный и поведенческий компоненты [28].

Эмоционально – мотивационный компонент вызывает потребности в положительных контактах, интерес к общению подростков друг с другом, обязательное желание «быть успешным» партнером, а также сохранить общение» [31].

В когнитивный компонент входят умения создавать взаимоотношения людей и применение знаний, полученных в процессе обучения, а также, социальные и перцептивные способности, личностные характеристики, образующие коммуникативные компетенции личности. На поведенческом уровне, это личностная система возможных моделей межличностного взаимодействия, а также личного контроля коммуникативного поведения.

«А.В. Петровский говорит, что необходимым в коммуникативной компетенции является умение определять цели коммуникации, оценивать ситуацию, учитывать намерения и способы коммуникации партнера (партнеров), выбирать адекватные стратегии коммуникации, быть готовым к осмысленному изменению собственного речевого поведения» [27].

«А.С. Запесоцкий утверждает, что в коммуникативную компетентность, соответственно, входит способность устанавливать и поддерживать необходимые контакты с другими людьми,

удовлетворительное владение определенными нормами общения, поведения, что в свою очередь, предполагает усвоение социально-психологических эталонов, стандартов, стереотипов поведения, овладение «техникой» общения [8]. Т.Д. Азарных считает, что значимым для социализации детей является не только и не столько овладение системой языка, сколько формирование навыков общения; именно такой подход является наиболее продуктивным. Б.Д. Парыгин, отмечает, что одной стороны, подход создает возможность управления процессом общения, в частности формированием коммуникативной деятельности, с другой – его реализация позволяет более эффективно решать вопросы, связанные с социализацией, развитием их коммуникативных и когнитивных возможностей» [26].

Burack D., Cicchetti J.R., Weisz, отмечают, что приобщение детей и подростков к отдельным социальным сообществам, группам имеет большое значение для развития личности и способности общаться [47].

Зарубежными авторами Saark K.D., Humphrey L.L., Crook K., Lewis K., отмечается, что в подростковой среде дети стремятся подражать авторитетным, с их точки зрения, людям, копируя престижную модель поведения [45]. Это позволяет им развиваться в целом и взаимодействовать с коллективом, принимать помощь от других людей и помогать самим. Важно также отметить, что дети подросткового возраста могут проявлять инициативу и лидерские способности в микро-группах. Взрослые люди, входящие в подобные группы, порой обладают непреклонным авторитетом среди подрастающего поколения. Общение с подобными людьми и их одобрение способны поднять авторитет школьника среди сверстников. Однако может быть и, наоборот, в зависимости от того, каков статус взрослого в микро-группе.

М.В. Буланова-Топоркова отмечает, «Немаловажен и тот факт, что референтная группа оказывает значительное влияние на деятельность и действия детей – подростков с помощью малых приемов: обучения, копирования поведения окружающих, определения той или иной модели

поведения, стиля и многого другого. Существование таких приемов дает возможность тесно взаимодействовать со взрослыми людьми» [6].

Д.М. Рамендик, Ф.М. Зонабед, А.Н. Клименко заявляют, что в группах подростки, могут быстро и уверенно приходить к решению тех или иных вопросов, брать на себя ответственность и именно они получают доверие со стороны окружающих и, как правило, становятся лидерами. Выделяются и те подростки, которые сильно отличаются от окружающих в силу своей национальности. Такие подростки редко становятся лидерами в микрогруппах, но являются важными личностями, на которых построено сообщество [30].

Как правило, подростки стремятся подружиться именно с теми сверстниками, которые кажутся им очень интересными и разносторонними, то есть у кого нестандартный вкус в одежде, необычные увлечения, высокий авторитет в обществе. При дружеском общении подростки развивают симпатию, самосознание, то есть лучше понимают самих себя, окружающих и учатся правильно взаимодействовать в социальной среде.

Основная потребность подростков заключается в общении со сверстниками и налаживании тесных и близких взаимоотношений, в которых можно выделиться и проявить себя, быть услышанными. Если же дети и подростки испытывают отчужденность и не могут адаптироваться к обществу, найти в нем свое место и друзей, то у таких детей замедляется процесс личностного становления.

## **1.2 Социально-психологические факторы при формировании коммуникативной компетентности подростков**

Одной из важных задач, стоящих перед педагогами школы, является задача воспитать культурную, творческую личность, способную занять свою нишу в непростой, быстро меняющейся реальности. А. Маслоу, считает, что знаниями, полученными ребёнком в период взросления, предстоит

пользоваться в самостоятельной взрослой жизни [22]. Но не стоит забывать, что основным инструментом, который помогает осуществлять задуманные планы, является общение. Порой взрослые люди не способны адекватно передать необходимую информацию, так как в своё время у них не были сформированы необходимые навыки коммуникации. Поэтому психологи считают коммуникативную компетентность одним из основополагающих факторов формирования личности школьника. Педагогам и родителям необходимо способствовать формированию качеств толерантности, самореализации и самоопределения; подготовить конкурентно-способных личностей, овладевшими навыками современных технологий и умеющими адаптироваться к стремительно изменяющимся реалиям жизни. То есть, коммуникативная компетентность – это ключ к благополучной деятельности в учебной сфере и основной потенциал для адаптации в социальной сфере жизни учащихся.

Коммуникацию следует отнести к группе основных компетентностей, получивших в современной жизни особую значимость, поэтому необходимо уделить ее становлению особое внимание.

Прежде всего, коммуникативная компетентность оказывает влияние на успешность в учебной деятельности. Случаются ситуации, когда учащийся стесняется во время ответа у доски, не в силах побороть свою тревожность, передача его знаний не будет соответствовать имеющимся знаниям, что естественно понизит оценку. Подобный опыт имеет негативный характер и, как следствие, может влиять на отношение к учебной деятельности.

Следующим аспектом коммуникативной компетентности является то, что она оказывает влияние на процесс адаптации ребёнка к школе, и, самое главное, на его психоэмоциональное самочувствие в коллективе школьников.

Коммуникативная компетентность учащихся рассматривается в учебном процессе не только как условие сиюминутной эффективности общения и благополучия школьника, но и как залог успешности его будущей взрослой жизни. Поэтому необходимо применять профессионально

разработанные коррекционные программы, чтобы помочь учащимся понизить уровень тревожности. Коррекционные программы позволяют воспитанникам научиться снимать мышечное и эмоциональное напряжение и расширять спектр навыков владения собой в критических ситуациях, конструктивно общаться со взрослыми и между собой, обходя подводные камни конфликтных ситуаций; способствует развитию адекватной самооценки школьников.

А.А. Колесник отмечает, «Актуальность данных упражнений заключена в том, что в наше время коммуникативная компетентность является неотъемлемым компонентом становления и развития личности, позволяющей полноценно реализовывать свои навыки, способности, знаниями умения, полученные в период обучения в школе, а ее формирование является одной из главных задач учебно-воспитательного процесса» [16].

По мнению известного ученого Л.С. Выготского, именно в подростковом возрасте закладываются личностные особенности, связанные с ответственностью, Я-концепция, как важнейшие качества зрелой личности. Дальнейшая социализация подростка и интеграция его в современном обществе, и становление личности подростка зависит от развития его коммуникативной сферы в подростковом периоде» [9].

### **1.3 Социально-психологические факторы при формировании коммуникативной компетентности подростков**

«Коммуникативная компетентность – это качество личности, которое включает в себя готовность и способность достигать целей общения, которое обеспечивает «ситуационную адаптивность и свободу владения вербальными и невербальными средствами общения, возможность адекватного отражения психологических состояний и личностного склада собеседника, верной оценки его поступков, прогнозирование на их основе особенностей

поведения. Если опираться на принятую в социальной психологии структуру общения, которая включает перцептивный, коммуникативный и интерактивный аспекты, то коммуникативную компетентность можно рассматривать как составляющую общения. Тогда коммуникативный процесс понимается как «информационный процесс между людьми как активными субъектами, с учетом отношений между партнерами»» [31].

«В период взросления у юношей и девушек 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 коммуникацию с другими детьми и взрослыми, они первыми начинают совместные игры. К. Долджин, Ф. Райс исследуя психологию подросткового и юношеского возраста, отмечают, 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 пассивным, но при этом они более дружественным и избирательным. Ю.М. Жуков, Л.А. Петровская, П.В. Растянников проводят анализ психологического тестирования, который позволяет утверждать, что мальчики-подростки вначале вступают в коммуникативные контакты друг с другом и только спустя некоторое время в ходе делового взаимодействия, вырабатывается положительное отношение и установка друг к другу [14]. В зарубежном издании «Adolescent Girls. Developmental Psychology» отмечается, что девочки в подростковом возрасте поступают наоборот – они начинают коммуникативный контакт и совместную деятельность только с теми ровесниками, в отношении которых возникает симпатия или интерес» [49].

Этой теме посвятили свои работы современные российские психологи. Ф.И. Шарков, О.О. Савина, В.А. Спивак, Г.Г. Почепцов в своих работах представляя исследовательский обзор некоторых проблем подросткового возраста. Е.Я. Мелибруда, описывает особенности детей подросткового

возраста и проблемы, характерные для данного периода жизни человека. Д.А. Иванов, подчёркивает уникальность каждой личности, раскрывает такие проблемы подросткового возраста, с которыми самому школьнику и не справиться [15].

«По мнению известного отечественного психолога И.С. Кона, в подростковом возрасте коммуникативное взаимодействие строится по правилам противоречивого переплетения двух потребностей: обособления (приватизации) и одновременно желания в принадлежности, включения в какую-то группу или общность. Обособление чаще всего проявляется в эмансипации от контроля взрослых, желании действовать самостоятельно, не прислушиваясь к мнению педагогов, родителей» [17].

«Другой известный отечественный ученый Д.И. Фельдштейн считает, что в подростковом возрасте можно выделить три формы общения: первая, взаимодействие, основанное на личных симпатиях; вторая, взаимодействие, основанное на случайных контактах; третья, взаимодействие, основанное на желании участвовать в разного рода подростковых компаниях. Первая форма общения в подростковом возрасте возникает только тогда, когда у партнёров появляются общие ценности, они понимают мысли, чувства, переживания друг друга, поддерживают друг друга. Вторая форма подросткового общения возникает в том случае, когда у подростков преобладает неорганизованная общественно-полезная деятельность. Третья форма общения приводит к появлению разного рода подростковых компаний, неформальных групп» [38].

«Известно, что общение в подростковом возрасте является профилирующим фактором для дальнейшего успешного развития личности. В ходе грамотно установленного контакта подросток расширяет не только круг общения, но и свои знания о себе и об окружающих людях. Обладание развитыми коммуникативными способностями дает возможность уверенно вступать в контакты с людьми. Подросток начинает видеть ситуацию, верно определять психологический настрой человека, может выстроить свое

поведение так, что с каждым собеседником найдет общий язык, то есть то, что сможет их обоих заинтересовать» [37].

Подростковый возраст в ряде отечественных и зарубежных психологических теорий рассматривается как достаточно противоречивый и критический этап развития личности, а личностные особенности, связанные с ответственностью за свои поступки, с анализом своих действий – как важные качества, закладывающиеся в подростковом возрасте.

«Большинство исследователей, среди них М.В. Гамезо, В.С. Герасимова, Г.Г. Горелова, Л.М. Орлова выделяет подростковый возраст как наиболее сенситивный для формирования коммуникативной компетентности, то есть такой период в жизни человека, который создаёт наиболее благоприятные условия для формирования у него определенных психологических свойств и видов поведения» [11].

Подростковый период – это сложное время в жизни молодого человека, когда формируются самые важные основы будущей жизни в обществе. Важно, чтобы подросток в этот период научился выстраивать отношения со взрослыми, со своими родителями и сверстниками, тогда и в дальнейшем он будет удовлетворен своей профессиональной и личной жизнью. Для того чтобы выстраивать такие отношения, необходимо прежде всего научиться жить в мире и согласии с самим собой, и это тоже актуальная проблема переходного возраста [31].

Процессы развития личности, способность ее к общению очень важны для подрастающего человека в силу требований современной эпохи, когда круг общения расширяется, когда возникает необходимость в культуре общения. По А.Г. Маклакову, построение межличностных отношений становится важным в жизни молодежи, способствует развитию коммуникативных навыков и, следовательно, личностному развитию и росту уровня адаптации.

Т.Г. Григорьева, Л.В. Линская, Т.П. Усольцева отмечают, что общественная среда требует от современных людей способности к общению,

умению адаптироваться в социуме, передавать культурно-историческое наследие и информацию в массы. Именно умение взаимодействовать с окружающими дает возможность людям развиваться и понимать друг друга. Если человек не будет уметь передавать свои мысли и знания, то он не сможет быть полноценной частью общества и будет ощущать отчуждение и даже одиночество.

Понятие беседа было применено во многих психологических, педагогических, биологических и даже технологических трудах различных исследователей. Следовательно, необходимость использования общения (социальное, профессиональное) очень актуальный аспект. Все методы основаны на концепции основных коммуникационных возможностях самого общества.

Общение основывается на том, что говорит человек, как и когда он это делает. Важно выделить, считает О.Н. Козлова, что именно способность к общению дает возможность развивать человечество. Общение позволяет передавать культурно-исторические, морально-нравственные взгляды. Иными словами, социум невозможен без умения общаться в современной среде. Наиболее остро потребность в общении возникает в подростковом возрасте, так как это дает школьнику опыт социального общения, практику жизни в коллективе. Он начинает проявлять повышенные требования к себе и взрослым, протестует против обращения с ним, как с маленьким. Именно в подростковом периоде формируются разного рода отношения: они могут быть просто приятелями, товарищами или близкими друзьями. Общение в этот период уже начинает выходить за школьные стены, захватывает новые интересы, занятия, появляется необходимость и желание приобрести новых друзей, уже не связанных со школьной жизнью. Но не всегда в реальной жизни дети могут реализовать свою потребность в общении. Это связано, прежде всего, с тем, что при так называемом живом общении у подростков возникает ряд трудностей, которые приводят к сложности в общении с родителями, педагогами.

«В этот период подростки сталкиваются с многочисленными психологическими проблемами: они хотят стать независимыми от родителей, начинают учиться выстраивать свои отношения со сверстниками, вырабатывают для себя комплекс этических принципов. А. Маслоу, описывает, как в это время происходит развитие чувства индивидуальной и коллективной ответственности, оформляются черты характера и способы эмоционального реагирования, которые в дальнейшем во многом определяют жизнь взрослого человека, его физическое и психическое здоровье, общественную и личную зрелость» [22].

В.П. Морозов, обращает внимание на то, как подросток начинает активный поиск собственной сущности, своего собственного «Я». Он хочет обрести себя как личность, и именно на этом этапе своего взросления школьник наибольшим образом стремится к независимости, что в свою очередь, порождает желание обрести другие формы коммуникативности. Молодые люди позволяют себе грубые выражения в адрес взрослых, проявляя этим свою самостоятельность, они начинают активно применять сленги. Такими действиями подростки борются за свою независимость от взрослых.

Разные взгляды на современную жизнь и современные отношения создают границу между взрослыми и подростками. Родители боятся резких перемен в поведении и общении своих повзрослевших детей. Но, в свою очередь, не умеют выстроить с ними новые отношения, понять своего ребенка и принять его. Порою родители пытаются привить в своем взрослом ребенке свои взгляды на жизнь, привить то, что они сами считают допустимым. И это ошибка родителей ведет к отстранению от них их собственных детей. И подростки начинают искать понимание, поддержку в коллективе сверстников, у которых тоже подобные проблемы с родителями.

Отношения с родителями подростки переносят на всех взрослых: бабушек, дедушек, педагогов. Они болезненно реагируют на кажущиеся ущемления своих прав, пытаются ограничить претензии взрослых по

отношению к себе. Права взрослых подросток ограничивает, а свои расширяет и претендует на уважение его личности и человеческого достоинства, на доверие и предоставление самостоятельности, то есть на равноправие со взрослыми, и старается добиться признания ими этого равноправия. Разные формы протеста и неподчинения подростка – это средство изменить прежний тип отношений со взрослыми на новый, специфический для общения взрослых. Появление у подростка чувства собственной взрослости и потребности в её признании окружающими рождает совершенно новую форму общения с окружающими.

Дети в подростковом возрасте стремятся к тому, чтобы иметь тесную связь в социальных сетях со сверстниками, стремятся быть включенными в те или иные сообщества, а также быть значимыми в них. Они стремятся копировать модель поведения, которая характерна для членов тех или иных сообществ, чтобы поднять свой собственный статус в этих микро - группах. Вся эта новая жизнь очень ярко отражается в речи подростков. Переходя в новое состояние взросления, они не только меняют внешний вид, манеры общения, но и пытаются внести новое в свою речь. Прежде всего, эти изменения связаны с появлением в речи подростков новых слов, выражений. Дети подросткового возраста в общении со своими сверстниками применяют в речи сленговые слова, считая, что это и современно, и одновременно поможет им выйти из школьного образа в более взрослое состояние.

Особенности сленгового общения в молодежной среде проявляются как специфичный вид общения, используемый для выражения своих взглядов и эмоций в виде одного слова, которое подчеркивает глубину испытываемых чувств или же отношения к тем или иным действиям и поступкам, например, «тема» (мне нравится), «влом» (мне лень), «ништяк» (хорошо). Употребление сленгов основывается на выражении чувственной сферы с помощью необычных фраз, понятных только в среде детей подросткового возраста. Сленги отражают душевное состояние, в котором подросток нестабилен и

эмоционально возбужден, поэтому дети подросткового возраста часто проявляют то положительные, то отрицательные эмоции.

Причинами употребления жаргонных слов в языке подростков может быть не только формируемый понятийный аппарат и слабый словарный запас, но и протест против общепринятых норм. Часто подростки употребляют в своей речи много жаргонных слов, которые имеют негативный или даже агрессивный характер, но они редко задумываются о том, что их слова могут звучать обидно и некрасиво для окружающих. Употребляют жаргонные слова не с целью обидеть или унижить, а считают такие слова модными, современными и применяют их не только среди своих сверстников, но и в общении со взрослыми.

Одной из причин того, что все беднее становится словарный запас подростков, является их нежелание читать художественную литературу, смотреть познавательные передачи, обмениваться мнением о прочитанном произведении или о просмотренном фильме.

Подростки предпочитают молодежные сериалы, в которых представлены скудные диалоги персонажей, речь которых насыщена сленговыми выражениями, порою выходящими за рамки литературной нормы. Создатели таких сериалов стремятся поднять свою популярность у молодежи, они считают, что сленговой лексикой тоже могут привлечь внимание подростков, повысить просмотры. Всё что окружает подростков, вносит в их жизнь определенную новизну, и они начинают этим увлекаться. Тем более что изучать новую лексику не надо, она легко входит в их лексикон, упрощает общение, становится понятной и удобной. Подростки отдают предпочтение общению со сверстниками, и в силу своих возрастных кризисов, наращивают коммуникативную компетенцию. Диалог, как возможность передать и получить информацию. Современный мир, с его развивающимися цифровыми технологиями привлекателен для детей-подростков, потому что он предлагает новые способы взаимодействия с окружающими людьми. Общаясь в онлайн, у них есть возможность

сравнивать себя с другими людьми того же возраста или теми, просто пролистав интересующую их станицу в социальной сети. Выбирать для онлайн общения того, кто кажется им более опытным и сильным. В.В. Давыдов и Т.В. Драгунова отмечают, «Ребята стараются влиться в обособленные группы сверстников. Эти группы становятся более постоянными, и отношения в них начинают подчиняться новым более строгим правилам. Общие интересы и проблемы, волнующие подростков, возможность обсудить их открыто, не боясь быть непонятым или высмеянным. Возможность находиться в равных отношениях со всеми, очень привлекает подростков, делает среду комфортной, спокойной и удобной для общения. Одновременно с возрастающим интересом друг к другу, у подростков создаются два новых вида отношений, слабо представленных в ранние периоды их развития: товарищеские (начало подросткового возраста) и дружеские (конец подросткового возраста). В этот период подростки уже более четко определяют, кто из сверстников для них друг, а кто товарищ, эти понятия начинают проявляться более четко. Хотя переход сверстников из одной группы в другую возможен, старшие школьники очень болезненно воспринимают такие ситуации, что отражается на их эмоциональном состоянии» [12].

По наблюдениям Н.Н. Романова в старшем подростковом возрасте у детей появляются уже более разнообразные виды взаимоотношений, они отличаются по степени близости, по их содержанию и тем задачам, которые они выполняют в жизни. Внешние, эпизодические «деловые» контакты удовлетворяют незначительные интересы и потребности, глубоко не затрагивают личность подростка. Общение же на уровне товарищеских отношений помогают взаимобмену знаниями, умениями и навыками; устанавливают дружеские связи, позволяют решать некоторые вопросы эмоционального и личностного характера [32].

С переходом в старшую группу, общение подростков становится самостоятельным видом деятельности, оно занимает больше времени и

выполняет главную жизненную роль. Отношение к общению со сверстниками для подростка, как правило, не меньше важно, чем все остальные его дела. Старшему подростку одиноко, он стремится к сверстникам, проявляет яркое стремление общаться в группе. Чувство одиночества, характерно именно подросткового возраста, здесь оно проявляется независимо от степени развитости специальной потребности в общении, аффилиативной потребности. Для того, чтобы завоевать друзей, привлечь к себе внимание товарищей, подросток старается сделать все возможное, иногда ради этого он идет даже на нарушение сложившихся социальных норм, на открытый конфликт со взрослыми.

Подростки становятся более компетентными при осуществлении коммуникативных взаимосвязей, пытаются копировать модель поведения тех людей, из их окружения, которые для них привлекательны. Чаще всего тех, кто кажется им более способными или же преуспевающими в чем бы то ни было.

Немаловажным фактором в развитии коммуникации у подростков является их очень сильное увлечение интернетом. Оно привлекает возможностью легко и быстро найти интересующую их информацию, которую они, к сожалению, не всегда смогут проработать и понять, что для них полезно в этой информации, а что, наоборот, приносит вред.

Меняется и понятие «друзья», оно становится менее конкретным. Если раньше считалось, что у человека может быть только несколько друзей, то теперь счет идет на сотни, и подростки легко вступают в общение с совершенно незнакомыми людьми, потому что молодежный сленг сближает их. С одной стороны, хорошо, что они могут легко вступить в беседу с разными людьми, с другой стороны, большое количество чужих людей говорит больше об одиночестве подростка, чем о его коммуникабельности. Помимо этого, цифровая среда может негативно сказаться на подростках, у которых еще формируется личностное развитие и самооценка, то есть они могут, к примеру, вступить в запрещенные сообщества. В такие группы

обычно вступают те подростки, которые испытывают отчуждённость и неприятие их в социальной среде, поэтому воздействовать на несформированную психику детей-подростков несложно для организаторов данных сообществ.

Кроме того, жизнь многих людей, благодаря социальным сетям, выходит за рамки личного пространства, становится общедоступной. Главным критерием популярности среди молодёжи становятся лайки, которые собирают незнакомые, порой, одиозные персонажи. В борьбе за лайки подростки отвлекаются от реальной жизни и становятся настолько зависимыми от чужого мнения, что и сами «оголяют» свою жизнь в социальных сетях и ждут одобрения посторонних людей. Среди тинэйджеров сейчас особой популярности пользуются блогеры популярных социальных сетей и мессенджеров. Блогеры в своих постах, используют большое количество ненормативной лексики, привлекая к себе в подписчики подростков. Которые считают нормой общения, использовать в высказываниях ненормативную лексику, а подобные высказывания образцом для подражания, соответственно пользуются такой же лексикой.

В многочисленных исследованиях Д.М. Рамендик, Ф.М. Зонабед, А.Н. Клименко, отмечается, что подростки стали более поверхностно общаться, они не желают вникать в чувства и переживания собеседника, формально в диалоге используют ни к чему не обязывающие слова-обороты: («Привет. Как дела?», «Привет. Нормально»). Если раньше подобные диалоги обычно выступали прелюдией к более серьёзному разговору, то сегодня нередко общение ограничивается несколькими короткими фразами. Дело не в самих словах, и даже не в их количестве, а в глубине. Людям стало неинтересно заглядывать в душу другого человека [30].

Российские психологи, социологи, педагоги Ф.И. Шарков, Т.И. Чиркова, Л.М. Шипицына, П.Г. Щедровский считают, что причиной этому является быстрый темп жизни, который ведёт человек современного общества. Этот темп и приводит к установлению правил подобного общения.

Ритм современной жизни настолько скоротечен, что порой люди не желают тратить время на чтение объёмных посланий. Поэтому стали использовать сокращения, которые облегчают подросткам общение и хорошо знакомы им.

Другой признак современного стиля общения подростков, прагматичность. Они общаются по делу, и, если оно выгодно для собеседников, могут тратить на него достаточно много времени и готовы углубляться в обсуждение любых деталей и схем. Но как только прагматичный момент улетучивается, стороны теряют интерес друг к другу, необходимость в общении чаще всего пропадает. В работах В.М. Снеткова, такая особенность в психологии коммуникаций, прослеживается и для более возрастных групп.

По мнению медицинского психолога Т.В. Чапала одним из факторов, оказывающих влияние на формирование коммуникабельности является эмоциональное состояние [39]. Старшие школьники, которые находясь в коллективе сверстников, пребывают в состоянии психологического комфорта, это личности, социально адаптированные, с отсутствием нарушений психических функций (мышления, памяти, внимания, восприятия, эмоций). Несомненно, в период обучения в школе чувство тревоги неминуемо, так как тревога – это чувственный ответ внутреннего состояния на внешние раздражители. Тревожность же определяется индивидуальной психологической особенностью, которая проявляется в предрасположении личности к сильному переживанию тревоги по более или менее безосновательным поводам. Благодатная почва, способствующая повышению уровня тревожности подростков, слаборазвитая самооценка, неустойчивое эмоциональное состояние, наличие стрессов и другие сложности, сопутствующие обучению.

Психологи считают, что проблема повышенной тревожности особенно актуальна в современной школе, так как она оказывает отрицательное влияние на общее развитие и формирование личности подростка, что, в свою очередь, сказывается на школьной успеваемости.

Школьная тревожность – это показатель, который включает в себя разного рода аспекты школьных неприятностей. Педагог может заметить у подростка волнение либо повышенное беспокойство во время учебных ситуаций в коллективе воспитанников, ожидание негативного отношения, отрицательной оценки своих успехов со стороны сверстников и взрослых. Всё это признаки повышенного уровня тревожности у подростка и необходимо оказать ребёнку психологическую помощь. В зарубежных изданиях, в частности, журнале по психологии «Empirical findings. Journal of Child Psychology and Psychiatry» психологи делают акцент на уровень тревожности, следует помнить, что для развития полноценной личности необходимо наличие ситуативной тревожности, с помощью которой возможно вывести свою деятельность на более высокий уровень. Лишь только, когда тревожность становится отличительной чертой личности, она должна вызывать опасения [48].

Если старшеклассник занижает оценку своих достижений, болезненно воспринимает критику в свой адрес, неадекватно реагирует на внимание к своей персоне, оказанное со стороны собеседников, все это может быть явными признаками повышенного уровня тревожности. Такой подросток испытывает трудности в общении, так как сильно озабочен неблагоприятными последствиями, которые могут повлечь за собой разного рода коммуникации. Низкая уверенность в себе не позволит выпускнику на новом этапе его жизни войти в новый коллектив. В ситуации, которая направлена на получение более высокого результата, подросток с высоким уровнем тревожности не сможет добиться успеха, так как он болезненнее, более остро, реагирует на сведения о поражении. В данном случае заметно снижается работоспособность в ситуации стресса или недостатка времени, потому что страх фиаско преобладает над желанием достичь успеха.

Подростки с низким уровнем тревожности имеют мотивацию на достижение результата, так как их больше стимулирует возможность достижения успеха, что меркнет перед опасением вероятного поражения.

Следует помнить, что для старших школьников тревога может стать мотивирующим фактором в достижении целей, поэтому тревожность невысокого уровня можно использовать как потенциал достижения результата.

Наряду с тревожностью современных подростков отличает наличие более высокого уровня агрессивности, от которого страдают, в первую очередь, они сами. Под агрессивным поведением психологи понимают такие действия деструктивного характера, которыми наносятся ущерб психологическому и моральному состоянию окружающих. Враждебность подростков по отношению к людям, вступающим с ними в контакт свидетельствует о внутреннем дискомфорте и отсутствии умения контролировать свои эмоции. Средства массовой информации, киноиндустрия, деструктивные молодёжные сообщества, неравное социальное и экономическое положение, неблагоприятные взаимоотношения родителей между собой и родителей с детьми могут стать причиной возникновения агрессивного поведения подростка.

Озлобленность, раздражение уже не так удивляет и находит оправдание. Вызывает сожаление, что уже в детском саду дети всё больше проявляют агрессивность и раздражение, а в подростковом возрасте вспышки озлобленности уже никого не удивляют и не воспринимаются как элементы девиации. Иногда агрессия старшеклассников, если не является следствием заболевания или нарушения в организме, то является формой противостояния взрослым, выражаемая на требования в школе и дома либо стремление подростка к самоутверждению, приобретению авторитета в среде сверстников. Тем не менее, неконтролируемая агрессия – это отступление от нормы, которое необходимо корректировать, так как её уровень имеет тенденцию к повышению у всех школьников, но яркость выражения у всех разная. Психологи выделяют несколько форм проявления агрессивного поведения.

Физическая агрессия, когда ребёнок для решения своих проблем не может обойтись без применения физической силы.

При вербальной агрессии, ребёнок для выражения своих негативных эмоций пользуется угрозами, переходит на крик, доходящий до истерики.

Раздражительность, которая проявляется в грубости по любому, даже незначительному, поводу; в резкости и вспыльчивости в отношении собеседника.

Подозрительность выражается в негативном настрое подростка на общение с другими людьми, в недоверии к собеседникам, восприятии окружающих как потенциальных врагов.

Косвенная агрессия, отмечается выражением негативных эмоций ребёнка, направленных на какой-то определённый объект с использованием злых шуток, розыгрышей, организацией сплетен, бойкотов.

Обида, проявляется в выражении деструктивных амбиций, направляя их как на определённого одноклассника или педагога, так и на всех окружающих.

Скрытая агрессия проявляется, когда ребёнок демонстрирует элементы пассивно-агрессивного поведения, саботируя миссию выполнения заданий или просьб окружающих.

Современные психологи и психиатры успешно используют различные способы для работы с агрессивными подростками, если на поведение ребенка своевременно обратили внимание и выявили причины возникновения девиаций. Порой достаточно визитов к психологу на профилактические беседы. Проблемы агрессивного поведения необходимо устранять как можно раньше. Поэтому задача педагогов – наблюдать за эмоциональным состоянием своих воспитанников и, выявив проблему, подключать родителей и специалистов к её решению. Анализируя разного рода общения подростков, можно заметить, что в основу их коммуникативности заложено несколько мотивов, которые и определяют эти способы общения.

Первым важным мотивом является, безусловно, деловой, он возникает в ситуации сотрудничества, игры, активности в общении. Второй мотив – познавательный, когда возникает необходимость приобретения каких-либо новых знаний, информации. Здесь источником для подростка выступает взрослый, это могут быть родители или учителя.

## **Глава 2 Организация и характеристика выборки экспериментального исследования**

### **2.1 Методы экспериментального исследования**

Первый этап наблюдение. В течение пяти дней при посещении учебного заведения проводилось наблюдение за поведением и общением подростков и их взаимоотношениями в различных ситуациях, то есть в свободном общении во внеурочный период и на уроках. Особое внимание было уделено общению старшеклассников как с педагогами, так и со взрослыми, включенными в воспитательный процесс.

Описание. Результатом наблюдения за общением подростков стал анализ особенности коммуникации. Отмечено, что в межличностном общении подростки употребляют специфичные сленговые слова и словообороты, понятные и употребляемые в их подростковой среде. Во время учебного занятия (на уроке) школьники испытывают затруднения в подборе слов и словооборотов. Им приходится контролировать свою речь, «вычищая из нее сленговые слова и нетипичные в общении словообороты», многие испытывают затруднение при подборе речевого материала. В свободном же общении подростки часто употребляют сленговые слова и обороты, которые им помогают передать нужную информацию, многие из этих слов понятны только в их среде.

Второй этап психологическая диагностика. «Адаптированный вариант американского теста – опросника коммуникативных умений Л. Михельсона тест Л. Михельсона; «Оценка уровня общительности» В.Ф. Ряховского, данный тест, оценивающий общий уровень общительности, разработан В.Ф. Ряховским»; методика «Диагностика школьной тревожности Ф. Филлипса» [5]. В фокусе исследования было выявление уровня коммуникации, стиля общения и уровня тревожности подростков. В результате проведения психологической диагностики определилась группа

участников с повышенным уровнем тревожности, которым рекомендовано участие в психокоррекционных программах, рекомендации также получили учителя и родители подростков.

Задачи экспериментального исследования.

- 1) Изучить уровень коммуникативной компетентности.
- 2) Изучить стиль общения подростков.
- 3) Исследовать уровень школьной тревожности подростков.

Процедура в начале проведения психодиагностики с родителями и подростками были проведены информационные встречи, на которых рассказывалось о целях методах данного исследования, родители несовершенно летних подписали индивидуальное согласие на участие их детей в исследование.

Психологическая диагностика была проведена на базе МАОУ СОШ № 1 г. Сольцы под руководством директора Ивановой Натальи Геннадьевны; психолога Кромкиной Юлии Геннадьевны; социального педагога Шмелевой Надежды Николаевны; классного руководителя 8 «А» Семенко Натальи Александровны; классного руководителя 8 «Б» Тимофеевой Натальи Евгеньевны.

Характеристика методов исследования: опросник коммуникативных умений Л. Михельсона предназначен для определения уровня коммуникативной компетентности и качества сформированности основных коммуникативных умений. Цель: «Определить уровень коммуникативной компетентности и качество сформированности основных коммуникативных умений подростков» [5]. Данное исследование представляет собой разновидность теста достижений и выстроено по принципу задачи с уже известным ответом. Анкета предлагает 27 случаев, встречающихся в жизни подростков, и пять вариантов поведения личности в данной ситуации.

## Глава 3 Анализ эмпирических данных экспериментального исследования

### 3.1 Изучение коммуникативной компетентности в подростковом возрасте

Проведение психологической диагностика проходило с участием школьного под руководством Кромкиной Юлии Геннадьевны психолога школы №1 г. Сольцы расположена по адресу Новгородская область, город Сольцы, Советский проспект, 78. В психодиагностике участвовало 60 подростков, обучающихся 8 «А» и 8 «Б» классов.

Чтобы подросток во взрослой жизни мог полноценно строить взаимоотношения с людьми, необходимы определённые коммуникативные навыки. Поэтому, для определения степени сформированности коммуникативных навыков и умений в общении со сверстниками, применялся американский тест - опросник Л. Михельсона, переведённый Ю.З. Гильбух. Эта методика позволяет выявить «уровень коммуникативной компетентности и качество сформированности основных коммуникативных умений» [5]. Результаты оценки уровня коммуникативной компетентности представлены в таблице 1.

Таблица 1 – Оценка уровня коммуникативной компетентности

Испытуемые	Тип реакции					
	Зависимый тип		Компетентный тип		Агрессивный тип	
	абсолютное число	%	абсолютное число	%	абсолютное число	%
8 «А»	5	15,0	19	38,0	6	7,0
8 «Б»	3	11,0	18	21,0	9	1,0
Общее количество	8	26,0	37	47,0	15	27,0

Для наглядности представлен рисунок 1



Рисунок 1 – Процентное соотношение оценки уровня коммуникативной компетенции учащихся 8 «А», «Б» классов

Полученные данные, обработанные с помощью «ключа». В результате у старшеклассников, представляющих большую часть испытуемых, превалирует компетентный тип реагирования на предложенные обстоятельства. Эти подростки способны адекватно реагировать на критику и комплименты в свой адрес; не испытывают затруднения при обращении за помощью к сверстникам, владеют навыками оказания сочувствия, поддержки; способны выражать симпатию, так как активны в понимании реакции собеседника и владеют возможностью использовать навыки речевой коммуникации.

Зависимый тип реакции показали 26 % старшеклассников. Эти подростки проявляют видимую зависимость от окружающих, не умеют оценить ситуацию самостоятельно, им трудно делать правильные выводы, не способны опираться на свой жизненный опыт. 8 участникам в этой группе требуется коррекция.

Агрессивный тип реакции выявлен у 27 % подростков. Они испытывают сложности в контроле своего поведения, при конфликтных ситуациях у них отсутствуют навыки спокойного реагирования. При

конфликтных ситуациях и на провокационные вопросы и действия у них проявляется агрессия. Такой тип реакций требуют повышенного психолого-педагогического внимания, эти подростки нуждаются в психологической коррекционной работе. Выявлено в 8 «А» – 6 человек, в 8 «Б» – 9 человек.

Вывод: результатом проведенной диагностики по изучению коммуникативной компетенции показал, что 15 подросткам с типом реакции агрессивный требуется психологическая коррекционная работа и 8 подросткам с обнаруженным зависимым типом тоже требуется работа по специальной коррекционной программе.

### 3.2 Оценка уровня общительности в подростковом возрасте

«Для диагностики уровня общительности у старших школьников использована методика «Оценка уровня общительности» В.Ф. Ряховского» [5]. После обработки данные занесены в таблицу 2.

Таблица 2 – Оценка уровня общительности

Испытуемые	1 30-31 очка		2 25-29 очка		3 19-24 очка		4 14-18 очка		5 9-13 очка		6 4-8 очка		7 3 очка	
	абс.ч	%	абс.ч	%	абс.ч	%	абс.ч	%	абс.ч	%	абс.ч	%	абс.ч	%
8 «А»	1	2,0	2	4,0	2	4,0	8	14,5	9	14,5	10	8,0	0	0
8 «Б»	2	4,0	1	2,0	2	4,0	8	14,5	8	15,5	7	13,0	0	0
Итого	3	6,0	3	6,0	4	8,0	16	29,0	17	30,0	17	21,0	0	0

Для наглядности представлен рисунок 2.

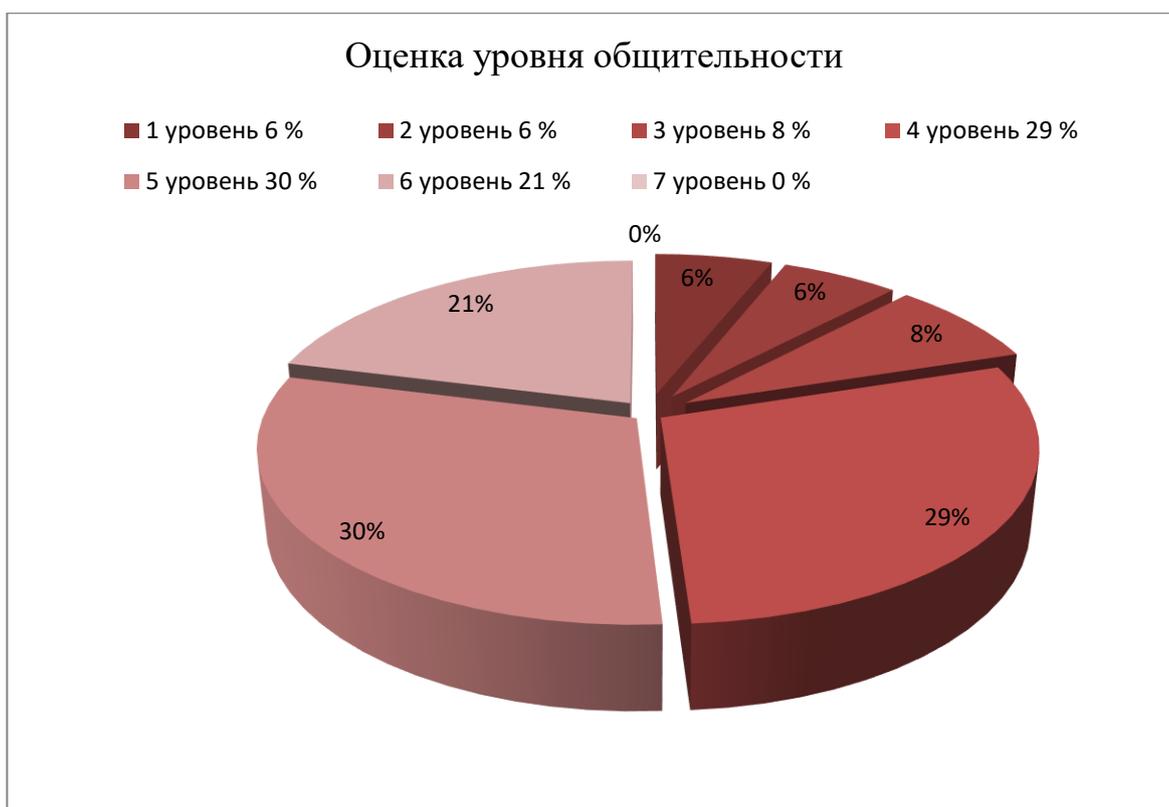


Рисунок 2 – Соотношение уровня общительности 8 «А» и 8 «Б»

Из данных, представленных на рисунке 2, процент опрошенных участников распределились по следующим уровням:

– первый уровень (30-32 очка) составляет 6,0 % подростков, у которых ярко выражена низкая коммуникабельность. Проблема этой группы школьников связана со слабой коммуникабельностью, из-за которой они не могут найти общий язык, с окружающими от чего страдают и сами. В межличностном общении и в ситуации требующей группой деятельности они медлительны, не уверены в себе, замкнуты и не могут адекватно распределить ответственность за выполнение задач. Отличительной их чертой, что у них нет доверия ни к себе, ни к другим;

– второй уровень (25 – 29 очков) составляет 6,0 % подростков. Они замкнуты в себе, медленно идут на контакт, предпочитая, как можно, меньше вступать в общение со сверстниками. Подобная замкнутость сказывается на учебной деятельности. Эти школьники, часто, имеют низкую самооценку;

– третий уровень (19 – 24 очков) составляет 8,0 % подростков. Эти учащиеся, как правило, чувствуют себя свободно, оказавшись в незнакомой ситуации. Появление новых трудностей их мало пугает. В то же время, данная категория подростков с большой осторожностью вступает в контакт с новыми знакомыми, избегает участия в дискуссиях и спорах и часто используют сарказм без различных поводов, что помогает им скрыть свою неуверенность;

– четвертый уровень (14 – 18 очков) выявлен у 29,0 % подростков. Эти школьники имеют нормальный уровень развития коммуникабельности. Для данной группы учащихся характерна любознательность, умение слушать интересного собеседника, достаточное терпение в общении, умение отстаивать свою точку зрения, способность вступать в новые контакты, не испытывая при этом негативных переживаний. Эти подростки избегают шумных компаний, раздражаясь от экстравагантных выходок и многословия собеседников;

– пятый уровень (9-13 очков) составляет 30,0 % учащихся. Они общительны, проявляют здоровое любопытство, охотно вступают в разговоры, стремятся высказать свою точку зрения по многим вопросам. Создание новых контактов у этих подростков проходит без напряжения. Быть центром внимания для них - привычное дело. Эти учащиеся не склонны отказывать просьбам тех, с кем общаются, даже если не уверены, что могут их выполнить, эти подростки вспыльчивы, но быстро отходят;

– шестой уровень (4-8 очков) составляет 21,0 % подростков. Про многих из них можно сказать «рубаха-парень». Эти подростки всегда стремятся быть в центре событий и новостей, которые происходят внутри класса и за его пределами; легко вступают в дискуссии, если дело не касается серьезных тем. В любой ситуации они не теряют чувства уверенности в себе;

– седьмой уровень (3 очка и меньше) показал 0 %. В данных классах отсутствуют подростки с отклонениями.

Вывод: четвертый, пятый и шестой уровни развития общительности эти школьники коммуникабельны, любознательны, разговорчивы, они не напряжены в общении со сверстниками и взрослыми. Школьники третьего уровня часто высказывают сарказм, так они маскируют свою неуверенность. Эти проявления мы относим к индивидуальным особенностям их развития в подростковом возрасте. Но присутствует группа подростков первого и второго низкого уровня развития коммуникабельности. Этим подросткам необходимо включить в работу по психокоррекционной программе по развитию доверия к себе и к другим. Полученные результаты позволяют сделать заключение, что десяти подросткам требуется психологическая коррекция по повышению навыков коммуникации общения и уверенности в себе.

### 3.3 Изучение школьной тревожности у подростков

Для исследования тревожности у подростков на тревожность была использована методика «Диагностика школьной тревожности Ф. Филлипса» [12]. Результаты тестирования показаны в таблице 3.

Таблица 3 – Школа школьной тревожности

Участники	Общая тревожность		Переживания социального стресса		Потребности в достижениях		Чувство страха при проявлениях себя		Страх в ситуации аттестации		Страх необоснованных ожиданий себя		Низкая сопротивляемость стрессу (физиологическая)		Страхи в проблемных ситуациях с педагогами	
	Чел	%	Чел	%	Чел	%	Чел	%	Чел	%	Чел	%	Чел	%	Чел	%
8А	8	10,0	1	5,0	3	7,0	6	4,0	4	7,0	2	8,0	2	4,0	4	8,0
8Б	10	14,0	2	1,0	2	2,0	3	3,0	2	3,0	2	8,0	4	6,0	5	10,0
Сумма	18	24,0	3	6,0	5	9,0	9	7,0	6	10,0	4	16,0	6	10,0	9	18,0

Для наглядности представлен рисунок 3.



Рисунок 3 – Соотношение тревожности учеников 8 «А» и 8 «Б»

По результатам диагностики, представленным на рисунке 3, поясняем:

– у 24 % подростков выявляется повышенная тревожность, неустойчивый эмоциональный фон, состояние связано, с учебным процессом;

– у 18 % подростков выявляется состояние повышенной тревожности при взаимоотношениях с преподавателем. Такая ситуация оказывает негативное влияние на развитие коммуникабельности подростков, на установления позитивных контактов и общение со взрослыми, что заметно снижает их успеваемость. 16 % подростков испытывают страх, связанный с неоправданными ожиданиями представляемый ими результат не

соответствует реальности, они ориентированы на оценку и высказывания других людей. У этих подростков высокий уровень тревожности, и они постоянно находятся в стрессовом состоянии, бояться быть негативно оцененными особенно со стороны значимых для них людей (сверстников и взрослых);

– 10 % подростков испытывают страх перед разными формами контроля знаний, цель которых определить качество усвоенного учащимися материала. Эта категория школьников испытывает дискомфорт и, даже, стресс не только в момент публичной демонстрации своих знаний, достижений и возможностей, но и в период подготовки.

Тест показал, что 10 % школьников имеют уровень низкой физиологической сопротивляемости стрессу. Иными словами, эти подростки имеют специфичность, которая способствует снижению адаптации испытуемого напряженным ситуациям, что повышает риск болезненного, разрушительного восприятия беспокойных факторов окружения.

9 % подростков выявлено наличие неблагоприятного психического фона, который не позволяет школьнику формировать свои стремления к успеху, к повышению результативности и т. д.

У 7 % учащихся выявлены состояния, которые препятствуют развитию потребностей к стремлению и достижению новых высот. У учащихся возникает страх в ситуациях, требующих самовыражения, то есть эти подростки переживают эмоциональный аффект в ситуациях, при публичных выступлениях. Демонстрация знаний на аудиторию вызывает стресс (вызов к доске).

Шесть процентов подростков находятся в негативном эмоциональном состоянии, которое влияет на формирование социальных контактов и взаимоотношений которых важно для старших школьников (в основном, это касается отношений со сверстниками). Эта подгруппа испытуемых находится в состоянии, так называемого, социального стресса.

Вывод: Анализ и интерпретированных полученных данных позволяет сделать следующий вывод: состояние тревожности у подростков преимущественно связано с учебной деятельностью, это негативно влияет на развитие коммуникативных процессов и позитивного отношения к учебе. Так же низкий уровень развития коммуникативности не способствует процессам самовыражения. Подросток не может продемонстрировать свои возможности, боится публичных выступлений. Общий негативный эмоциональный фон искажает процессы гармоничного взросления: подросток ищет себя, но, испытывая неуверенность в своих силах и возможностях, больно ранит свою самооценку (растет недоверие к себе, недовольство собственной деятельностью). В своих рекомендациях мы опираемся на работы известного психолога С.Л. Рубинштейна «Для повышения уровня развития коммуникативной компетенции у подростков, эффективно применяются методы групповой терапии, таких как обсуждение (оно включает проведение групповой дискуссии с анализом проблемных ситуаций, стимулирующих подростков к моральному выбору), осваивать игровые методы; социально-психологический тренинг, транзактный анализ, сенситивный тренинг, способствующий тренировке межличностной чувствительности» [33].

Чтобы помочь подросткам овладеть навыками общения и научиться строить конструктивные взаимоотношения с окружающими, можно предложить следующие рекомендации родителям.

1) Проявлять заинтересованность к проблемам своего ребёнка, даже на ваш взгляд, к незначительным; стремиться к построению сотруднических взаимоотношений. Помнить, что ребенку необходима поддержка родителей, для этого надо строить с детьми доверительные отношения, повышая их самооценку. Это стимулирует школьников к достижению успехов в учебной деятельности и дальнейшему развитию.

2) Стремиться выслушать, понять своего ребёнка; уметь проявить чувство сопереживания.

3) Поддерживать взаимную отзывчивость и заинтересованность. Помните семейные отношения – это всегда близость, привязанность, любовь, взаимная восприимчивость и уважение.

4) Признавать и одобрять позитивные начинания своего ребёнка.

5) Доверять своему ребенку. Выражение недоверия чаще всего показывает ему, что самые близкие люди направляют на него чувства страха, тревоги, вины, которые испытывают сами. Родители, пережившие некоторые затруднения в своей жизни, не должны переносить свои переживания и воспоминания на подростка.

6) Относиться к ребенку как к самостоятельной и повзрослевшей личности. Взрослея, ребёнок начинает менять свои взаимоотношения с родителями, в то же время, сохраняя чувство привязанности и доверия. Но надо помнить, что, в проявлении своей индивидуальности, подросток делает акцент на шкалу ценностей, которая отличается от родительской, приоритетными для него являются другие цели и иные интересы.

7) Ненавязчиво руководить ребенком. Необходимо проявлять гибкость и толерантность в своих взглядах, избегая прямолинейности и однозначности в оценке поступков несовершеннолетнего.

8) Стремиться воспитывать своего ребёнка на своём положительном примере, следуя основам, которые, на ваш взгляд, необходимы подростку. Нравственное воспитание начинается с семьи. Поэтому дети, у которых сформировано чувство гордости за своих близких, чаще всего, испытывают комфорт во внешней среде.

9) Поддерживать связь с педагогами, работающими в школе. В случае беспокойства поведением своего ребёнка, необходимо обсудить ситуацию с классным руководителем, психологом, завучем, замдиректора по воспитательной работе.

10) Проявлять интерес к окружению своего ребёнка, его дружеским связям.

Запомните, обнаружив у своего ребенка проблемы коммуникации, проявляйте деликатность, эмпатичность и толерантность в общении с ним. Старайтесь, как можно меньше указывая на нежелательные черты подростка, проявлять желание ему помочь. Нужно помнить о особенностях, психических процессов, которые испытывают подросток в пубертатный период, будьте деликатны не требуйте сиюминутных исполнений ваших задач, поставленные перед подростком.

Рекомендовано для повышения уровня общительности у подростка – коррекционные программы известных школьных психологов. Например, в работе со старшими школьниками по понижению уровня тревожности эффективно применяется программа «Преодоление личностной тревожности у подростков» разработанная школьными психологами. Данная программа оказывает коррекционный, развивающий, профилактический эффект. У учащихся отмечается снижение уровня дискомфорта учебного процесса, повышается коммуникация со сверстниками и взрослыми. Программа охватывает период, по продолжительности равной двум учебным четвертям, и включает занятия, которые рекомендованы для проведения еженедельно по 40 – 50 минут» [19].

Дополнительные рекомендации.

1) Стремитесь выслушать, проявить благосклонность к учащемуся. Стремитесь доверить ему ответственное поручение.

2) Попробуйте стимулировать старшего школьника принять участие в шефской работе над учащимся младших классов с похожей на его ситуацию.

3) Стройте своё общение с подопечным в спокойном русле.

4) Находите положительные черты в школьнике, проводя обсуждение отрицательных нюансов его поступков, старайтесь предложить адекватные варианты развития событий. Избегайте в беседах с воспитанником оценочного характера общения.

5) Недопустимо, при работе с учащимися применение любого вида давления, как физического, так и психического.

6) Если у вас плохое настроение, отложите воспитательные мероприятия. Наличие позитивного настроения педагога на общение оказывают положительное воздействие на воспитательный процесс.

7) Чётко определяйте для себя цель, которую Вы ставите перед собой, проводя воспитательные мероприятия с подростком. Обязательно объясните ученику, желаемый для Вас результат и выясните его точку зрения на данную проблему.

8) Откажитесь от подсказки готового решения, откажитесь от рекомендаций в поисках возможных путей к нему и разберите с подопечным разные варианты достижения цели. Не забывайте о необходимости поддерживать доброжелательную атмосферу и ободряюще воздействовать на подростка.

9) Контролируйте наступление момента достижения успеха и ненавязчиво подбодрите учащегося.

10) Дайте возможность учащемуся почувствовать контакт с Вами (улыбка, прикосновение), выразите своё сочувствие, доверие, выскажите искреннее позитивное мнение о своём воспитаннике.

В работе с подростками педагогу необходимы не только проявления твердости, но и, великодушия. Залог успешного обучения – применение различных методических приёмов, для данной ситуации. Проявляйте заинтересованность к общению с воспитанниками, испытывающими затруднения в коммуникации. Помогите им развить у себя навыки, необходимые для публичных выступлений, создавайте ситуации, стимулирующие у школьников появление желания высказаться, и не скупитесь на похвалу за любое, даже небольшое, свершение [20].

Не обделяйте вниманием агрессивных подопечных, стремитесь вызвать их на откровенный разговор. Чаще всего, так ведут себя подростки, которые не получают достаточного внимания и доброго отношения со стороны взрослых, пытаясь привлечь к себе внимание. Агрессия – это своеобразный сигнал о помощи.

## Заключение

В современных образовательных учреждениях одной из важных задач является формирование эталонного выпускника, который осознает себя полноценной личностью, способен хорошо адаптироваться в социальной среде, эффективно решает проблемы, соответствующие его возрасту, способен к восприятию и реализации ценностей гражданского общества, принимает и с уважением относится к культурам других народов, уважает окружающих и умеет сотрудничать для достижения общих целей.

Для приобретения всех этих качеств личности, подростку необходимо развитие коммуникативной компетентности, и умение строить эффективные межличностные отношения.

Опираясь на полученные знания, было проведено наблюдение за поведением и общением подростков, беседы с ними и давались некоторые рекомендации по результатам наблюдений и собеседований. После этого проведено тестирование по определению уровня общительности, причины тревожности подростков, стилю общения подростков. В результате была выявлена связь эмоционального состояния с коммуникативной компетентностью подростков.

Полученные результаты показали, что далеко не у всех подростков уровень развития коммуникативных способностей достаточно развит. У испытуемых возникают сложности в процессе коммуникации не только со взрослыми, но и со сверстниками, они очень часто испытывают тревожность.

В целях снятия тревожности и развития коммуникативной компетентности целесообразно вести систематическую комплексную работу, направленную на раскрепощение детей, на стабилизацию их психоэмоционального состояния.

## Список используемой литературы

1. Андреева Г. М. Социальная психология: учебник для высш. учеб. Заведений. М. : Аспект Пресс, 2009. 362 с.
2. Азарных Т. Д. Тревожность: связь со стрессами и темпераментом у студентов // Ученые записки университета имени П. Ф. Лесгафта. 2017. № 8 (150). С. 137–142.
3. Асмолов А. Г. Психология личности: культурно историческое понимание развития человека. М. : Академия. Смысл. 2007. 528 с.
4. Бехтерев В. М. Объективная психология. Ин-т психологии. М. : Наука. 1991. 475 с.
5. Большая энциклопедия психологических тестов Карелин А. А. Владос. 2007. 321 с.
6. Буланова-Топоркова М. В. Педагогика и психология высшей школы: учебное пособие. Ростов-на-Дону: Феникс. 2002. 544 с.
7. Божович Л. И. Проблемы формирования личности. М. : Издательство «Институт практической психологии». Воронеж: НПО «МОДЭК». 1997. 352 с.
8. Запесоцкий А. С. Молодежь в современном мире. Проблемы индивидуализации и социально-культурной интеграции. М. : Изд-во СПб., 1996. 348 с.
9. Выготский Л. С. Психология. М. : Серия «Мир психологии». 2000. 1008 с.
10. Григорьева Т. Г., Линская Л. В., Усольцева Т. П. Основы конструктивного общения. Учебное пособие для преподавателей М. : Сентябрь, 2007. 75 с.
11. Гамезо М. В., Герасимова В. С., Горелова Г. Г., Орлова Л. М. Возрастная психология: личность от молодости до старости. М., 2001. 180 с.
12. Давыдов В. В., Драгунова Т. В. Возрастная и педагогическая психология. М., 1982. 288 с.

13. Долджин К., Райс Ф. Психология подросткового и юношеского возраста. СПб. : Питер, 2012. 1023 с.
14. Жуков Ю. М., Петровская Л. А., Растянников П. В. Диагностика и развитие компетентности в общении. Спецпрактику по социальной психологии. Изд-во МГУ. 1991. 104 с.
15. Иванов Д. А. Компетентности и компетентностный подход в современном образовании. М. : Чистые пруды, 2007. 72 с.
16. Колесник А. А. Актуальность владения иностранным языком в современном мире // Молодой ученый. 2017. № 3. С. 562-564.
17. Кон И. С. Психология юношеской дружбы. М. : Знание. 1973. 92 с.
18. Козлова О. Н. Социология. Учебное пособие для студентов. М. : Омега-Л. 2004. 317 с.
19. Куликов Л. В. Проблема описания психических состояний // Психические состояния. СПб. : Питер, 2001. С. 9–42.
20. Личность: психологические проблемы субъектности / Под ред. Л. Д. Деминой, И. А. Ральниковой, Д. В. Труевцева. Барнаул : Изд-во БГПУ, 2005. 447 с.
21. Маклаков А. Г. Общая психология. СПб. : Питер, 2001. 234 с.
22. Маслоу А. Мотивация и личность; перевод с англ. А. М. Татлыбаевой. СПб. : Евразия. 1999. 478 с.
23. Мелибруда Е. Я - ТЫ - МЫ. Психологические возможности улучшения общения / Мелибруда Е.; пер. Новиковой Е. В., М. : Прогресс, 1986. 256 с.
24. Морозов В.П. Невербальная коммуникация: экспериментально-теоретические и прикладные аспекты // Психологический журнал. М. : 2001. № 1. 67 с.
25. Ожегов С. И., Шведова Н. Ю. Толковый словарь русского языка: 80000 слов и фразеологических выражений / Росс. акад. наук, Ин-т русс. яз. им. В. В. Виноградова. 4-е изд., доп. Москва: ООО «А Темп». 2013. 873 с.

26. Парыгин Б. Д. Основы социально-психологической теории. М., 1971. 351 с.
27. Петровский А. В. Психология развивающейся личности /Петровский А. В. М. : Педагогика, 1987. 238 с.
28. Петрушин, С. В. Социальная психология / С. В. Петрушин. Казань: Изд-во Казан. ун-та, 1999. 24 с.
29. Почепцов Г. Г. Теория коммуникации. М. ; Киев. 2001. 650 с.
30. Рамендик Д. М., Зонабед Ф. М., Клименко А. Н. О значении когнитивных и коммуникативных свойств в понимании вербальных и невербальных сообщений // Психологический журнал. М. : 2002. 211с.
31. Ребер А. Большой толковый психологический словарь. М. : АСТ, Вече. 2000. 560 с.
32. Романова Н. Н. Культура речевого общения : учеб. пособие / Н. Н. Романова, А. В. Филиппов. М. : МАКС-пресс, 2007. 165 с
33. Рубенштейн С. Л. Основы общей психологии. М. : МАКС-пресс. 2002. 720 с.
34. Савина О. О., Смирнова О. М. Проявление социальной компетентности подростков при решении практических социальных задач // Теория и практика общественного развития. № 19. 2014. С. 241- 246.
35. Спивак В. А. Корпоративная культура. СПб. : Питер. 2011. 352 с.
36. Снетков В. М. Психология коммуникации в организациях. М. : Институт общегуманитарных исследований, 2002. 211 с.
37. Стернин И. А. Русское и финское коммуникативное поведение. Воронеж : Изд-во ВГТУ. 2000. 300 с.
38. Фельдштейн Д. И. Психологические аспекты изучения современного подростка // Вопросы психологии. № 1. М., 1985. 231 с.
39. Чапала Т. В. Психология здоровья как предмет исследования: теоретический обзор : сб. науч. тр. / Актуальные проблемы и новые технологии медицинской психологии и психотерапии ; под ред. Г. П. Котельников, О. С. Ковшова. Самара : Типография ЦРП, 2016. С. 248–252.

40. Чиркова Т. И. Психологическая служба в детском саду. М. : Педагогическое общество России, 2001. 184 с.
41. Цукерман Г. А. Виды общения. Томск : Пеленг, 2004. 268 с.
42. Шарков Ф. И. Основы теории коммуникации. М. : Знание, 2013. 250 с.
43. Шипицына Л. М. Навыки общения. СПб. : Питер, 2017. 188 с.
44. Щедровицкий П. Г. Коммуникативная и рефлексивная компетенция в рамках мыследятельностного подхода: контуры нового понимания // Педагогика развития: ключевые компетентности и их становление. Красноярск, 2004. 278 с.
45. Saark, K. D., Humphrey, L. L., Crook, K., and Lewis, K. (1990). The perceived family environment of depressed and anxious children: porspektivy child and mother figure. *Journal of Abnormal Psychology*, 18.
46. Simons, Ronald L.; Whitbeck, Les B.; Conger, Rand D.; and Conger, Katherine J., «Parenting Factors, Social Skills, and Value Commitments as 86 Precursors to School Failure, Involvement with Deviant Peers, and Delinquent Behavior» [Text]. *Journal of Youth and Adolescence*. - 1991. – P. 645-664.
47. Burack, D. Cicchetti, J. R. Weisz (Eds.), *Developmental psychopathology*:
48. Empirical findings. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 31
49. Adolescent Girls. *Developmental Psychology*, Vol.29.N2. 206-219