



МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«ЮЖНО-УРАЛЬСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ГУМАНИТАРНО-
ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ»
(ФГБОУ ВО «ЮрГГПУ»)

ФАКУЛЬТЕТ ПСИХОЛОГИИ

КАФЕДРА ТЕОРЕТИЧЕСКОЙ И ПРИКЛАДНОЙ ПСИХОЛОГИИ

Развитие коммуникативных способностей у детей подросткового возраста

Выпускная квалификационная работа
по направлению 44.03.02 Психолого-педагогическое образование
Направленность программы бакалавриата
«Психология образования»

Проверка на объем заимствований:
61,29 % авторского текста

Выполнила:
студентка группы ЗФ 510/099-5-1
Козлова Анна Сергеевна

Работа рекомендована к защите
рекомендована / не рекомендована
« 30 » мая 2019 г.
зав. кафедрой ТиПП
Кондратьева О.А.

Научный руководитель:
кандидат психологических наук,
доцент кафедры ТиПП
Гольева Галина Юрьевна

Челябинск
2019

Оглавление

Введение.....	3
Глава 1. Теоретические предпосылки развития коммуникативных способностей у детей подросткового возраста	
1.1. Понятие коммуникативных способностей в психолого-педагогической литературе.....	6
1.2. Возрастные особенности проявления коммуникативных способностей у детей подросткового возраста.....	13
1.3. Теоретическое обоснование модели развития коммуникативных способностей у детей подросткового возраста.....	23
Глава 2. Организация опытно-экспериментального исследования проблемы развития коммуникативных способностей у детей подросткового возраста	
2.1. Этапы, методы, методики исследования.....	30
2.2. Характеристика выборки и анализ результата констатирующего эксперимента.....	36
Глава 3. Анализ результата опытно-экспериментального исследования коммуникативных способностей у детей подросткового возраста	
3.1. Организация и проведение программы развития коммуникативных способностей у детей подросткового возраста.....	43
3.2. Анализ результатов опытно – экспериментального исследования.....	52
3.3. Психолого-педагогические рекомендации по коррекции коммуникативных способностей у детей подросткового возраста.....	58
Заключение.....	67
Библиографический список.....	71
Приложение.....	77

Введение

Изучение коммуникативных способностей сегодня является одним из актуальных тем современности. Одной из составляющих гармонично развитой личности является коммуникабельность, умение выстраивать межличностные отношения. Поэтому в данной работе мы сосредоточимся на изучении коммуникативных способностей у детей подросткового возраста. Коммуникация является неотъемлемой частью любого воспитательного процесса, поэтому формирование коммуникативных умений учащихся ведет к повышению как учебно-воспитательного процесса, так и развитию личности ребенка. Вступая в отношения с окружающим нас миром, мы сообщаем информацию о себе, взамен получаем интересующие нас сведения, анализируем их и планируем свою деятельность в социуме на основе этого анализа. Эффективность этой деятельности зачастую зависит от качества обмена информацией, что в свою очередь обеспечивается наличием необходимого и достаточного коммуникативного опыта субъектов отношений. Чем раньше осваивается этот опыт, чем богаче арсенал коммуникативных средств, тем успешнее реализуется взаимодействие.

Проблема коммуникативных умений в отечественной и зарубежной психологии изучалась в различных аспектах: особенности возрастного развития, исследуемые С.Ю. Головиным, И.С. Коном, Э. Эриксоном; идеи об особенностях развития коммуникативных умений мы нашли в литературе доктора психологических наук С.П. Баранова, И.А. Зимней, А.В. Мудрика, А.В. Петровского и В.А. Сластенина, доктора педагогических наук а также выдающегося социолога и психолога И.С. Кона.

Проблемы подросткового возраста занимали Л.И. Божович, М.Р. Битянова, Л.С. Выготский, И.В. Дубровина, В.С. Мухина, А.М. Прихожан, А.А. Риан, Л.М. Семенюк и др.

Важно отметить что, самореализация и самоактуализация личности в социуме напрямую зависит от уровня сформированности ее коммуникативной культуры, что подтверждает актуальность выбранной темы выпускной квалификационной работы.

Исходя из поставленной темы работы определена цель, объект, предмет и гипотеза исследования.

Цель исследования: теоретически обосновать и экспериментально проверить эффективность программы развития коммуникативных способностей у детей подросткового возраста.

Объект исследования: коммуникативные способности у детей подросткового возраста.

Предмет исследования: развитие коммуникативных способностей у детей подросткового возраста

Гипотеза предположим, уровень развития коммуникативных способностей у детей подросткового возраста повысится, если будет разработана и реализована программа.

В соответствии с целью и гипотезой были определены задачи исследования:

1. Проанализировать понятие коммуникативных способностей в психолого-педагогической литературе.
2. Выявить особенности проявления коммуникативных способностей у детей подросткового возраста.
3. Теоретически обосновать модель развития коммуникативных способностей у детей подросткового возраста.
4. Определить этапы, методы и методики исследования;
5. Охарактеризовать выборку и проанализировать результаты исследования.
6. Разработать и реализовать программу психолого-педагогической коррекции коммуникативных способностей у детей подросткового возраста.

7. Проанализировать результаты опытно-экспериментального исследования.

8. Составить рекомендации по коррекции коммуникативных способностей у детей подросткового возраста.

Методы и методики исследования:

1. Теоретические методы: анализ, синтез, обобщение, целеполагание, моделирование.

2. Эмпирические: констатирующий, формирующий эксперимент, тестирование по методикам: методика «Шкала эмоционального отклика» (А. Меграбян и Н. Эпштейн), тест оценки коммуникативных умений А.А. Карелина, «Коммуникативные и организаторские склонности» В.В. Синявский, В.А. Федорошин (КОС).

3. Методы количественной обработки данных: Т-критерий Вилкоксона.

Экспериментальная база исследования: МОУ Есаульская СОШ № 1, среди учащихся 7-го «а» класса Количество испытуемых составляет 20 человек: 10 девочек и 10 мальчиков.

Выпускная квалификационная работа состоит из: введения, трех глав, выводов по 3 главам, заключения и списка литературы, содержащей 67 наименований.

Апробация: XVIII Международный междисциплинарный форум молодых ученых «Гуманитарные, технические и естественные науки: фундаментальные и прикладные исследования (г. Екатеринбург)», 25 мая 2019 г.

Глава 1. Теоретические предпосылки развития коммуникативных способностей у детей подросткового возраста

1.1. Понятие коммуникативных способностей в психолого-педагогической литературе

Коммуникативные способности – индивидуальные психологические особенности личности, обеспечивающие эффективное взаимодействие и адекватное взаимопонимание между людьми в процессе общения или выполнения совместной деятельности [цит. по 6, с. 1].

Природа общения, его индивидуальные и возрастные особенности, механизмы протекания и изменения стали предметом изучения исследователей разнообразных отраслей научного знания: педагогов и психологов (Г.М. Андреева, Б. Г. Ананьев, Л.С. Выготский, В.К. Дьяченко, Е.В. Коротаева, А.Н. Леонтьев, М.И. Лисина, Л.Р. Мунирова, В.С. Мухина, А.Г. Ружская, Л.М. Шипицына, и др.), психолингвистов (И.Н. Горелов, В.А. Лабунская, А.А. Леонтьев, Б.Ф. Ломов, А.М. Шахнарович), философов и социологов (Л.П. Буюева, И. С.Кон, Б.Д. Парыгин, и др.) [цит. по 3, с. 141].

К строгой терминологической дифференциации попытки соотнесения этих терминов пока не привели. Согласно трактовке понятия способностей, в личностно-деятельностном подходе можно опираться на следующие утверждения:

- 1) коммуникативные способности имеют общественно-историческое происхождение;
- 2) они формируются и совершенствуются в практическом общении;
- 3) коммуникативные способности – это индивидуально-психологические особенности, отличающие одного человека от другого и

проявляющиеся в успешности освоения или выполнения коммуникативной деятельности;

4) структура и предметное содержание коммуникативной деятельности опосредованно отражает структуру и содержание коммуникативных способностей;

5) коммуникативные способности обнаруживают себя в коммуникативных навыках и умениях и особенно ярко – в быстроте и успешности приобретения соответствующих навыков, умений, знаний [цит. по 6, с. 3]

Роджерс К., один из основоположников гуманистической психологии, порекомендовавший «клиентцентрированный» подход, подчеркнул 4 свойства, которые нужны в целях эффективного и развивающего общения:

1. Конгруэнтность;
2. Принятие себя;
3. Принятие других;
4. Эмпатическое понимание.

Конгруэнтность – слово, которое мы применяем с целью обозначения четкого соотношения нашего навыка и его осознания. Это означает, то что мне необходимо понимать собственные личные ощущения до того хорошо, в какой степени – это допустимо, а не как не демонстрировать тот или иной подход к индивиду, ощущая совершенно иное в наиболее углубленном либо интуитивном уровне. Искренность тоже содержит стремление проявлять в словах и действии собственные разнообразные ощущения и отношения. Только лишь таким образом мои взаимоотношения смогут оставаться честными, а это имеет большое значение. Налаживанию взаимоотношений никак не сможет помочь ни маска, выражающая покой и удовлетворение, когда за ней прячется гнев и опасность; ни товарищеское проявление чувств, ежели в душе ты

недоброжелательно настроен; ни внешняя вера в себя, вслед которой ощущается боязнь и нерешительность [цит. по 6, с. 4].

Из первого свойства – конгруэнтности, нужного для эффективного общения, напрямую следует второе, а конкретно, принятие себя таким, какой ты есть. К. Роджерс заявляет о том, что, если принимать себя такими, какие мы есть, мы активизируем изменения, «оставаться тем, кем ты являешься – означает целиком стать действием». Лишь тогда индивид способен в большей степени становиться тем, кто он есть, являться тем, что он отвергает в себе, появляется хоть какая-то вера в перемены. Таким образом, с целью формирования коммуникативных свойств, возможностей, коммуникативной компетентности, ему становится важно принять себя таким, каков он есть, для того чтобы иметь возможность дальнейшего становления [цит. по 6, с. 3].

Третье свойство, ведущее к удачным межличностным взаимоотношениям, это принятие другой личности (т.е. способность замечать «положительное человеческое ядро» внутренней людской сути).

Четвертое свойство, важное для эффективного общения – эмпатическое осознание, то что значит «постичь боязнь, ярость либо растерянность другого, словно они ваши личные, однако все-таки в отсутствии вашего личного испуга, бешенства или же замешательства, сопряженных с ними». Третье и четвертое свойства скорее определяют индивидуальные характерные черты, но индивид проявляет существенное воздействие на ход общения.

Третье и четвертое свойства скорее определяют индивидуальные характерные черты, но индивид проявляет существенное воздействие на ход общения. Условиями и предпосылками формирования у индивида социальных способностей считаются следующие условия его существования:

1. Наличие окружения, общественно-культурной сферы, построенной трудом многочисленных поколений людей. Данная сфера

ненатуральна, содержит большое число объектов материальной и духовной культуры, которые обеспечивают жизнь индивида и утоление его непосредственно людских нужд.

2. Отсутствие врожденных задатков к пользованию должными предметами и потребность обучения этому с раннего возраста.

3. Потребность участия в разных трудных и высокоорганизованных видах человеческой деятельности.

4. Присутствие с появления на свет вокруг ребенка интеллигентных и культурных людей, которые владеют важными для него способностями и в состоянии предоставить ему необходимые знания, навыки и умения располагая при этом надлежащими орудиями воспитания и обучения.

5. Дефицит с рождения у индивида строгих, запрограммированных структур действия в виде природных инстинктов, неподготовленность определенных медуллярных структур, которые обеспечивают работу нервной системы, и вероятность их развития под воздействием воспитания и обучения [цит. по 6, с. 5].

Теоретическое и практическое изучение коммуникативных способностей личности позволило нам предложить их следующее определение: коммуникативные способности - это индивидуально-психологические особенности личности, обеспечивающие динамику и эффективность успешности приобретения знаний и формирования навыков, а также выработку на творческой основе умений установления и поддержания взаимодействия на партнерской основе. В данном определении мы, соглашаясь с А.Г. Ковалевым, делаем акцент на проявлении способностей в процессе обучения. Именно динамика и эффективность приобретения знаний и формирования навыков будет определять первоначальный репродуктивный уровень развития способностей и уже затем на творческой основе (продуктивный уровень) - выработку умений установления и поддержания взаимодействия на партнерской основе [34, с. 144].

Умения понимаются нами, вслед за А.В. Петровским [47], как освоенные субъектом способы выполнения действий, обеспечиваемые совокупностью приобретенных знаний и навыков. То есть умения уже формируются на основе имеющихся знаний и навыков. Значимость процесса обучения, на наш взгляд, усиливается еще и на том основании, что не только развитие способностей, но и сам процесс развития напрямую зависит от обучения. Как отмечает С.Л. Рубинштейн, «ребенок развивается, воспитываясь и обучаясь» [8, с. 151].

Кроме того, соотношение обучения и развития особенно ярко отмечено Л. С. Выготским при выделении уровней развития ребенка: «мы можем учесть не только законченный уже на сегодняшний день процесс развития, не только уже завершенные его циклы, не только проделанные уже процессы созревания, но и те процессы, которые сейчас находятся в состоянии становления, которые только созревают, только развиваются» [16, с. 413].

В данном отношении мы считаем, что при определении «зоны ближайшего развития» Л.С. Выготский показывает новое видение способностей, т. е. «зона ближайшего развития» рассматривается им как способность человека, которая «поможет нам определить завтрашний день ребенка» [Там же]. В этой связи необходимо отметить наличие связи между определением способностей Б.М. Теплова и пониманием «зоны ближайшего развития» Л.С. Выготского [15]. Так, у Б.М. Теплова «способность не сводится к тем знаниям, навыкам или умениям, которые уже выработаны у данного человека», что у Л.С. Выготского обозначается как «уровень актуального развития». Значит, способность человека как раз и будет определяться «зоной ближайшего развития», что Л.С. Выготский поясняет на примере сравнения двух детей: «С точки зрения самостоятельной их деятельности одинаково [умственное развитие], но с точки зрения ближайших возможностей развития они резко расходятся» [16, с. 413].

Исходя из вышесказанного, считаем, что любые способности, в том числе и коммуникативные, получают первичное развитие именно в процессе обучения, т. е. освоения данного вида деятельности. Вместе с тем именно в процессе обучения мы уже можем первоначально диагностировать данные способности. При рассмотрении развития способностей одной из существенных характеристик данного процесса мы считаем динамику. При этом под динамикой понимаем «ход развития, изменения какого-либо явления» [47].

Включение динамики в содержание коммуникативных способностей считаем оправданным. Так, Л. С. Выготский указывает, что «двое детей в нашем примере показывают одинаковый умственный возраст с точки зрения уже завершенных циклов развития, но динамика развития у них совершенно разная» [15, с. 413].

Динамика развития способностей понимается нами как скорость, быстрота освоения данного вида деятельности. Но при этом существенным моментом будет являться и эффективность, под которой мы будем понимать полноту и устойчивость осваиваемой деятельности. При определении взаимоотношений на партнерской основе мы отмечаем высшую ценность человеческого общения, в процессе которого, как указывает К. А. Абульханова-Славская, «личность не просто удовлетворяет свою потребность в дружбе, в помощи и т.д., а развивает способность утверждать в другом человека, учитывать его интересы и тем самым развивает и удовлетворяет свою высшую потребность - потребность в человечности» [1, с. 172].

В свою очередь под понятием «партнер» понимаем не только просто «участника какой-либо совместной деятельности» [6, с. 309], но прежде всего равноправного члена процесса общения. В данном отношении и само понятие творчества наполняется новым смыслом по К. А. Абульхановой-Славской: «Творческое отношение, на наш взгляд, должно проявляться,

прежде всего, в сфере человеческих отношений, то есть в способности строить их согласно высшим гуманистическим идеалам» [1, с. 174].

Говоря о структуре коммуникативных способностей, Г.С. Васильев, Н.В. Кузьмина отмечают, что она является своеобразным отражением структуры деятельности и имеет три подструктуры:

- гностические способности, т.е. способности понимать других;
- экспрессивные способности, т.е. способности быть понятым другими, способность к самовыражению;
- интеракционные способности, т.е. способности адекватно влиять на других.

Н.И. Карасева включает в структуру коммуникативных способностей следующие компоненты:

- 1) способность к оптимизации межличностных отношений в группе;
- 2) способность к достижению целей; Э.Д. Бабудоржиева.
- 3) социоперцептивные способности, т.е. совокупность индивидуально-психологических особенностей личности, необходимых для успешного восприятия, понимания и оценивания других людей;
- 4) «техника общения», т.е. тактические операциональные приемы общения;
- 5) некоторые межличностные предпосылки коммуникативной деятельности [цит. по 34, с.144].

Таким образом, в процессе общения из индивида формируется личность. Коммуникативные способности – индивидуальные психологические особенности личности, обеспечивающие эффективное взаимодействие и адекватное взаимопонимание между людьми в процессе общения или выполнения совместной деятельности. Выделяются 4 свойства, для эффективного и развивающего общения: конгруэнтность, принятие себя, принятие других, эмпатическое понимание.

1.2. Возрастные особенности проявления коммуникативных способностей у детей подросткового возраста

Проблемы подросткового возраста занимали Л.И. Божович [8], Л.С. Выготский [15], И.В. Дубровина [24], В.С. Мухина [41], А.М. Прихожан [49] и др.

Все они показывают сложность подросткового возраста и предлагают определенные формы и методы работы с ними. Подростковый возраст, подростковый возраст - период жизни человека от детства до подросткового возраста в традиционной классификации (с 11- 12 до 14-15 лет). В этом кратчайшем периоде астрономии подростку предстоит пройти долгий путь в своем развитии: благодаря внутренним конфликтам с самим собой и с другими, через внешние перебои и восхождения, он может обрести чувство личности. Однако общество, открытое его сознанию, жестоко его иницирует [3, с. 45].

Л.П. Буреева отмечает, что в современном информационном обществе стремление подростка к статусу взрослого является бедной мечтой. Таким образом, в подростковом возрасте подросток не приобретает чувство взрослой жизни, а испытывает чувство неполноценности возраста. Подросток психологически зависит от объективного мира как ценности человеческого существования. Живя в объективном мире с момента рождения, осваивая его по своему функциональному назначению и эстетическому значению, подросток начинает фетишизировать этот мир. Из-за того, что он является частью подростковых сообществ, которые представляют себя через присущую систему знаков времени и возраста, которые включают определенные вещи, подросток превращается в потребителя: потребление вещей становится содержанием его жизни. Покупая вещи в личных владениях, он находит в них ценность в его собственных глазах и в глазах сверстников. Именно через присущие подростковой культуре вещи регулируются отношения внутри возрастных

групп. Для подростка имеет смысл обладать определенным набором вещей, чтобы сохранить свое чувство идентичности [цит. по 11, с. 32].

Н.Е. Фокина отмечает, что основой для формирования новых психологических и личностных качеств подростков является общение в процессе различных видов осуществляемой ими деятельности, занятость в различных формах творчества, спорта и т.д.). Определяющей чертой общения является ярко выраженный личностный характер.

Несмотря на внешние противодействия, проявляющиеся в отношении взрослого, подросток нуждается в поддержке. Особенно благоприятна ситуация, когда взрослый действует как друг. В этом случае взрослый может значительно облегчить поиск подростком своего места в системе новых, возникающих взаимодействий, помочь оценить его способности и возможности, лучше узнать себя. Совместная деятельность, совместное времяпрепровождение помогают подростку переучивать сотрудничающих взрослых. В результате создаются более глубокие эмоциональные и духовные контакты, которые поддерживают подростка в жизни. Важность для подростка его общения со сверстниками не должна скрывать от педагогов важность для него проблем взаимоотношений со взрослыми. Основным источником трудностей в общении подростков со взрослыми является непонимание взрослым подросткового мира. Чем старше становится подросток, тем меньше понимания он находит у взрослых [18, с.123].

Быстрые социальные изменения приводят к несоответствиям между системами ценностей родителей и детей («конфликт поколений»), а разнообразие и размытость общественных восприятий и норм создают неопределенность в выборе объектов идентификации для молодежи. Из-за низкой уязвимости подростка к взрослому человеку очень важно найти способы установить и поддерживать эти контакты. Подросток чувствует необходимость делиться своим опытом, рассказывать о событиях своей жизни, но ему трудно начинать такое тесное общение.

По словам П.М. Якобсона, большое значение в этот период имеет единые требования к подростку в семье. Он сам больше претендует на определенные права, чем он стремится взять на себя ответственность. Если подросток чувствует, что от него многое ожидается, он может попытаться уклониться от выполнения обязанностей под видом самого «доброего» взрослого. Поэтому, чтобы развить новую систему отношений между подростками, важно аргументировать требования, которые исходят от взрослого. Простое наложение требований обычно отклоняется.

В тех случаях, когда взрослые относятся к подросткам как к маленьким детям, они выражают протесты в различных формах, демонстрируют непослушание, чтобы изменить отношения, которые развивались ранее. И взрослые постепенно под влиянием претензий подростков вынуждены переходить на новые формы взаимодействия с ними. Этот процесс далеко не всегда безболезненный, так как многие факторы влияют на восприятие подростков как подчиненных и зависимых от них. Среди них необходимо выделить экономический фактор (подросток в финансовом отношении зависит от родителей) и социальный фактор (подросток сохраняет социальное положение учащегося) [18, с. 126].

В результате могут возникать конфликты между подростками и взрослыми. К.А. Абулханова-Славская считает, что общение подростка во многом определяется изменчивостью его настроения. За короткий промежуток времени его можно отменить. Изменчивость настроений приводит к неадекватным реакциям подростка. Таким образом, реакция эмансипации, которая проявляется в желании уйти от заботы старших, может принимать такие крайние формы выражения, как уход из дома под влиянием момента [1, с. 64].

Нестабильность подростка, невозможность противостоять давлению со стороны взрослых часто приводят к «заботе» об этой ситуации. Поведение подростка также в определенной степени характеризуется

детскими реакциями. С чрезмерными ожиданиями от подростка, связанного с чрезмерными нагрузками для него, или с уменьшением внимания со стороны близких, реакция оппозиции может последовать, характеризуется тем, что по-разному он пытается вернуть внимание, переключить его от другого к себе. Она также отмечает, что моделирование поведения кого-то характерно для подросткового возраста. Чаще всего поведение значительного взрослого человека имитируется, достигнув определенного успеха, и в первую очередь внимание обращается на внешнюю сторону. При недостаточной критичности и отсутствии независимости в суждениях такая ролевая модель может оказать негативное влияние на поведение подростка. Относительно редко у подростков возникает негативная имитация, когда в качестве отрицательного образца выбирается определенный человек. Часто это случается, чтобы быть одним из родителей, который причинил много горя и оскорбления подростку.

По словам Е.И. Савонко, слабость и неудача в какой-либо одной области подросток стремится компенсировать успех в другом.

И сравнительно часто бывают формы гиперкомпенсации, когда для самореализации выбирается поле деятельности, представляющее наибольшие трудности. Недостаток внимания, заботы и руководства, формализм взрослых болезненно воспринимается подростком. Он чувствует себя лишним, потому что он является источником тягостных неприятностей. Подросток в таких случаях обычно начинает жить своей тайной жизнью [61, с. 44].

Чрезмерная опека и контроль, необходимые, по словам родителей, также часто приносят негативные последствия: подросток лишен возможности быть независимым, научиться пользоваться свободой. В этом случае он стремится к независимости. Взрослые часто реагируют на это, усиливая контроль, изолируя своих детей от сверстников. В результате противостояние между подростком и родителями только увеличивается.

Чрезмерное покровительство, желание освободить подростка от трудностей и неприятных обязанностей приводят к дезориентации, неспособности объективно осмыслить. Ребенок, привыкший к всеобщему вниманию, рано или поздно попадает в кризисную ситуацию. Неадекватно высокий уровень претензий и жажда внимания не сочетаются с небольшим опытом преодоления сложных ситуаций [61].

В подростковом возрасте, как известно, связь со сверстниками приобретает совершенно исключительное значение. В отношениях начального возрастного равенства подростки разрабатывают способы взаимоотношений, проходят специальную школу социальных отношений. К началу подросткового возраста складывается парадоксальная ситуация: отношения ребенка со сверстниками, и особенно с друзьями, уже строятся на некоторых важных нормах нравственности взрослого человека, и основой его отношений со взрослыми по-прежнему остается особый ребенок морали послушания.

Ситуация принципиального равенства детей-сверстников делает эту сферу отношений особенно привлекательной для подростка: эта позиция соответствует этическому содержанию формирующегося у подростка чувства собственной взрослости. Подросток формирует ценности, которые более понятны и близки к сверстнику, чем взрослые. Общение со взрослым уже не может полностью заменить общение со сверстниками. Таким образом, подростковый возраст - это период, когда подросток начинает оценивать свои отношения со сверстниками. В подростковом возрасте формирование отношений, которые различаются по степени близости, которые подростки четко различают: они могут быть просто товарищами, близкими друзьями или личными друзьями. Общение с ними по-прежнему выходит за рамки образовательной деятельности и школ, захватывает новые интересы, профессии, отношения и выделяется в качестве самостоятельной и очень важной сферы жизни для подростка.

Выготский Л.С. полагал, что общение с теми, кто имеет тот же опыт, что и подросток, дает ему возможность посмотреть на себя по-новому. Желание идентифицировать себя с их собственными симпатиями порождает потребность в друге, столь ценном в общечеловеческой культуре. Сама дружба и служение ей становятся одной из важных ценностей в подростковом возрасте [15, с. 65].

Именно благодаря дружбе мальчик учится особенностям высокого взаимодействия людей: сотрудничество, взаимопомощь, взаимопомощь, риск ради другого и т. Д. Дружба также дает вам возможность через доверительные отношения глубже познать Прочее и самостоятельно. В то же время, именно в подростковом возрасте человек начинает понимать, насколько глубоко (а иногда и непоправимо для дружбы) он борется за измену, проявляющуюся в раскрытии конфиденциальных откровений или в распространении этих откровений против самого друга в ситуации Горячих дискуссий, выяснения отношений, ссор. Поэтому дружба не только учит прекрасные импульсы и служение другому, но и сложные рефлекс друг другу, не только в момент конфиденциального общения, но и в проекции будущего.

Коммуникация о нормах возрастного статуса подросткового возраста сочетается здесь с нежной привязанностью и обожанием. Не только девочки-подростки выражают свои чувства с объятиями и желание прикоснуться друг к другу, но и становятся обычным явлением для мальчиков-подростков. Наряду с дружескими драками и борьбой, мальчики, а также девочки выражают свою любовь друг к другу через объятия и рукопожатия [16, с.66].

Растущее чувство взрослости подталкивает подростка к изучению новых «взрослых» типов взаимодействий. Это, конечно же, способствует быстрому физическому развитию и, как следствие, идентификации подростка со взрослыми. Эти факторы существенно влияют на изменение отношений между мальчиками и девочками: они начинают проявлять

интерес друг к другу как представитель противоположного пола. В связи с этим для подростка особенно важно, как другие относятся к нему. Во-первых, это связано с тем, насколько лицо, прическа, фигура, манера поведения и т.д. Соответствуют гендерной идентификации: «Я как мужчина», «Я как женщина» [15, с.45].

Особое значение в этой связи придается личной привлекательности - это имеет первостепенное значение в глазах сверстников. Источником опыта могут служить дисбалансы в развитии мальчиков и девочек. Так, в физическом развитии девочки опережают мальчиков, они могут быть больше и выше. Девочка, которая опережает других в росте, может испытать это как неполноценность. Низкий рост у мальчиков вызывает сходные чувства. Особенно тяжело испытывать рост, полноту, худобу и т.д. М. Риттер отмечает, что возникающий интерес к другому полу у младших подростков проявлялся вначале в неадекватных формах. Например, мальчики характеризуются такими формами привлечения внимания, как «издевательства», притеснения и даже болезненные действия. Девушки обычно понимают причины таких действий и не обижаются всерьез, в свою очередь, демонстрируя, что они не замечают, игнорируют мальчиков [16, с. 145].

Исчезает спонтанность в общении. Часто это выражается либо в демонстрации равнодушного отношения к другому полу, либо в стеснительности в общении. В то же время дети чувствуют напряжение из-за смутного чувства влюбленности в представителей противоположного пола.

У старших подростков общение между мальчиками и девочками становится более открытым: подростки обоих полов включены в круг общения. Привязанность к сверстнику другого пола может быть интенсивной, как правило, ему придается очень большое значение. Отсутствие взаимности иногда вызывает сильные отрицательные эмоции. Т.В. Драгунова, замечает, что интерес мальчика к сверстникам

противоположного пола ведет к увеличению способности отличать и оценивать опыт и поступки другого, к развитию рефлексии и способности идентифицировать. Первоначальный интерес к другому, стремление к пониманию сверстника порождают развитие восприятия людей в целом. Постепенное увеличение ассигнований на другие личные качества и опыт, способность оценивать их увеличивают возможность оценить себя. Непосредственной причиной для оценки своих чувств может быть общение с привлекательным сверстником противоположного пола [15, с. 75].

Махов Ф.С. Отмечает, что отношения с товарищами, находящимися в центре жизни подростка, во многом определяют все другие аспекты его поведения и деятельности. Для подростка важно не только быть вместе со сверстниками, но, самое главное, занять среди них удовлетворительную позицию. Неспособность, невозможность достичь этой ситуации чаще всего является причиной отсутствия дисциплины и даже делинквентности подростков (разочарование в необходимости «быть значимым в глазах сверстников»). Это сопровождается усилением соблюдения подростками подростковых компаний. Каждый зависит от каждого, стремится к сверстникам и время от времени готов делать то, к чему его подталкивает группа. В своей среде, взаимодействуя друг с другом, подростки учатся размышлять о себе и своих сверстниках. Взаимный интерес, совместное понимание окружающего мира и друг друга становятся самооценными [14, с. 45].

Общение настолько привлекательно, что дети забывают об уроках и домашних обязанностях. Отношения с родителями, столь эмоциональные в детстве, становятся менее непосредственными. Сейчас подросток меньше зависит от родителей, чем в детстве. Его бизнес, планы, секреты, он больше не доверяет своим родителям, но его новообретенному другу. В то же время он категорически отстаивает право на дружбу со своим сверстником, не терпит никаких дискуссий и комментариев о не только

недостатках, но и достоинствах друга. Обсуждение личности друга в любой форме, даже в форме похвалы, воспринимается как покушение на его выбор, его свободу. В отношениях со сверстниками подросток стремится реализовать свою личность, определить свои возможности в общении. Чтобы выполнить эти чаяния, ему нужна личная свобода и личная ответственность. И он защищает эту личную свободу как право на взрослую жизнь. В то же время, как правило, подросток негативно относится к своим родителям.

Успехи среди сверстников в подростковом возрасте наиболее ценятся. В подростковых ассоциациях, в зависимости от общего уровня развития и воспитания, их кодексы чести формируются спонтанно. Конечно, в общем, нормы и правила заимствованы из отношений взрослых. Однако здесь внимательно следят за тем, как каждый защищает свою честь, как отношения реализуются с точки зрения равенства и свободы каждого. Здесь высоко ценятся верность, честность и измена, измена, нарушение слова, эгоизм, жадность и т.д. Нормативность в подростковых группах формируется спонтанно, контроль над ней осуществляется в максималистских формах. Если подросток потерпел неудачу, предал, бросил, его можно было избить, он мог быть бойкотирован и оставлен в покое. Подростки строго оценивают сверстников, которые в своем развитии не достигли уровня самооценки, не имеют собственного мнения, не знают, как отстаивать свои интересы [52, с. 16].

Эти подростковые ориентации в общении, конечно, в целом совпадают с ориентациями взрослых. Однако Г.Н. Филонов считает, что оценка поведения сверстников является более максимальной и эмоциональной, чем у взрослых. При всей ориентации на утверждение себя среди сверстников, подростки характеризуются экстремальным конформизмом в подростковой группе. Каждый зависит от каждого, стремится к сверстникам и время от времени готов делать то, к чему его

подталкивает группа. Группа создает чувство «Мы», которое поддерживает подростка и укрепляет его внутреннее положение. Очень часто подростки прибегают к автономной групповой речи, к автономным невербальным признакам, чтобы усилить это «Мы»; В этом возрасте подростки начинают носить один и тот же стиль и тип одежды, чтобы подчеркнуть их участие друг в друге. Дружба в подростковом возрасте, так же как общение в группе, из-за желаний подростков к взаимной идентификации увеличивает соответствие в отношениях. Если дети в семье отрицательные, то среди сверстников они часто являются конформистами. Правда, этот конформизм группового общения может очень быстро перейти на взаимный негативизм, но по-прежнему преобладает конформизм.

В неформальных подростковых ассоциациях формируется (или заимствован из старших групп) некий сленг (английский сленг) или аргю (французский arg'o) - слова или выражения, используемые определенными возрастными группами, социальными слоями. Сленг дает эффект усиления чувства «мы», уменьшая расстояние между общением посредством идентификации всех членов группы с общими признаками общения. Диапазон подростковых ориентаций в общении великий и разнообразный, как и сама окружающая среда. Однако на эти ориентации сильно влияет потребность в сверстнике, в смысле «Мы», страхе возможного одиночества. Самое сложное в подростковом возрасте - чувство одиночества и бесполезности для своих сверстников. Подросток начинает усложняться, испытывает чувство замешательства и тревоги. Совершенно иначе, когда отношения со сверстниками строятся успешно: росток удовлетворен этим и может чувствовать себя счастливым [17].

Таким образом, проанализировав возрастные особенности проявления коммуникативных способностей у детей подросткового возраста можно сделать вывод о том, что, взаимодействуя друг с другом, подростки учатся размышлять о себе и своих сверстниках. Взаимный

интерес, объединенное понимание окружающего мира и друг друга становятся самооценными. Подросток чувствителен к культурным ожиданиям своего поведения по отношению к своим родителям. Разнообразие стилей, которые подросток получает в повседневном общении со взрослыми, обучает его стратегиям общения в реальном взаимодействии людей.

1.3. Теоретическое обоснование модели развития коммуникативных способностей у детей подросткового возраста

Модель – это, как правило, искусственно созданный объект в виде схемы, математических формул, физической конструкции, наборов данных и алгоритмов их обработки и т.п. [17].

Под «моделью» в педагогике и психологии подразумевается концепция объектов или знаков, воссоздающие некоторые существенные свойства, качества и связи предметов [40, с. 196].

Моделирование в психологии – построение моделей воплощения тех либо других психических действий в целях формальной проверки их работоспособности. Это наличие цели, частей, структуры. Их надежность определяется при помощи системы мероприятий, реализуемых конкретными исполнителями, которые выделяют для этого необходимые ресурсы [40, с. 197].

Первым этапом процесса моделирования является целеполагание.

Целеполагание – первичная фаза управления, которая предусматривает постановку генеральной цели и совокупности целей (дерева целей) в согласовании с назначением (миссией) системы, стратегическими установками и стилем решаемых задач [17].

Дерево целей – это структурированный, построенный по иерархическому принципу (распределенная по уровням, ранжированная)

совокупность целей системы, программы, плана, в которой выделены генеральная цель («вершина дерева»); подчиненные ей подцели первого, второго и последующего уровней («ветви дерева») [23, с. 9].

Название «дерево целей» связано с тем, что схематически представленная совокупность распределенных по уровням целей напоминает по виду перевернутое дерево [19, с. 45].

Как метод планирования дерево целей основывается на теории графов (рис.1) и представляет собой как траекторные, определяющие направление движения к заданным стратегическим целям, так и точечные, определяющие достижение тактических целей, которые характеризуют степень приближения к заданным целям по заданной траектории. С одной стороны, это и есть новые системные технологии деятельности, с другой стороны, это и процедура освоения системных инновационных технологий [23, с. 3]

При построении «дерева целей» его проектирование идет по методу «от общего к частному».

Алгоритм построения «дерева целей» следующий.

1. Определение генеральной (общей) цели.
2. Разделение общей цели на подцели (подцели 1-го уровня).
3. Разделение подцелей 1-го уровня на подцели 2-го уровня.
4. Разделение подцелей 2-го уровня на более детальные составляющие (подцели 3-го уровня).

В психолого-педагогической практике метод «дерева целей» применяется В.И. Долговой, где отмечено, что как метод планирования дерево целей представляет собой как траекторные, определяющие направление движения к заданным стратегическим целям, так и точечные, определяющие достижение тактических целей, которые характеризуют степень приближения к заданным целям по заданной траектории [22, с. 49].

Анализ литературы по проблеме позволил нам разработать дерево целей нашего исследования.

Мы использовали при внедрении программы вариант дерева целей, предложенный В.И. Долговой. Дерево целей предполагает структурированную, построенную по иерархическому принципу совокупность целей системы, программы, плана, в которой определены генеральная цель; подчиненные ей подцели первого, второго и последующего уровней. На основе целеполагания составлена модель [22].

Разработанная нами дерево целей развития коммуникативных способностей у детей подросткового возраста представлено на рисунке 1.

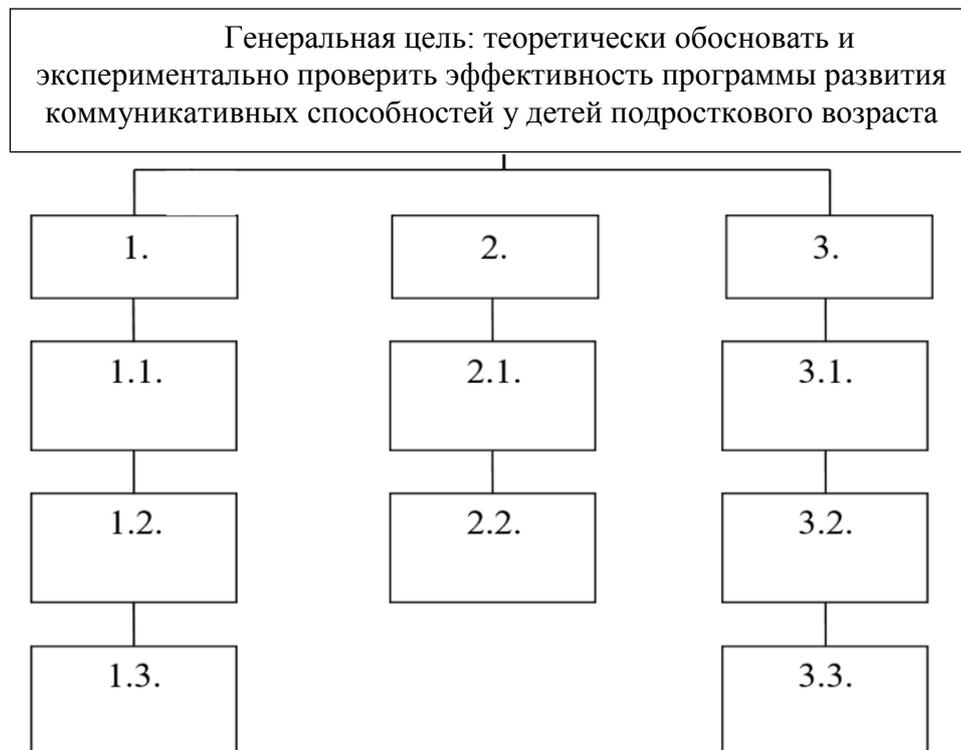


Рисунок 1 – «Дерево целей» развития коммуникативных способностей у детей подросткового возраста

Генеральная цель – теоретически обосновать и экспериментально проверить эффективность программы развития коммуникативных способностей у детей подросткового возраста.

1. Провести теоретическое исследование предпосылок развития коммуникативных способностей у детей подросткового возраста.

1.1. Проанализировать понятие коммуникативных способностей в психолого-педагогической литературе;

1.2. Выявить особенности проявления коммуникативных способностей у детей подросткового возраста;

1.3. Теоретически обосновать модель развития коммуникативных способностей у детей подросткового возраста;

2. Провести исследование проблемы развития коммуникативных способностей у детей подросткового возраста;

2.1. Определить этапы, подобрать методы и методики экспериментального исследования;

2.2. Дать характеристику выборки и проанализировать результаты констатирующего эксперимента;

2.3. Разработать модель психолого-педагогического сопровождения профессионального самоопределения старшеклассников;

3. Провести опытно-экспериментальную работу по психолого-педагогическому сопровождению профессионального самоопределения старшеклассников

3.1. Исследовать эффективность модели развития коммуникативных способностей у детей подросткового возраста;

3.2. Проанализировать результаты опытно-экспериментальной работы;

3.3. Составить рекомендации по коррекции коммуникативных способностей у детей подросткового возраста;

Охарактеризуем блоки модели:

1. Теоретический блок – подбор и изучение литературы по проблеме развития коммуникативных способностей детей подросткового возраста. Подбор методов исследования.

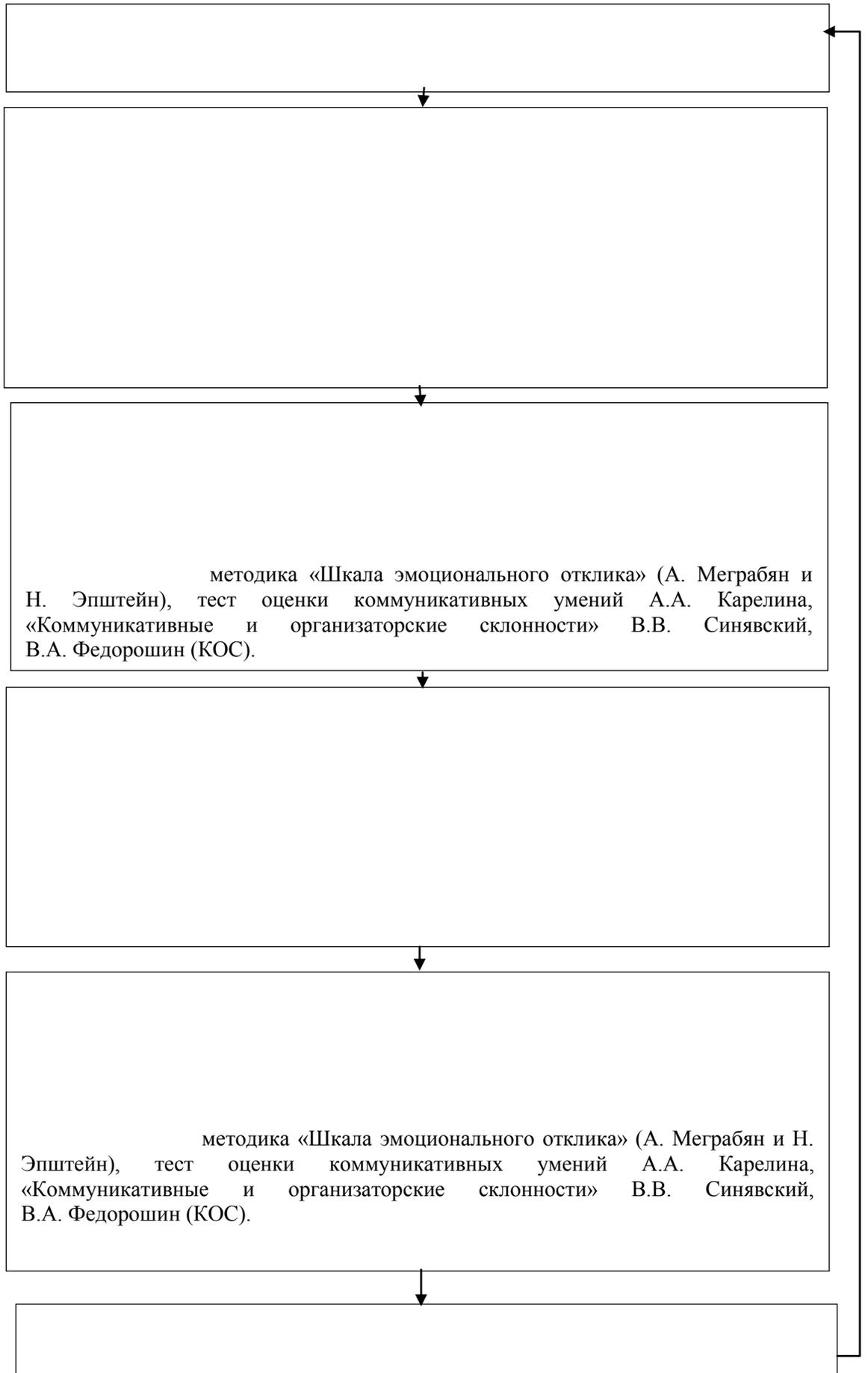


Рисунок 2 - Модель программы развития коммуникативных способностей у детей подросткового возраста

2. Диагностический блок – выявления показателей коммуникативных способностей у детей подросткового возраста. В диагностике использовались валидные и наиболее часто используемые методики в области исследования коммуникативных способностей.

3. Коррекционно-развивающий блок – реализация разработанной программы развития коммуникативных способностей у детей подросткового возраста.

Методы, используемые в работе:

1. Беседа – метод организации коммуникативного взаимодействия, применяемый в коррекционной работе для отработки и развития коммуникативных умений участников.

2. Дыхательные и двигательные упражнения – это определенная последовательность дыхательных упражнений.

3. Ролевые игры – воспроизведение действий и отношений других людей или персонажей какой-либо истории, как реальной, так и выдуманной.

4. Упражнения по межличностной коммуникации – данные упражнения способствуют отработке умений и навыков сглаживания конфликтов. Повышение доверия. Развитие убедительной речи. Развитие интуиции в общении. Формирование установки на взаимопонимание.

4. Аналитический блок – для оценки эффективности проведённой формирующей работы мы проводим повторную диагностику по ранее подобранным методикам, а также применяем математическую обработку данных для подтверждения наших результатов. В данный блок входит разработка рекомендаций родителям по коррекции коммуникативных способностей.

Таким образом, разработано «Дерево целей» и на основании него разработана модель программы развития коммуникативных способностей у детей подросткового возраста модели. Представленная модель содержит теоретический, диагностический, коррекционно-развивающий и

аналитический блоки. В реализации модели включены методы: беседа, ролевые игры, дыхательные и двигательные упражнения и упражнения по межличностной коммуникации.

Выводы по 1 главе

В процессе общения из индивида формируется личность. Коммуникативные способности – индивидуальные психологические особенности личности, обеспечивающие эффективное взаимодействие и адекватное взаимопонимание между людьми в процессе общения или выполнения совместной деятельности. Выделяются 4 свойства, для эффективного и развивающего общения: конгруэнтность, принятие себя, принятие других, эмпатическое понимание.

Взаимодействуя друг с другом, подростки учатся размышлять о себе и своих сверстниках. Взаимный интерес, объединенное понимание окружающего мира и друг друга становятся самоценными. Подросток чувствителен к культурным ожиданиям своего поведения по отношению к своим родителям. Разнообразие стилей, которые подросток получает в повседневном общении со взрослыми, обучает его стратегиям общения в реальном взаимодействии людей.

Разработано «Дерево целей» и на основании него разработана модель программы развития коммуникативных способностей у детей подросткового возраста модели. Представленная модель содержит теоретический, диагностический, коррекционно-развивающий и аналитический блоки. В реализации модели включены методы: беседа, ролевые игры, дыхательные и двигательные упражнения и упражнения по межличностной коммуникации.

Глава 2. Организация опытно-экспериментального исследования проблемы развития коммуникативных способностей у детей подросткового возраста

2.1. Этапы, методы, методики исследования

Опытно-экспериментальное исследование проблемы развития коммуникативных способностей у детей подросткового возраста проводилось в три этапа:

1. Поисково-подготовительный этап: теоретическое изучение психолого-педагогической литературы, подбор методик для проведения констатирующего эксперимента. На этом этапе выполнено изучение коммуникативных способностей в психолого-педагогической литературе, определение возрастных особенностей проявления коммуникативных способностей у детей подросткового возраста. Был подобран комплекс методик с учетом возрастных характеристик и темы нашего исследования.

2. Опытно-экспериментальный этап: проведение экспериментального исследования, состоящей из констатирующего и формирующего этапов эксперимента, обработка полученных результатов. Был проведен диагностический комплекс испытуемых по трем методикам. Полученные результаты были обработаны, выражены в виде гистограммы.

3. Контрольно-обобщающий: реализация программы развития коммуникативных способностей у детей подросткового возраста, проведение повторной диагностики. Математико-статистическая обработка экспериментальных данных, проверка гипотезы и оформление работы.

В опытно-экспериментальном исследовании был использован комплекс методов и методик:

1. Теоретические методы: анализ, синтез, обобщение, целеполагание, моделирование.

2. Эмпирические: констатирующий, формирующий эксперимент, тестирование по методикам: методика «Шкала эмоционального отклика» (А. Меграбян и Н. Эпштейн), тест оценки коммуникативных умений А.А. Карелина, «Коммуникативные и организаторские склонности» В.В. Синявский, В.А. Федорошин (КОС).

3. Методы количественной обработки данных: Т-критерий Вилкоксона.

Для достижения выбранной цели и поставленных задач, мы воспользовались следующими методами и методиками.

Опишем методы исследования.

Анализ (от греч. analysis – обсуждение, исследование основанное на расчленении (мысленном, а еще нередко и реальном) предмета. Появления на составные части, определении входящих в единое составляющих, разборе качеств какого-нибудь предмета или же появления. Свойственной особенностью психического анализа считается то, собственно, что объектом его исследования считается психологическая действительность, психологические процессы, состояния, качества человека. А еще всевозможные социально - психические появления, образующиеся в группах, коллективах: понятия, общение, отношения, инциденты, лидерство и др. Методологической почвой психического анализа имеют все шансы играть философские системы, общенаучные основы знания, а еще общепсихологические положения о субъекте, связи внутреннего и наружного, специфики психических закономерностей, коим подчинен что или же другой картина работы [31, с. 44].

Эксперимент – это один из методов научного познания, психологического исследования, в частности.

Он предполагает активное, целенаправленное и строго контролируемое воздействие исследователя на изучаемый объект для выявления и изучения тех или иных сторон, свойств, связей. При этом экспериментатор может преобразовывать исследуемый объект, создавать

искусственные условия его изучения, вмешиваться в естественное течение процессов [17].

Эксперимент формирующий (эксперимент психолого-педагогический; эксперимент, обучающий; воспитывающий; преобразующий; развивающий) – применяемый в психологии возрастной и педагогической метод прослеживания изменений психики ребенка в ходе активного воздействия исследователя на испытуемого. Синонимы – эксперимент преобразующий, созидательный, воспитывающий, обучающий, генетико – моделирующий; метод формирования психики активного.

Форма эксперимента естественного, характерная тем, что изучение неких процессов психических происходит при их целенаправленном формировании [32].

Тестирование – стандартизированная методика психологического измерения, специализирована для диагностики выраженности психических свойств или состояний у индивида при решении практических задач. Тест представляет собой серию кратких испытаний (задач, вопросов, ситуаций и пр.). Как правило, показатели выполнения теста (иногда их можно называть «показателями успешности») выражаются в относительных величинах: за единицу часто принимается та или иная мера вариативности индивидуальных данных. Результаты выполнения тестовых заданий являются индикаторами психических свойств или состояний [44].

Целеполагание – первичная фаза управления, предусматривающая постановку генеральной цели и совокупности целей (дерева целей) в соответствии с назначением системы, стратегическими установками и характером решаемых задач [17].

Моделирование – создание и изучение моделей в действительности существующих объектов, явлений или процессов для разъяснения этих явлений, а также ради прогнозов явлений, интересующих исследователя [50].

Психологический тест – стандартизированное задание (испытание), по результатам выполнения которого судят о психофизиологических и личностных характеристиках, знаниях, умениях и навыках испытуемого. Тесты, по которым судят о знаниях, умениях и навыках испытуемого, занимают промежуточное положение между психологическими, образовательными и профессиональными тестами.

Обобщение – это мысленный переход от отдельных фактов, событий к отождествлению их в мыслях (индуктивное обобщение), от одной мысли к другой – более общей (логическое обобщение). Эти переходы осуществляются на основе особого рода правил. Процесс обобщения связан с процессами абстракции, анализа, синтеза, сравнения, с различными индуктивными процедурами [44, с. 23].

Дадим характеристику методика исследования.

1. Методика «Шкала эмоционального отклика» (А. Меграбян и Н. Эпштейн) (Приложение 1).

Цель: определить уровень выраженности способности к эмоциональному отклику на переживания другого и степень соответствия/несоответствия знака переживаний объекта и субъекта эмпатии.

Опросник состоит из 25 суждений закрытого типа – как прямых, так и обратных. Испытуемый должен оценить степень своего согласия/несогласия с каждым из них. Шкала ответов (от «полностью согласен» до «полностью не согласен») дает возможность выразить оттенки отношения к каждой ситуации общения. По сравнению с исходным вариантом опросника несколько изменена шкала ответов, составлены таблицы пересчета «сырых» баллов в стандартные оценки.

Инструкция. Прочитайте приведенные ниже утверждения и оцените степень своего согласия или несогласия с каждым из них (поставьте отметку в соответствующей графе бланка для ответов), ориентируясь на то, как вы обычно ведете себя в подобных ситуациях.

2. Тест оценки коммуникативных умений А.А. Карелина (Приложение 1).

Цель: определение его сильных и слабых сторон, умение установить дружескую атмосферу, умение понять проблемы собеседника и т.д. Методика предназначена для проверки этих качеств.

Тест состоит из двух вариантов. Нами был использован 1 вариант. В тесте предлагается отметить ситуации, которые вызывают у вас неудовлетворение или досаду и раздражение при беседе с любым человеком, будь то ваш товарищ, сослуживец, непосредственный начальник, руководитель или просто случайный собеседник.

3. «Коммуникативные и организаторские склонности» В.В. Синявский, В.А. Федорошин (КОС) (Приложение 1.)

Цель: определить уровень коммуникативных способностей.

Данная методика предназначена для выявления коммуникативных и организаторских склонностей личности (умение четко и быстро устанавливать деловые и товарищеские контакты с людьми, стремление расширять контакты, участие в групповых мероприятиях, умение влиять на людей и т.д.).

Инструкция Вам нужно ответить на все вопросы данной анкеты. Свободно выражайте свое мнение по каждому вопросу и отвечайте на них так: если Ваш ответ на вопрос положителен, то в регистрационном бланке в соответствующем пункте поставьте знак «+», если отрицательный - то знак «-». Никаких дополнительных надписей и знаков делать не следует. Давайте ответ на каждый вопрос.

Помните, что «плохих» и «хороших» ответов нет. Не старайтесь произвести своими ответами благоприятное впечатление. Свободно и искренне выражайте свое собственное мнение. Время выполнения методики 10-15 минут.

T-критерий Вилкоксона. И.П. Гайдышев описывает его как непараметрический статистический критерий, используемый для проверки различий между двумя выборками парных измерений.

В литературе его также описывают как W-критерий Вилкоксона, критерий знаковых рангов Вилкоксона, критерий Уилкоксона для связанных выборок.

Критерий применяется для сопоставления показателей, измеренных в двух разных условиях на одной и той же выборке испытуемых. Он позволяет установить не только направленность изменений, но и их выраженность. С его помощью мы определяем, является ли сдвиг показателей в каком-то одном направлении более интенсивным, чем в другом.

Таким образом, исследование коммуникативных способностей у детей подросткового возраста проходило в три этапа: поисково-подготовительный, опытно-экспериментальный и контрольно-обобщающий. В качестве методов исследования были выбраны следующие: анализ литературы, обобщение, моделирование, целеполагание, тестирование, констатирующий эксперимент и формирующий эксперимент. Представлена характеристика методик исследования: методика «Шкала эмоционального отклика» (А. Меграбян и Н. Эпштейн), тест оценки коммуникативных умений А.А. Карелина, «Коммуникативные и организаторские склонности» В.В. Синявский, В.А. Федорошин (КОС). Все тесты проводятся в комплексе, используя преимущество определенного теста в целях компенсации другого. Тестирование в комплексе помогает при анализе результатов представить более точную картину коммуникативных способностей у детей подросткового возраста.

2.2. Характеристика выборки и анализ результата констатирующего эксперимента

Исследование было проведено в МОУ Есаульская СОШ № 1 п. Есаульского с учащимися 5-го «а» класса, в классе 20 человек, их них 50% (10 девочек) и 50% (10 мальчиков) в возрасте от 9 до 10 лет.

Все дети обучаются по системе «Гармония». Из беседы с классным руководителем мы узнали, что учащиеся к изучаемым предметам относятся достаточно серьезно, успешно усваивают новый материал.

Четыре мальчика занимаются в спортивной секции по боксу. Еще один мальчик занимается теннисом. Из десяти, 6 девочек ходят на танцы. Остальные учащиеся не посещают дополнительных занятий.

Все учащиеся воспитываются в полных семьях. Между собой отношения в классе хорошие. Группа дружная, ребята помогают друг другу в трудную минуту. Любят участвовать в различных мероприятиях, организовывать праздники.

На занятиях дисциплина на высоком уровне, успешно усваивают новый материал, проявляют заинтересованность в приобретении новых знаний, учитель является авторитетом для учеников.

Анализируя полученную информацию, можно сделать вывод о том, что группа не «сложная», учащиеся дружные, коллектив сложившийся.

При проведении диагностики все дети легко шли на контакт. Наблюдалась положительная атмосфера, у всех детей было хорошее настроение.

Со всеми учащимися была проведена диагностика по подобранным методикам. На рисунке 3 представлены результаты исследования методики «Коммуникативные и организаторские склонности» В.В. Синявский, В.А. Федорошин (КОС) (Приложение 2, Таблица 1).

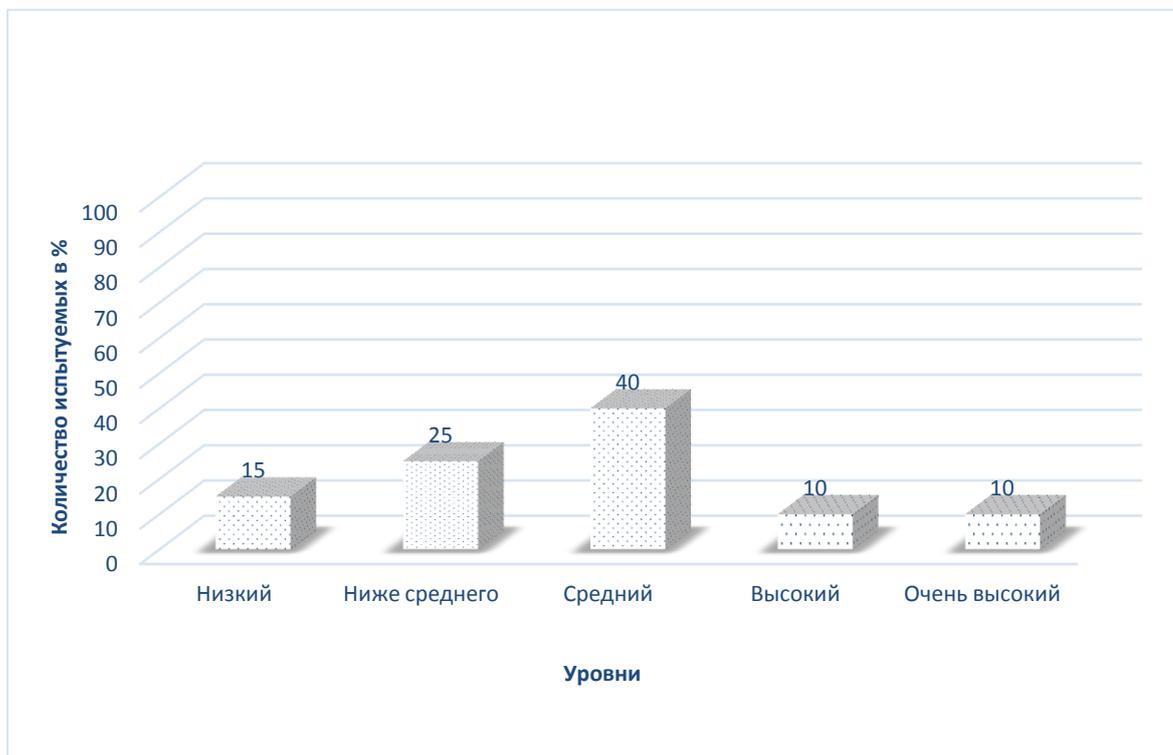


Рисунок 3 – Результаты исследования по методике «Коммуникативные и организаторские склонности» В.В. Синявский, В.А. Федорошин (КОС)

При анализе данных, полученных по методике «Коммуникативные и организаторские склонности» В.В. Синявский, В.А. Федорошин (КОС) мы определили, что 15 % (3 чел.) испытуемых владеют низким уровне развития коммуникативных и организаторских склонностей.

Показатель «Ниже среднего» выявлен у 25% (5 чел.) подростков. Школьники с таким показателем предпочитают не взаимодействуют с детьми, чувствую себя довольно скованно. Выбирают быть наедине с собой и ограничивают свой круг общения. Плохо адаптируются в новом месте, для таких подростков трудно устанавливать контакты с людьми. Крайне боятся публичных выступлений. Проявления инициативы в общественной деятельности крайне снижено, во многих делах они предпочитают избегать принятия самостоятельных решений.

Для 40% (8 чел.) испытуемых характерен средний уровень коммуникативных способностей. Такие дети инициативны, стремятся заводить новые знакомства, расширить круг своих знакомств.

10% (2 чел.) подростков относятся к группе с высоким уровнем проявления коммуникативных и организаторских склонностей. Они

делают не по принуждению, а согласно внутренним устремлениям. Учащиеся не легко адаптируются в новой обстановке, быстро находят контакт с незнакомыми людьми и постоянно расширяют круг своих знакомых. Любят заниматься общественной деятельностью. Проявляют инициативу в общении и в организации мероприятий. Склонны самостоятельно принимать решения в трудной ситуации. Все делают не по принуждению, а согласно внутренним устремлениям.

И у 10% (2 чел.) обучающихся – очень высокий уровень проявления коммуникативности и организаторских склонностей. Дети испытывают потребности в коммуникации. Быстро ориентируются в новых и трудных ситуациях. Легко ведут себя в новом коллективе, инициативны. Всегда отстаивают своё мнение и добиваются поставленных целей.

Далее проведена методика «Шкала эмоционального отклика» (А. Меграбян и Н. Эпштейн) (Рисунок 4, Приложение 2, Таблица 2).

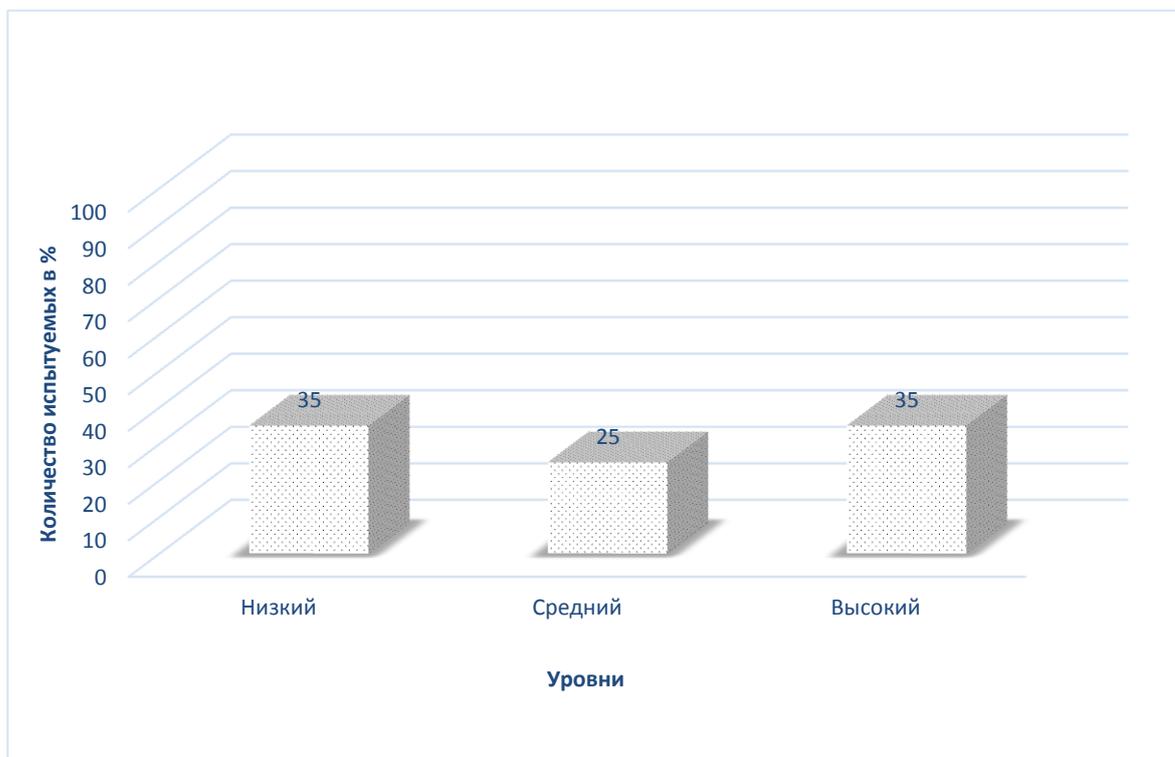


Рисунок 4 – Результаты исследования по методике «Шкала эмоционального отклика» (А. Меграбян и Н. Эпштейн)

Как видно на рисунке 2, у 35% (7 чел.) испытуемых выявлен низкий уровень эмоционального отклика, который может свидетельствовать о затруднениях в установлении межличностных контактов, дискомфорте в

больших компаниях людей, непонимании эмоциональных проявлений окружающих.

Средний уровень эмпатии по методике имеют 25% (6 чел.) подростков. Такие люди склонны к самоконтролю своих эмоциональных проявлений, однако по отношению к другим людям, как правило, они проявляют чуткость и внимательность.

Высокий индекс эмпатии выявлен у 35% (7 чел.) школьников. Высокий показатель эмпатии говорит о высокой эмоциональности человека, проявлении альтруизма, склонности оказывать окружающим помощь, а также о потребности в социальном одобрении своих поступков

Опишем результаты теста оценки коммуникативных умений А.А. Карелина отображены на рисунке 5 (Приложение 2, Таблица 3)

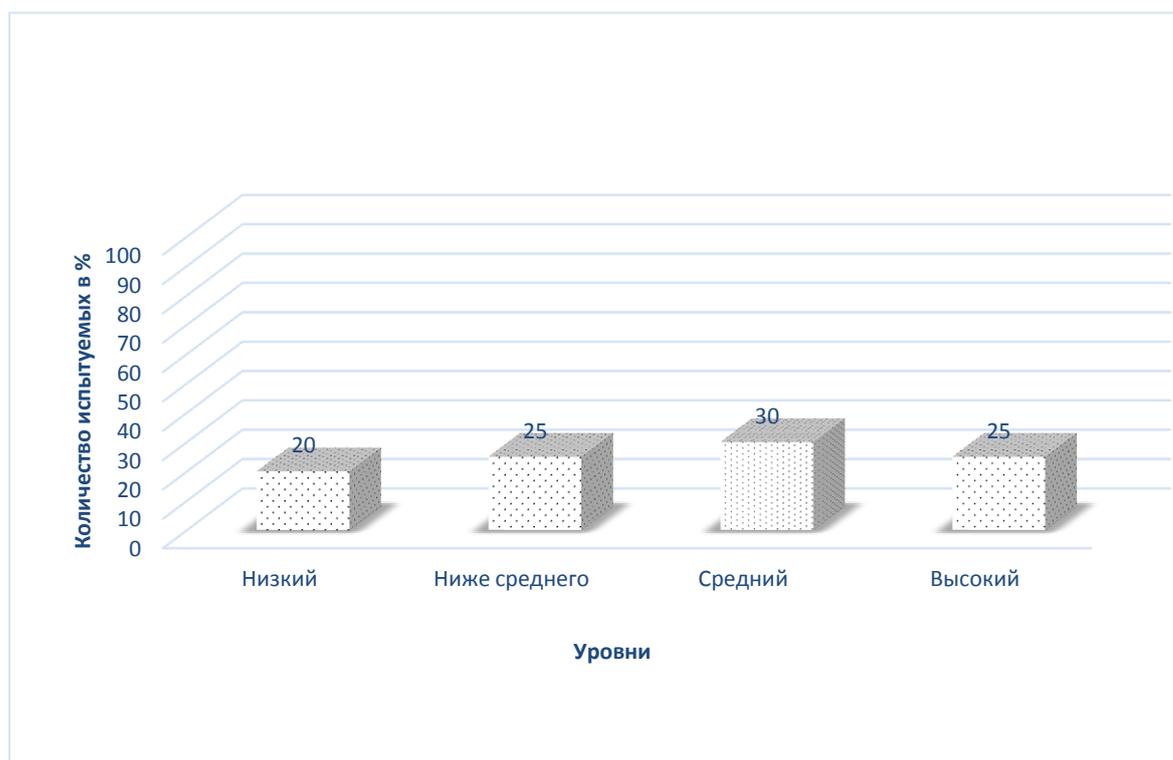


Рисунок 5 – Результаты исследования по методике «Тест оценки коммуникативных умений» А.А. Карелина

Проанализировав результаты тест оценки коммуникативных умений А.А. Карелина, мы можем сделать следующие выводы:

У 25% (5 чел.) испытуемых высокий уровень коммуникативных умений. Такие подростки отличные собеседники. Они умеют слушать. Их стиль общения может стать примером для окружающих.

У 30% (6 чел.) испытуемых средний уровень коммуникативных умений. Такие ребята хорошие собеседники, но иногда отказывают партнеру в полном внимании. Следует повторять вежливо его высказывания, давать ему время раскрыть свою мысль полностью, приспособливать свой темп мышления к речи собеседника и можно быть уверенными, что общаться с таким человеком будет еще приятнее.

У 25% (5 чел.) опрошенных уровень коммуникативных умений ниже среднего. Таким ребятам присущи некоторые недостатки. Они критически относятся к высказываниям. Им недостает некоторых достоинств хорошего собеседника, следует избегать поспешных выводов, не заострять внимание на манере говорить, не притворяться, не искать скрытый смысл сказанного, не монополизировать разговор.

У 20% (4 чел.) человек низкий уровень коммуникативных умений. Такие ребята обычно плохие собеседники. Им необходимо работать над собой и учиться слушать.

Таким образом, исследование было проведено в МОУ Есаульская СОШ № 1 п. Есаульского с учащимися 5-го «а» класса, в классе 20 человек, их них 50% (10 девочек) и 50% (10 мальчиков) в возрасте от 9 до 10 лет.

Результаты трех проведенных методик доказывают то, что у большинства детей подросткового возраста преобладают показатели высокой и низкой коммуникативной способности. Индивиды, которые пренебрегают их наработкой, безуспешны, и им труднее реализовать себя. Любому человеку необходимо общаться и для психологического удовлетворения, социальной реализации. Для решения данной проблемы мы разработали программу психолого-педагогической коррекции коммуникативных способностей детей подросткового возраста.

Выводы по второй главе

Исследование коммуникативных способностей у детей подросткового возраста проходило в три этапа: поисково-подготовительный, опытно-экспериментальный и контрольно-обобщающий. В качестве методов исследования были выбраны следующие: анализ литературы, обобщение, моделирование, целеполагание, тестирование, констатирующий эксперимент и формирующий эксперимент. Представлена характеристика методик исследования: методика «Шкала эмоционального отклика» (А. Меграбян и Н. Эпштейн), «Тест оценки коммуникативных умений» А.А. Карелина, «Коммуникативные и организаторские склонности» В.В. Синявский, В.А. Федорошин (КОС).

Исследование было проведено в МОУ Есаульская СОШ № 1 п. Есаульского с учащимися 5-го «а» класса, в классе 20 человек, их них 50% (10 девочек) и 50% (10 мальчиков) в возрасте от 9 до 10 лет. При анализе данных, полученных по методике «Коммуникативные и организаторские склонности» В.В. Синявский, В.А. Федорошин (КОС) мы определили, что 15 % (3 чел.) испытуемых владеют низким уровне развития коммуникативных и организаторских склонностей. Показатель «Ниже среднего» выявлен у 25% (5 чел.) подростков. Для 40% (8 чел.) испытуемых характерен средний уровень коммуникативных способностей. 10% (2 чел.) подростков относятся к группе с высоким уровнем проявления коммуникативных и организаторских склонностей. И у 10% (2 чел.) обучающихся – очень высокий уровень проявления коммуникативности и организаторских склонностей.

Как видно из результатов исследования методики «Шкала эмоционального отклика» (А. Меграбян и Н. Эпштейн), у 35% (7 чел.) испытуемых выявлен низкий уровень эмоционального отклика. Средний

уровень эмпатии по методике имеют 25% (6 чел.) подростков. Высокий индекс эмпатии выявлен у 35% (7 чел.) школьников.

Проанализировав результаты тест оценки коммуникативных умений А.А. Карелина, мы можем сделать следующие выводы: 25% (5 чел.) испытуемых высокий уровень коммуникативных умений. У 30% (6 чел.) испытуемых средний уровень коммуникативных умений. У 25% (5 чел.) опрошенных уровень коммуникативных умений ниже среднего. У 20% (4 чел.) человек низкий уровень коммуникативных умений. Такие ребята обычно плохие собеседники.

Результаты трех проведенных методик доказывают то, что у большинства детей подросткового возраста преобладают показатели высокой и низкой коммуникативной способности. Индивиды, которые пренебрегают их наработкой, безуспешны, и им труднее реализовать себя. Любому человеку необходимо общаться и для психологического удовлетворения, социальной реализации. Для решения данной проблемы мы разработали программу психолого-педагогической коррекции коммуникативных способностей детей подросткового возраста.

Глава 3. Анализ результата опытно-экспериментального исследования коммуникативных способностей у детей подросткового возраста

3.1. Организация и проведение программы развития коммуникативных способностей у детей подросткового возраста.

Для формирования нормального уровня развития коммуникативных умений нами была разработана модель психолого-педагогической коррекции коммуникативных способностей у детей подросткового возраста. Программа составлена на основе программа Н.И. Юдиной, В.К. Шаяхметовой, Г.В. Рудаковой, Е.В. Жукова.

Существуют различные трактовки понятия психологическая коррекция, но большинство ученых склоняются к данному: «Психологическая коррекция – это психологическое воздействие на структуру психической деятельности с целью исправления или ослабления дефектов в развитии». По данному нами определению психологической коррекции можно понять, что главной задачей коррекционно-педагогической деятельности является преодоление, исправление определенного недостатка, который присущ ребенку, а также успешная адаптация данного ребенка в социум [3, с. 144].

В современном обществе основные принципы психокоррекционной работы, строятся на изученных в отечественной психологии положениях о том, что личность – это полная психологическая структура, которая сформирована в ходе человеческой жизни, на основе ассимиляции им общественных форм сознания и поведения (Б.Г. Ананьев, Л.И. Божович, Л.С. Выготский, П.Я. Гальперин, В.В. Давыдов, А.В. Запорожец, А.Н. Леонтьев, С.Л. Рубинштейн, Д.Б. Эльконин и др.).

Самый благоприятный период формирования коммуникативных умений и навыков – это подростковый возраст. Именно в это время

человек начинает активно интересоваться общением, его ведущая деятельность меняется, он переключается с учебной деятельности на общение со сверстниками. Современному успешному подростку наиболее важно владение развитыми умениями общения, в процессе которого у него возникает необходимость сообщить достаточно полную, емкую информацию, прокомментировать событие или высказать свое мнение. Подросток нуждается в умениях коммуникации не только для успешного учения.

Практически в любой жизненной ситуации успешность деятельности во многом (если не в основном) связана с умением общаться и понимать других. Этим умением обуславливается как эффективность профессиональной деятельности человека, так и его личные взаимоотношения. Поэтому уровень развития умений коммуникации существенно определяет качество повседневной жизни. Учитывая особенности подростков, осваивать программу формирования общих умений коммуникации подросток может, только действуя в конкретной ситуации, а затем рефлексирова свои действия.

Предлагаемый тренинг включает в себя различные техники и игровые компоненты, способствующие овладению приемами эффективного общения и взаимодействия с людьми.

Данная программа также способствует поддержанию комфортного эмоционального состояния подростков, сплочению детского коллектива, осознанию своих поступков, своих чувств и эмоций. В групповой дискуссии участники группы имеют возможность высказывать свое мнение по обсуждаемой проблеме. Здесь они учатся формулировать свои мысли, аргументировать свое мнение, спорить, не оскорбляя своих оппонентов, критиковать точку зрения других, не переходя на «личности».

После каждой игры проводится обсуждение. Участники делятся впечатлениями о том, как они себя чувствовали в той или иной роли, мотивируя свои поступки. Игры на интенсивное физическое

взаимодействие служат для усиления интереса участников, повышения работоспособности, снятия напряжения, отдыха, улучшения взаимоотношений в группе.

Программа проходила в рамках реализации модели психолого-педагогической коррекции коммуникативных способностей детей подросткового возраста.

Данная программа направлена на психолого-педагогическую коррекцию коммуникативных способностей детей подросткового возраста; обучение приемам межличностного общения; повышение уверенности в себе и эмоциональной устойчивости у учащихся; развитие навыков, направленных на повышение результативности деятельности; коррекцию мотивов общения.

Темы занятий отражают личные проблемы детей данного возраста, поэтому они могут использоваться для всех школьников в качестве профилактики неблагоприятных процессов.

На занятиях подростки получают знания о том, как общаться, упражняются в применении приемлемых способов поведения, овладевают навыками эффективного общения.

Цель программы: развитие коммуникативных способностей у детей подросткового возраста.

Задачи:

- закреплять навыки бесконфликтного общения на разных уровнях;
- мотивировать учащихся на обращение к внутреннему миру, анализу собственных поступков;
- развивать позитивную моральную позицию по отношению к окружающему миру, другим людям, к себе.

Численность группы: 20 человек.

Продолжительность: 8 занятий по 40 минут.

Основные методы и приемы:

- беседа;
- ролевая игра;
- упражнения по межличностной коммуникации;
- дыхательные и двигательные упражнения;
- методы самовыражения (в рисунке, в создании образа).

Конспекты занятий (полный конспект Приложение 3)

Занятие № 1.

Цель: знакомство с курсом; принятие правил поведения в группе, развитие навыков правильного знакомства; создание предпосылок для возникновения и развития межличностных отношений.

Материалы: ватман, анкета «Вот я какой» по количеству участников, магнитофон, аудиозаписи.

Упражнение 1.

Разминка «Веселое приветствие».

Цель: разогреть группу, работа над сплочением.

Инструкция: Ведущий включает любую танцевальную музыку, и дети начинают ходить по комнате (можно прыгать, танцевать). После слов ведущего «раз, два, три, друга найди!» каждый ребенок должен найти себе пару и встать рядом. Ведущий командует: «Поздоровайтесь ушами, мизинцами, пятками, коленками...» Так в процессе игры дети узнают о существовании различных форм приветствий.

Каждый раз во время музыкальной паузы ребенок должен встать рядом с новым игроком. Игру можно закончить тогда, когда каждый поздоровается со всеми присутствующими.

Обратная связь: какие приветствия были наиболее интересны?

Время: 10 минут.

Упражнение 2 «Правила работы»

Цель: для того, чтобы всем было комфортно работать в группе, необходимо принять правила.

Инструкция: ознакомление с правилами. Время: 5-7 минут.

Обратная связь: ответ на возникающие вопросы.

Упражнение 3. «Дождь»

Цель: разогреть участников, улучшить их эмоциональный фон.

Инструкция: Участники сидят в кругу и с открытыми глазами повторяют движения, которые показывает ведущий:

- шуршат, потирая ладони друг о друга;
- щелкают пальцами;
- негромко хлопают в ладоши;
- ударяют себя ладонями по бедрам, притопывают ногами.

После того как последовательность движений разучена, ведущий предупреждает, что сейчас все закроют глаза и начнут повторять звук, который он будет издавать. Сначала ведущий шуршит, потирая ладони. Тут же касается головы одного из детей. Этот ребенок начинает шуршать ладонями, а ведущий, двигаясь по кругу, прикасается ко всем детям по очереди, пока все не начнут шуршать ладонями и не послышится шум моросящего дождя, который постепенно набирает силу. (Для педагога это хорошая возможность погладить каждого ребенка по голове.)

Игра продолжается: теперь ведущий щелкает пальцами, касаясь по очереди всех детей, передавая звук по кругу. Моросящий дождь превращается в сильный. Ведущий включает следующее движение: хлопки руками. Все слышат шум проливного дождя. Дождь перерастает в настоящий ливень, когда дети вслед за ведущим начинают ударять себя ладонями по бедрам, притопывать ногами. Потом ливень убывает в обратном порядке: шлепки по бедрам, хлопки ладонями, щелчки пальцами, потирание ладоней.

Время: 10-15 минут.

Обратная связь: ответ на возникшие вопросы.

Упражнение 4 «Интервью»

Цель: улучшить контакт с детьми, создает в группе атмосферу открытости и честности. Игра дает соответствующий эффект особенно в том случае, когда дети ведут себя неуверенно или беспокойно.

Инструкция: хочу предложить сыграть в игру, которая протекает следующим образом: вы получаете 10 минут на то, чтобы побольше узнать обо мне, то есть взять интервью. Каждый из вас может задать мне какой-нибудь вопрос. Например, «Вы замужем?».

Перечень вопросов

- Есть ли у вас дети?
- Как вы обходитесь со своими детьми?
- Получали вы когда-нибудь двойки?
- Проваливались ли вы когда-нибудь на экзамене?
- Чем вы гордитесь?
- Вы боитесь чего-нибудь? И т.д.

После того как педагог ответил на вопросы детей, он задает вопросы группе:

- Есть ли в вашей семье, кроме вас, другие дети?
- Вы старший или младший ребенок в семье?
- У кого из вас самое необычное увлечение?
- Есть ли в классе лидер? И т.д.
- Время: 15 минут.

Занятие №2

Цель: дать детям возможность осознать ценность и уникальность личности каждого подростка; развивать навыки самопознания и принятия самого себя.

Упражнение 1. «Колокол»

Цель: разминка

Упражнение 2 «Что я знаю о себе?»

Цель: Необходимость показать важность знаний о самом себе и позитивного самовосприятия.

Упражнение 3 «Кто я?»

Цель: осознать свою индивидуальность и уникальность.

Упражнение 4 «Рефлексия»

Цель: завершение занятия.

Занятие 3 «Я в мире людей»

Цель: развивать коммуникативные навыки, вырабатывать доброжелательное отношение друг к другу.

Упражнение 1 «Клубочек»

Цель: разминка.

Упражнение 2 «Доброе животное»

Цель: сплочение группы, формирование единства.

Упражнение 3 «Солнце и ветер»

Цель: анализ притчи.

Упражнение 4 «Рефлексия»

Цель: завершение занятия.

Занятие 4 «Поведение и культура»

Цель: стимулировать поведенческие изменения, обучать индивидуализированным приемам межличностного общения.

Упражнение 1. «Приветствие»

Цель: разминка.

Упражнение 2 «Массаж по кругу»

Цель: разминка, формирование доверительных отношений.

Упражнение 3 «Ворвись в круг»

Цель: снятие напряжения, ощущение собственной силы.

Упражнение 4. «Подарок»

Цель: эмоциональное расслабление, развитие фантазии, эмпатии.

Упражнение 5. «Рефлексия»

Цель: завершение занятия.

Занятие 5. «Общение в моей жизни»

Цель: дать первоначальное представление о значении общения в жизни человека.

Упражнение 1. Приветствие

Цель: настроить доброжелательную и доверительную атмосферу в классе.

Упражнение 2 «Дыхание»

Цель: снятие напряжения.

Упражнение 3. «Пустой стул»

Цель: развитие общения, развитие понимания невербального общения.

Упражнение 4. «Рефлексия»

Цель: завершение занятия.

Занятие 6. «Общение и уважение»

Цель: формировать навыки эффективного повседневного общения, вырабатывать доброжелательное отношение друг к другу.

Упражнение 1. «Приветствие»

Цель: начать тренинговый день.

Упражнение 2 «Я рад общаться с тобой»

Цель: разминка.

Упражнение 3. «Расшифруй слово»

Цель: работа по теме занятия.

Упражнение 4. «Рефлексия»

Цель: завершение занятия.

Занятие 7. «Конфликт – неизбежность или...»

Цель: обучать детей поиску альтернативных вариантов поведения в конфликте.

Упражнение 1. «Приветствие»

Цель: начать тренинговый день.

Упражнение 2 «Рубка дров»

Цель: дыхательная гимнастика.

Упражнение 3. «Толкни без слов»

Цель: работа по анализу ощущений, возникающих в конфликтах.

Упражнение 4. «Ситуация»

Цель: обучение поведению в конфликтных ситуациях.

Упражнение 5. «Рефлексия»

Цель: завершение занятия.

Занятие 8. «На пути к гармонии...»

Цель: закрепить полученные знания.

Упражнение 1. «Приветствие»

Цель: начать тренинговый день.

Упражнение 2 «Спасибо, что ты рядом»

Цель: формирование сплоченности, доброжелательных отношений.

Упражнение 3. «Закончи предложение»

Цель: анализ своего внутреннего состояния.

Упражнение 4. «Коммуникация»

Цель: анализ своих реакций.

Упражнение 5. «Завершение»

Цель: закончить тренинг.

Таким образом, на основании полученных результатов проведенного констатирующего эксперимента нами была разработана и проведена программа психолого-педагогического развития коммуникативных способностей у детей подросткового возраста в соответствии со здоровьесберегающими технологиями, особенностями развития. Продолжительность: 8 занятий по 40 минут. В программе был использован комплекс упражнений и приемов, направленный на повышение уровня коммуникативных навыков, на общее повышение эмоционального состояния, повышение качества межличностных отношений.

3.2. Анализ результатов опытно – экспериментального исследования

После реализации программы развития коммуникативных способностей у детей подросткового возраста мы повторно провели диагностику по ранее подобранным методикам.

Рассмотрим полученные результаты.

Результаты, полученные после проведения программы развития коммуникативных способностей по «Коммуникативные и организаторские склонности» В.В. Синявский, В.А. Федорошин (КОС) представлены на рисунке 6 (Приложение 4, Таблица 4).

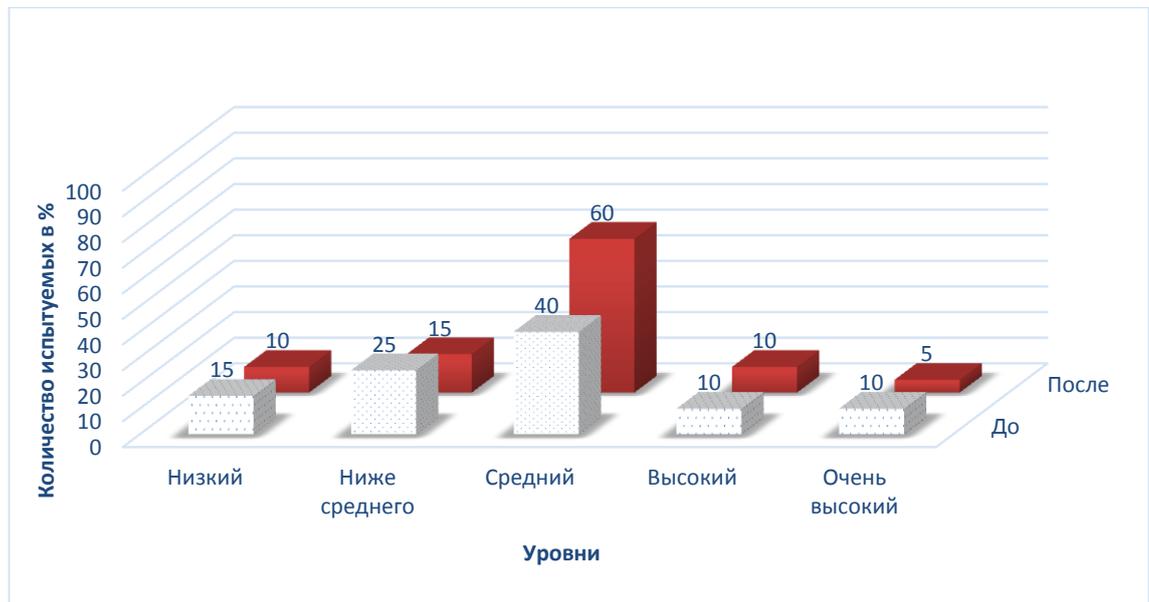


Рисунок 6 – Результаты методики «Коммуникативные и организаторские склонности» В.В. Синявский, В.А. Федорошин (КОС) до и после реализации психолого-педагогической программы развития

Анализируя результаты, полученные данные по методике «Коммуникативные и организаторские склонности» В.В. Синявский, В.А. Федорошин (КОС) показывает, что у 10 % (2 чел.) испытуемых владеют низким уровне развития коммуникативных и организаторских склонностей.

Показатель «Ниже среднего» выявлен у 15 % (3 чел.) подростков. Школьники с таким показателем предпочитают не взаимодействуют с

детьми, чувствую себя довольно скованно. Выбирают быть наедине с собой и ограничивают свой круг общения. Плохо адаптируются в новом месте, для таких подростков трудно устанавливать контакты с людьми. Крайне боятся публичных выступлений. Проявления инициативы в общественной деятельности крайне снижено, во многих делах они предпочитают избегать принятия самостоятельных решений.

Для 60% (12 чел.) испытуемых характерен средний уровень коммуникативных способностей. Такие дети инициативны, стремятся заводить новые знакомства, расширить круг своих знакомств.

10% (2 чел.) подростков относятся к группе с высоким уровнем проявления коммуникативных и организаторских склонностей. Они делают не по принуждению, а согласно внутренним устремлениям. Учащиеся не легко адаптируются в новой обстановке, быстро находят контакт с незнакомыми людьми и постоянно расширяют круг своих знакомых. Любят заниматься общественной деятельностью. Проявляют инициативу в общении и в организации мероприятий. Склонны самостоятельно принимать решения в трудной ситуации. Все делают не по принуждению, а согласно внутренним устремлениям.

И у 1 (5%) обучающегося – очень высокий уровень проявления коммуникативности и организаторских склонностей. Дети испытывают потребности в коммуникации. Быстро ориентируются в новых и трудных ситуациях. Легко ведут себя в новом коллективе, инициативны. Всегда отстаивают своё мнение и добиваются поставленных целей.

Результаты повторной диагностики по методике «Шкала эмоционального отклика» (А. Меграбян и Н. Эпштейн) (Приложение 4, Таблица 5) отображены на рисунке 7.

Как видно на рисунке 7, у 15% (3 чел.) человек выявлен низкий уровень эмоционального отклика, который может свидетельствовать о затруднениях в установлении межличностных контактов, дискомфорте в

больших компаниях людей, непонимании эмоциональных проявлений окружающих.

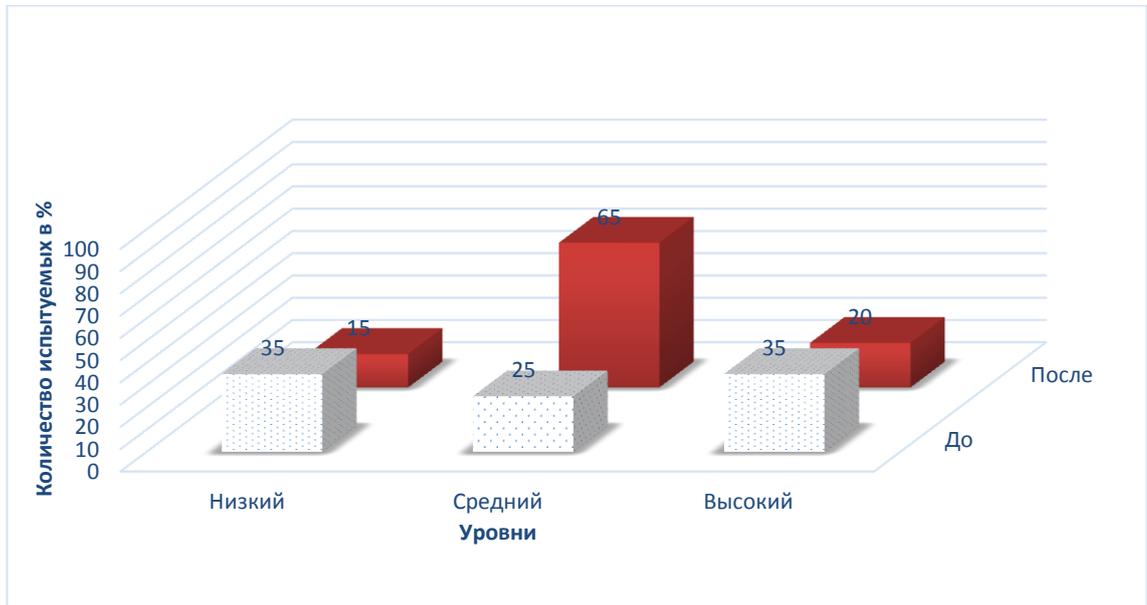


Рисунок 7 – Результаты исследования по методике «Шкала эмоционального отклика» (А. Меграбян и Н. Эпштейн) до и после реализации психоло-педагогической программы развития

Средний уровень эмпатии по методике имеют 65% (13 чел.) подростков. Такие люди склонны к самоконтролю своих эмоциональных проявлений, однако по отношению к другим людям, как правило, они проявляют чуткость и внимательность.

Высокий индекс эмпатии выявлен у 20% (4 чел.) испытуемых. Высокий показатель эмпатии говорит о высокой эмоциональности человека, проявлении альтруизма, склонности оказывать окружающим помощь, а также о потребности в социальном одобрении своих поступков

Опишем результаты теста оценки коммуникативных умений А.А. Карелина отображены на рисунке 8 (Приложение 4, Таблица 6).

Проанализировав результаты тест оценки коммуникативных умений А.А. Карелина, после реализации психолого-педагогической программы мы видим:

У 15% (3 чел.) испытуемых высокий уровень коммуникативных умений. Такие подростки отличные собеседники. Они умеют слушать. Их стиль общения может стать примером для окружающих.



Рисунок 8 – Результаты теста оценки коммуникативных умений А.А. Карелина до и после реализации психоло-педагогической программы развития

У 60 % (12 чел.) испытуемых средний уровень коммуникативных умений. Такие ребята хорошие собеседники, но иногда отказывают партнеру в полном внимании. Следует повторять вежливо его высказывания, давать ему время раскрыть свою мысль полностью, приспособливать свой темп мышления к речи собеседника и можно быть уверенными, что общаться с таким человеком будет еще приятнее.

У 15% (3 чел.) опрошенных уровень коммуникативных умений ниже среднего. Таким ребятам присущи некоторые недостатки. Они критически относятся к высказываниям. Им недостает некоторых достоинств хорошего собеседника, следует избегать поспешных выводов, не заострять внимание на манере говорить, не притворяться, не искать скрытый смысл сказанного, не монополизировать разговор.

У 10% (2 чел.) человек низкий уровень коммуникативных умений. Такие ребята обычно плохие собеседники. Им необходимо работать над собой и учиться слушать.

Для проверки выдвинутой гипотезы был использован Т-критерий Вилкоксона, сопоставлены показатели вышепредставленных методик.

Сформулируем гипотезы:

H1: Интенсивность сдвигов в типичном направлении не превосходит интенсивности сдвигов в нетипичном направлении.

H0: Интенсивность сдвигов в типичном направлении превышает интенсивность сдвигов в нетипичном направлении.

Изучим полученные расчёты по методике «Коммуникативные и организаторские склонности» В.В. Сиявский, В.А. Федорошин (КОС) (Рисунок 9, Приложение 4, Таблица 7).

Сумма рангов сдвигов составляет эмпирическое значение критерия

$$T: T = \sum R_i = 18 = \mathbf{18}$$

Критические значения для Т-критерия Вилкоксона для $n=19$:

$$T_{кр} = 37 \quad (p \leq 0.01)$$

$$T_{кр} = 53 \quad (p \leq 0.05)$$



Рисунок 9 – Ось значимости

Как видно, из итогов расчёта, Т эмп. находит в зоне значимости, из чего следует, что проведенная программа развития является эффективной.

Далее рассмотрим результаты расчётов, полученные по методике «Шкала эмоционального отклика» (А. Меграбян и Н. Эпштейн) (Рисунок 10, Приложение 4, Таблица 8).

Сформулируем гипотезы:

H1: Интенсивность сдвигов в типичном направлении не превосходит интенсивности сдвигов в нетипичном направлении.

H0: Интенсивность сдвигов в типичном направлении превышает интенсивность сдвигов в нетипичном направлении.

Сумма рангов сдвигов составляет эмпирическое значение критерия

$$T: T = \sum R_i = 13 = \mathbf{13}$$

Критические значения для T-критерия Вилкоксона для $n=17$:

$$T_{кр} = 27 \quad (p \leq 0.01)$$

$$T_{кр} = 41 \quad (p \leq 0.05)$$



Рисунок 10 – Ось значимости

Как видно, из полученных результатов по методике «Шкала эмоционального отклика» (А. Меграбян и Н. Эпштейн) полученное Тэмп находится в зоне значимости, данный факт свидетельствует о том, что проведенная программа развития коммуникативных способностей у детей подросткового возраста является результативной.

Проанализируем результаты T- критерия Вилкоксона по тесту оценки коммуникативных умений А.А. Карелина (Рисунок 11, Приложение 4, Таблица 9).

Сформулируем гипотезы:

H_1 : Интенсивность сдвигов в типичном направлении не превосходит интенсивности сдвигов в нетипичном направлении.

H_0 : Интенсивность сдвигов в типичном направлении превышает интенсивность сдвигов в нетипичном направлении.

$$T = \sum R_i = 7 + 8 + 15 + 5 + 2 = \mathbf{37}$$

По таблице Приложения находим критические значения для T-критерия Вилкоксона для $n=20$:

$$T_{кр} = 43 \quad (p \leq 0.01)$$

$$T_{кр} = 60 \quad (p \leq 0.05)$$



Рисунок 11 – Ось значимости

Как видно из рисунка 11, Т эмп. располагается в зоне значимости, согласно результатам теста оценки коммуникативных умений А.А. Карелина доказывают реализованная программа развития коммуникативных способностей у детей подросткового возраста является эффективной.

Таким образом, подводя итоги анализа всех результатов, полученных после реализации психолого-педагогической программы развития коммуникативных способностей у детей подросткового возраста, мы можем видеть, что у большинства испытуемых значительно усовершенствовались характеристики коммуникативных способностей. Из этого следует, что гипотезы исследования подтвердились: коммуникативных способностей у детей подросткового возраста на констатирующем этапе характеризуются низкой динамикой и требует для своего развития специально разработанной программы психолого-педагогической коррекции; развитие коммуникативных способностей у детей подросткового возраста улучшились после реализации психолого-педагогической программы коррекции.

3.3. Психолого-педагогические рекомендации по коррекции коммуникативных способностей у детей подросткового возраста

Психолого-педагогическая коррекция – это форма совместной профессиональной деятельности педагога, психолога и родителей,

основанная на системе психологических воздействий с целью исправления нарушений психического развития ребенка с опорой на знание возрастной, социокультурной и индивидуальной норм развития.

Коррекционная работа также направлена на создание условий для полноценного психического развития каждого ребенка в образовательном учреждении и семье. При постановке коррекционных целей психолог руководствуется знаниями закономерностей психического развития ребенка как активного процесса, реализуемого в сотрудничестве с взрослым, представлениями о структуре и динамике возраста, деятельностной теорией в формировании возрастных новообразований, психологической информацией о социокультурной ситуации развития конкретного ребенка.

Основные виды психолого-педагогической коррекции:

- а) симптоматическая (направлена на снятие симптомов);
- б) каузальная (направлена на поиск и устранение причин отклонений).

Главные принципы психолого-педагогической коррекции:

- а) единство диагностики и коррекции;
- б) деятельностный принцип коррекции (организация активной деятельности клиента).

Цели психолого-педагогической коррекции:

- а) оптимизация социальной ситуации развития;
- б) развитие видов деятельности ребенка; в) формирование возрастных психологических новообразований. Методы психолого-педагогической коррекции (по Р. С. Немову):

1) убеждение – способ психокоррекционного воздействия, рассчитанный на осознание и волевое исправление человеком недостатков в психологии и поведении;

2) внушение – способ воздействия, который не предполагает осознания клиентом того, что с ним происходит;

- 3) подражание – демонстрация образцов поведения;
- 4) подкрепление – применение разнообразных стимулов для поощрения нужных и разрушения ненужных поведенческих реакций.

Из изученного материала и проведенного формирующего эксперимента мы разработали рекомендации для учителей и родителей по психолого- педагогическому развитию коммуникативных умений старших школьников.

Приоритетными направлениями воспитательной работы по формированию коммуникативной компетентности являются:

1. Интеллектуальное развитие воспитанников;
2. Физическое развитие кадет и формирование основ безопасности;
3. Гражданско-патриотическое и правовое воспитание;
4. Культурно-нравственное развитие;
5. Эстетическое развитие;
6. Трудовое и экологическое развитие;
7. Индивидуально-личностное развитие;
8. Воспитание толерантности;
9. Ученическое самоуправление.

При этом воспитательная деятельность может реализовываться в разнообразных формах: внеурочная деятельность, внутриклассная деятельность, межклассная деятельность, участие в работе творческих объединений, массовая деятельность, а также работа с семьей и общественностью [25].

Представим рекомендации для старших школьников.

Чтобы избавиться от угрюмого или надменного выражения лица, по утрам перед зеркалом «покажите себе язык», улыбнитесь. Стоп! Именно такое, а не «казенное» выражение лица должно быть у вас в течение дня.

Деликатно приглядывайтесь к лицам случайных попутчиков в транспорте, пытаясь «читать» их настроение; вообразите, как изменились бы их лица в веселье, гневе.

Если вы не умеете ответить «нет», не обижая, и из-за этого идете против своего желания, то развивайте в себе актерские навыки, способность чуть-чуть дурачиться, создавая оттяжку, за время которой складывается наилучшая формулировка ответа. Дайте понять, что для отказа есть веские причины: «Поверьте, это не мой каприз, рад бы, но не смогу».

Систематически практикуйте свое умение вступать в контакт с незнакомыми людьми (особенно с неприветливыми), например, спрашивайте дорогу. Стремитесь при этом задавать вопросы таким тоном, чтобы собеседнику было приятно вам ответить [66, с. 24].

Заранее продумав какую-либо индифферентную тему, заговорите с человеком, с которым находитесь в натянутых отношениях (но формально сохранившихся). Сумейте вести беседу так, чтобы с вашей стороны демонстрировалось доброжелательство. Старайтесь смотреть в глаза собеседнику.

Упражняйтесь перед зеркалом (диалоги с собой, пересказ историй, анекдотов), с целью устранить излишнюю жестикуляцию, привычные неэстетические движения, угрюмое выражение лица.

Отрабатывайте быстроту речевой реакции с помощью телевизора: попытайтесь мгновенно остроумно комментировать спортивный матч (звук предварительно отключите), отдельные сцены.) чтобы те попытались следовать этим условиям в течение, по крайней мере, двух недель.

Общие рекомендации:

1. Научитесь замечать реальность и того, с кем общаетесь.

Развить в себе внимательность можно постепенно, выполняя каждый день такое упражнение:

Сядьте удобно и попробуйте сконцентрироваться только на том, что вы слышите. Достаточно будет и пары минут для выполнения. Сначала будет слышен просто шум, а потом вы начнете выделять отдельные звуки и понимать, откуда они доносятся.

Следующий шаг состоит в том, чтобы всё внимание направить на то, что вы видите. Мысленно отмечайте каждый предмет, будь то стул или завалившийся гвоздик.

Теперь пару минут концентрируйтесь на своих ощущениях и мыслях. Прочувствуйте каждую часть тела, обратите внимание на каждую возникающую в голове мысль.

2. Читайте книги, которые интересные для вас, и с помощью которых вы сможете расширить свой кругозор [24, с. 57].

Это, помимо новых знаний, поспособствует запоминанию новых слов и умению строить грамматически правильные предложения. Вы сможете поддержать любую беседу, или, в крайнем случае, перевести на тему, в которой хорошо ориентируетесь. Прочитав какую-либо книгу, попробуйте пересказать её вкратце, записывая себя на диктофон. Во время прослушивания обратите внимание, каким образом делаете паузы, какие слова-паразиты наиболее часто встречаются и как вообще звучит ваша речь. Что хотелось бы изменить, чтобы слушать было интереснее и приятнее?

3. Язык тела.

Попробуйте ощутить, комфортно ли в вашей позе и попробуйте её сменить на другую, прислушиваясь к внутренним изменениям. Изучите, какие жесты располагают к себе и говорят об открытости и старайтесь как можно чаще их использовать. Попрактикуйте улыбку перед зеркалом, чтобы она не выглядела искусственной или оскалом, а чтобы была приятна. Старайтесь как можно чаще улыбаться, и со временем вы заметите, как меняется внутренний настрой и ваше отношение к жизни.

4. Упражнение «Перевоплощение».

Подумайте о своём любимом герое, из сказки, мультика, фильма, или просто человеке, на которого хочется быть похожим. Вспомните в деталях всё, что вас так в нём привлекает, и войдите в образ, пробуя воспроизвести его характер. Пройдитесь по комнате, что-то рассказывая с его интонацией

и манерой поведения, используя такие же жесты, взгляд, слова. Прочувствуйте себя совсем в другой роли, и затем выпишите на листе свои мысли и ощущения. В будущем вы вполне можете опираться на них, вспоминая прожитую роль.

5. Фантазирование о не знакомом человеке.

Когда вы находитесь в общественном месте, выберите одного человека, и попробуйте придумать его историю жизни. Какой он по характеру, как живёт, как смеётся, кем работает и каким образом строит отношения? Отвернитесь и вспомните его черты лица, во что одет, а потом посмотрите и проверьте, что упустили в образе.

6.Посещайте выставки, какие-либо культурные мероприятия, ходите в музеи.

Находясь в таких местах, просто невозможно будет не завязать с кем-то даже самый непринуждённый разговор. Просто попробуйте спросить у кого-то мнение об экспозиции, либо поделитесь своим восхищением или другой реакцией на картину. И так с каждым разом будет всё больше опыта в построении разговора, своих ощущениях.

Помимо того, что это поможет расширить ваш кругозор и поднять самооценку, так ещё и повысит интерес к жизни, ведь творчество вдохновляет и помогает раскрыть потенциал. Если выставки и музеи не интересны, займитесь каким-то видом спорта. Это очень сближает и помогает найти единомышленников, с которыми намного проще начать беседу.

7.Как научиться коммуникабельности, если не практиковать и не оттачивать свои навыки?

К примеру, поставьте перед собой задачу, каждый день знакомиться с новым человеком. Поначалу может быть много страха и тревоги, это нормально. Но день за днём, выполняя это правило, вы начнёте замечать, что уже по-другому начинаете реагировать, что волнение перекрывает

заинтересованность в другом человеке, искренний интерес к нему. Так что не бойтесь рисковать, действуйте.

8.Общительность и коммуникабельность включают в себя не только открытость и умение заинтересовать, но и ощущение уверенности в себе.

Ведь если в разговоре вы замолкаете, не осмеливаясь высказать свою точку зрения – вряд ли будете считаться компанейским и интересным человеком. Развивайте свою самооценку, открывайте в себе свои сильные стороны, которые можете предъявить окружающим, уважайте себя, своё мнение и цените собственное время, тогда и окружающие будут это чувствовать, не игнорируя вас.

9.Научитесь слушать собеседника, не перебивая его.

Таким образом, вы сможете расположить его к себе, давая пространство высказаться, получите больше информации о нём, а также отследите, какие ошибки он допускает в разговоре, чтобы не повторять их с другими людьми. Отслеживая свою реакцию на его поведение, вы поймёте, как выглядите сами в глазах других, возможно, возьмёте на вооружение какие-либо жесты или слова, которые вас интересуют.

10.Мысленно отмечайте общие черты характера с собеседником, а также моменты, в которых вы отличаетесь друг от друга. Это способствует принятию и уважению чужой точки зрения, иначе конфликты, чувство раздражения и нежелания общаться будут вашими постоянными спутниками. Мы все разные, с разным опытом, мыслями, и необходимо уметь быть в контакте с другим человеком, несмотря на разность взглядов. Учитесь уважать не только себя, но и остальных людей, давая им право думать не так, как вы, но при этом оставаться рядом. Если вы с чем-то не согласны, не обязательно говорить собеседнику, что он не прав или в чём-то не разбирается, а просто скажите, что у вас немного другое по этому поводу мнение в силу того, что прожили другой опыт. Ваша задача – найти точки соприкосновения, а не наоборот, доказать своё превосходство [25, с. 66].

Таким образом, представленные методические рекомендации способствуют развитию коммуникативных способностей у детей подросткового возраста.

Выводы по 3 главе

На основании полученных результатов проведенного констатирующего эксперимента нами была разработана и проведена программа психолого-педагогического развития коммуникативных способностей у детей подросткового возраста в соответствии со здоровьесберегающими технологиями, особенностями развития. Продолжительность: 8 занятий по 40 минут. В программе был использован комплекс упражнений и приемов, направленный на повышение уровня коммуникативных навыков, на общее повышение эмоционального состояния, повышение качества межличностных отношений.

Подводя итоги анализа всех результатов, полученных после реализации психолого-педагогической программы развития коммуникативных способностей у детей подросткового возраста, мы можем видеть, что у большинства испытуемых значительно усовершенствовались характеристики коммуникативных способностей. Из этого следует, что гипотезы исследования подтвердились: коммуникативных способностей у детей подросткового возраста на констатирующем этапе характеризуются низкой динамикой и требует для своего развития специально разработанной программы психолого-педагогической коррекции; развитие коммуникативных способностей у детей подросткового возраста улучшились после реализации психолого-педагогической программы коррекции. Представленные методические

рекомендации способствуют развитию коммуникативных способностей у детей подросткового возраста.

Заключение

В процессе общения из индивида формируется личность. Коммуникативные способности – индивидуальные психологические особенности личности, обеспечивающие эффективное взаимодействие и адекватное взаимопонимание между людьми в процессе общения или выполнения совместной деятельности. Выделяются 4 свойства, для эффективного и развивающего общения: конгруэнтность, принятие себя, принятие других, эмпатическое понимание.

Взаимодействуя друг с другом, подростки учатся размышлять о себе и своих сверстниках. Взаимный интерес, объединенное понимание окружающего мира и друг друга становятся самоценными. Подросток чувствителен к культурным ожиданиям своего поведения по отношению к своим родителям. Разнообразие стилей, которые подросток получает в повседневном общении со взрослыми, обучает его стратегиям общения в реальном взаимодействии людей.

В параграфе представлена «Дерево цели» и на основании нее разработана модель программы развития коммуникативных способностей у детей подросткового возраста модели. Представленная модель содержит теоретический, диагностический, коррекционно – развивающий и аналитический блоки. В реализации модели включены методы: беседа, ролевые игры, дыхательные и двигательные упражнения и упражнения по межличностной коммуникации.

Исследование коммуникативных способностей у детей подросткового возраста проходило в три этапа: поисково-подготовительный, опытно-экспериментальный и контрольно-обобщающий. В качестве методов исследования были выбраны следующие: анализ литературы, обобщение, моделирование, целеполагание, тестирование, констатирующий эксперимент и формирующий эксперимент. Представлена характеристика методик

исследования: методика «Шкала эмоционального отклика» (А. Меграбян и Н. Эпштейн), «Тест оценки коммуникативных умений» А.А. Карелина, «Коммуникативные и организаторские склонности» В.В. Синявский, В.А. Федорошин (КОС).

Исследование было проведено в МОУ Есаульская СОШ № 1 п. Есаульского с учащимися 5-го «а» класса, в классе 20 человек, их них 50% (10 девочек) и 50% (10 мальчиков) в возрасте от 9 до 10 лет. При анализе данных, полученных по методике «Коммуникативные и организаторские склонности» В.В. Синявский, В.А. Федорошин (КОС) мы определили, что 15 % (3 чел.) испытуемых владеют низким уровне развития коммуникативных и организаторских склонностей. Показатель «Ниже среднего» выявлен у 25% (5 чел.) подростков. Для 40% (8 чел.) испытуемых характерен средний уровень коммуникативных способностей. 10% (2 чел.) подростков относятся к группе с высоким уровнем проявления коммуникативных и организаторских склонностей. И у 10% (2 чел.) обучающихся – очень высокий уровень проявления коммуникативности и организаторских склонностей.

Как видно из результатов исследования методики «Шкала эмоционального отклика» (А. Меграбян и Н. Эпштейн), у 35% (7 чел.) испытуемых выявлен низкий уровень эмоционального отклика. Средний уровень эмпатии по методике имеют 25% (6 чел.) подростков. Высокий индекс эмпатии выявлен у 35% (7 чел.) школьников.

Проанализировав результаты тест оценки коммуникативных умений А.А. Карелина, мы можем сделать следующие выводы: 25% (5 чел.) испытуемых высокий уровень коммуникативных умений. У 30% (6 чел.) испытуемых средний уровень коммуникативных умений. У 25% (5 чел.) опрошенных уровень коммуникативных умений ниже среднего. У 20% (4 чел.) человек низкий уровень коммуникативных умений. Такие ребята обычно плохие собеседники.

Результаты трех проведенных методик доказывают то, что у большинства детей подросткового возраста преобладают показатели высокой и низкой коммуникативной способности. Индивиды, которые пренебрегают их наработкой, безуспешны, и им труднее реализовать себя. Любому человеку необходимо общаться и для психологического удовлетворения, социальной реализации. Для решения данной проблемы мы разработали программу психолого-педагогической коррекции коммуникативных способностей детей подросткового возраста.

На основании полученных результатов проведенного констатирующего эксперимента нами была разработана и проведена программа психолого-педагогического развития коммуникативных способностей у детей подросткового возраста в соответствии со здоровьесберегающими технологиями, особенностями развития. Продолжительность: 8 занятий по 40 минут. В программе был использован комплекс упражнений и приемов, направленный на повышение уровня коммуникативных навыков, на общее повышение эмоционального состояния, повышение качества межличностных отношений.

Подводя итоги анализа всех результатов, полученных после реализации психолого-педагогической программы развития коммуникативных способностей у детей подросткового возраста, мы можем видеть, что у большинства испытуемых значительно усовершенствовались характеристики коммуникативных способностей. Из этого следует, что гипотезы исследования подтвердились: коммуникативных способностей у детей подросткового возраста на констатирующем этапе характеризуются низкой динамикой и требует для своего развития специально разработанной программы психолого-педагогической коррекции; развитие коммуникативных способностей у детей подросткового возраста улучшились после реализации психолого-педагогической программы коррекции.

Представленные методические рекомендации способствуют развитию коммуникативных способностей у детей подросткового возраста.

Гипотеза исследования доказана, цель достигнута, задачи решены.

Библиографический список

1. Абульханова-Славская, К.А. Деятельность и психология личности. М.: Наука, 2012. 335 с.
2. Адлер А. Очерки по индивидуальной психологии. М.: Норма, 2002. 219 с.
3. Ананьев Б. Г. Человек как предмет познания. СПб.: Питер, 2001. 288 с.
4. Анцыферова Л.И. Способность личности к преодолению деформации своего развития. // Психол. журнал. 2012. №3. С 5 – 15.
5. Асмолов А. Г. Психология личности: Принципы общепсихологического анализа. М.: Смысл; ИЦ Академия, 2012. 414 с.
6. Байбулсинова Б.Ж. Понятие о коммуникативных способностях в психологии [Электронный ресурс]. URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=34896674> (дата обращения 24.12.2018).
7. Бельчиков Н. Ф. Пути и навыки литературоведческого труда; Высшая школа - Москва, 2014. 240 с.
8. Божович Л.И. Проблемы формирования личности. М.: Издательство «Институт практической психологии». Воронеж: МОДЭК, 2011. 352 с.
9. Бордовская Н. В. Психология и педагогика. СПб.: Питер, 2011. 620 с
10. Бороздина Л.В. Самооценка в разных возрастных группах: от подростков до престарелых. М.: Сфера, 2012. 204 с.
11. Братусь Б. С. Смысловая сфера личности. Психология личности в трудах отечественных психологов. СПб.: Изд-во Питер, 2017. 480 с.
12. Витушкина Э.В. В помощь хорошим родителям для воспитания умных и добрых детей: метод. Пособие. – Магнитогорск: МаГУ, 2012. 80 с
13. Волков Б.С. Психология подростка: учебное пособие. М.: Академический проект, 2017. 240 с.

14. Воробьева О. Я. Коммуникативные технологии в школе; Учитель. Москва, 2013. 144 с.
15. Выготский Л. С. Психология. М.: ЭКСМО-ПРЕСС, 2012. 1061 с.13
16. Выготский Л.С. Психология развития человека. М.: Смысл; Эксмо, 2016. 1135 с.
17. Головин С.Ю. Словарь практического психолога. Минск: Харвест, 2013. 800 с.
18. Горбатов Д.С. Общепсихологический практикум: учеб. пособие для бакалавров. М.: Юрайт, 2013. 307 с.
19. Гройсман А.Л. Личность, творчество, регуляция состояний. М.: Бек, 2012.
20. Дементьев В.В. Коммуникативные ценности русской культуры; Книга по Требованию - Москва, 2013. 336 с.
21. Дилтс Р. НЛП: навыки эффективного лидерства; СПб: Питер - Москва, 2014. 224 с.
22. Долгова В.И. Готовность к инновационной деятельности в образовании: монография. М.: КДУ. 2014. 228 с
23. Долгова В.И. Системные инновационные технологии целеполагания [Электронный ресурс]. URL: <http://elib.cspu.ru/xmlui/bitstream/handle/123456789/394/%D0%A1%D0%98%D0%A1%D0%A2%D0%95%D0%9C%D0%9D%D0%AB%D0%95%20%D0%98%D0%9D%D0%9D%D0%9E%D0%92%D0%90%D0%A6%D0%98%D0%9E%D0%9D%D0%9D%D0%AB%D0%95%20%D0%A2%D0%95%D0%A5%D0%9D%D0%9E%D0%9B%D0%9E%D0%93%D0%98%D0%98%20%D0%A6%D0%95%D0%9B%D0%95%D0%9F%D0%9E%D0%9B%D0%90%D0%93%D0%90%D0%9D%D0%98%D0%AF.pdf?sequence=1&isAllowed=y> (дата обращения 24.12.2018).
24. Дубровина И.В. Практическая психология образования. СПб. Питер, 2012. 592 с.

25. Ежова Н. Н. Научись общаться. Коммуникативные тренинги; Феникс-Москва, 2013. 256 с.
26. Жог В.И., Тарабакина Л.В., Бабиева Н.С. Методология организационной психологии: М.: МПГУ, 2013. 160 с.
27. Захаров А.И. Дневные и ночные страхи у детей. СПб: Союз, 2010. 158 с.
28. Золотова Г. А. Коммуникативные аспекты русского синтаксиса; КомКнига - Москва, 2014. 370 с.
29. Казанская В.Г. Подросток. Трудности взросления. СПб.: Нева, 2006. 240 с.
30. Казнышкина И. В. Коммуникативные игры. Методическое описание. Раздаточный материал; Русский язык. Курсы - Москва, 2012. 116 с.
31. Коджаспирова Г.М. Педагогический словарь. М.: Издательский центр Академия, 2012. 176 с.
32. Краткий психологический словарь / авт.-сост. С.Я. Подопригора, А. С. Подопригора. Ростов-на-Дону: Феникс, 2010. 318с.
33. Крутецкий В.А., Лукин Н.С. Психология подростка. М.: Инфра, 2012. 316 с.
34. Кукуев Е.А. К вопросу об определении понятия «Коммуникативные способности личности» [Электронный ресурс]. URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=18360433> (дата обращения 24.12.2018).
35. Кулагина И.Ю., Колюцкий В.Н. Психология развития и возрастная психология. Полный жизненный цикл развития человека. М.: Норма, 2018. 420 с.
36. Леонтьев А.Н. Эволюция, движение, деятельность. М: Изд-во: «Смысл». 2012. 4129 с.
37. Леонтьев А.Н. Деятельность. Сознание. Личность. М.: Академия, 2014. 352 с.

38. Лубченков Ю.Н. Социальная регуляция и ее коммуникативные механизмы; Фонд политконсалтинговых исследований и разработок «Институт развития»». М.: 2012. 148 с.
39. Маркович Д.Ж. Социальная экология: Книга для учителя: пер. с серб.-хорв. М.: ЭКСМО-ПРЕСС, 2006. 176 с.
40. Мирзоев М.С. Основы математической обработки информации [Электронный ресурс]. URL: <https://books.google.ru> (дата обращения 24.12.2018).
41. Мухина В.С. Возрастная психология: феноменология развития, детство, отрочество. М.: Академия, 2010. 453 с.
42. Немов Р.С. Психология. М.: Эксмо, 2014. Т. 2. 639 с.
43. Никандров В. В. Вербально-коммуникативные методы в психологии; М.: Речь, 2014. 110 с.
44. Новейший психологический словарь / под ред. В.Б. Шапаря. Ростовна-Дону: Феникс, 2015. 806 с.
45. Овчарова Р.В. Справочная книга школьного психолога. М.: Просвещение, 2012. 256 с.
46. Панкова И.Ю., Гайдукова Е.В., Андрюхина Т.В., Леденева С.Н. Английский для менеджеров. Профессиональные коммуникативные компетенции;– М. МГИМО-Университет, 2012. 284 с.
47. Петровский А.В. Психология. М.: Изд. центр «Академия», 2014. 512 с.
48. Поленова Т.П. Школа эффективного общения. Коммуникативные техники, которые всегда работают; – М.: Феникс, 2012. 256 с.
49. Прихожан А.М., Толстых Н.Н. Подросток в учебнике и в жизни. М.: Норма., 2012. С.14 – 22.
50. Психологический словарь / под ред. В.П. Зинченко, Б.Г. Мещерякова. СПб.: Прайм-Еврознак, 2011. 440 с.

51. Психологический словарь. Изд. 2-е, испр. и доп. / под общей ред. А.В. Петровского и М.Г. Ярошевского. М.: Инси, 2012. 494 с.
52. Рамсина Т. А., Полидва М. А. Коммуникативные упражнения; - М.: Русский язык, 2014. 184 с.
53. Реан А.А. Психология личности. – СПб.: Питер, 2013. 288 с.
54. Рогов Е.И. Настольная книга практического психолога: практическое пособие. М.: Юрайт, 2012. 412 с.
55. Рубинштейн С. Л. Основы общей психологии. СПб.: Питер, 2014. 720 с
56. Руденко, А.М. Психология в схемах и таблицах. Ростов н/Д: Феникс, 2016. 379 с.
57. Самохвалова А. Г. Коммуникативные трудности ребенка. Проблемы, диагностика, коррекция; – М.: Речь, 2013. 432 с.
58. Сидоренко Е.В. Математические методы в психологии. СПб. Нева, 2012. 350 с.
59. Столин В.В. Самосознание личности. М.: Изд-во МГУ, 2011. 284 с.
60. Столин В.В., Бодалев А.А. и др. Семья в психологической консультации: Опыт и проблемы психологического консультирования. М.: Педагогика, 1989. 208 с.
61. Столяренко Л.Д. Педагогическая психология. Ростов на Дону: Феникс, 2013. 544 с.
62. Тарабакина Л.В. Эмоциональное развитие подростков: учебное пособие для студентов педагогических вузов. М.: Прометей, 2011. 208 с.
63. Узнадзе, Д. Н. Общая психология. Спб.: Питер, 2014. 414 с
64. Фельдштейн Д.И. Психология развития личности в онтогенезе. - М.: Психологическая литература, 2014.
65. Шадриков В.Д. Общая психология: Учебник для академического бакалавриата. Люберцы: Юрайт, 2016. 411 с.

66. Шаповаленко И.В. Психология развития и возрастная психология: Учебник и практикум для академического бакалавриата. Люберцы: Юрайт, 2016. 576 с.

67. Шипилина Л.А. Методология и методы психолого-педагогических исследований: Учебное пособие для аспирантов и магистров по направлению «Педагогика». М.: Флинта, 2013. 208 с.

68. Якунин В.А. Педагогическая психология. СПб.: Изд-во Михайлова В.А., 2014. 349 с.

69. Янко Т. Е. Коммуникативные стратегии русской речи; Языки славянской культуры. М.: 2013. 384 с.

70. Янко Т.Е. Коммуникативные стратегии русской речи; Книга по Требованию. М.: Языки славянской культуры, 2013. 386 с.

Методики диагностики коммуникативных способностей у детей подросткового
возраста

1. Методика «Шкала эмоционального отклика» (А. Меграбян и Н. Эпштейн)

Методика «Шкала эмоционального отклика» позволяет проанализировать общие эмпатические тенденции испытуемого, такие ее параметры, как уровень выраженности способности к эмоциональному отклику на переживания другого и степень соответствия/несоответствия знака переживаний объекта и субъекта эмпатии. Объектами эмпатии выступают социальные ситуации и люди, которым испытуемый мог сопереживать в повседневной жизни.

Опросник состоит из 25 суждений закрытого типа – как прямых, так и обратных. Испытуемый должен оценить степень своего согласия/несогласия с каждым из них. Шкала ответов (от «полностью согласен» до «полностью не согласен») дает возможность выразить оттенки отношения к каждой ситуации общения. По сравнению с исходным вариантом опросника несколько изменена шкала ответов, составлены таблицы пересчета «сырых» баллов в стандартные оценки.

Инструкция. Прочитайте приведенные ниже утверждения и оцените степень своего согласия или несогласия с каждым из них (поставьте отметку в соответствующей графе бланка для ответов), ориентируясь на то, как вы обычно ведете себя в подобных ситуациях.

Бланк для ответов
к методике «Шкала эмоционального отклика»

Фамилия, имя, отчество _____
Пол _____ Возраст _____ Дата _____

№ п/п	Утверждение	Ответ			
		Согласен (всегда)	Скорее согласен (часто)	Скорее не согласен (редко)	Не согласен (никогда)
1	Меня огорчает, когда вижу, что незнакомый человек чувствует себя среди других людей одиноко				
2	Мне неприятно, когда люди не умеют сдерживаться и открыто проявляют свои чувства				
3	Когда кто-то рядом со мной нервничает, я тоже начинаю нервничать				
4	Я считаю, что плакать от				

	счастья глупо				
5	Я близко к сердцу принимаю проблемы своих друзей				
6	Иногда песни о любви вызывают у меня много чувств				
7	Я бы сильно волновался (волновалась), если бы должен был (должна была) сообщить человеку неприятное для него известие				
8	На мое настроение очень влияют окружающие люди				
9	Мне хотелось бы получить профессию, связанную с общением с людьми				
10	Мне очень нравится наблюдать, как люди принимают подарки				
11	Когда я вижу плачущего человека, то и сам (сама) расстраиваюсь				
12	Слушая некоторые песни, я порой чувствую себя счастливым (счастливой)				
13	Когда я читаю книгу (роман, повесть и т. п.), то так переживаю, как будто все, о чем читаю, происходит на самом деле				
14	Когда я вижу, что с кем-то плохо обращаются, то всегда сержусь				
15	Я могу оставаться спокойным (спокойной), даже если все вокруг волнуются				
16	Мне неприятно, когда люди при просмотре кинофильма вздыхают и плачут				
17	Когда я принимаю решение, отношение других людей к нему, как правило, роли не играет				
18	Я теряю душевное спокойствие, когда окружающие чем-то угнетены				
19	Я переживаю, если вижу людей, легко расстраивающихся из-за пустяков				
20	Я очень расстраиваюсь, когда вижу страдания животных				
21	Глупо переживать по поводу				

	того, что происходит в кино или о чем читаешь в книге				
22	Я очень расстраиваюсь, когда вижу беспомощных старых людей				
23	Я очень переживаю, когда смотрю фильм				
24	Я могу остаться равнодушным (равнодушной) к любому волнению вокруг				
25	Маленькие дети плачут без причины				

Обработка результатов

Для обработки ответов удобно воспользоваться Бланком подсчета результатов. Обработка проводится в соответствии с ключом. За каждый ответ начисляется от 1 до 4 баллов.

Бланк подсчета результатов

Номер утверждения	Ответ (в баллах)			
	Согласен (всегда)	Скорее согласен (часто)	Скорее не согласен (редко)	Не согласен (никогда)
1	4	3	2	1
2	1	2	3	4
3	4	3	2	1
4	1	2	3	4
5	4	3	2	1
6	4	3	2	1
7	4	3	2	1
8	4	3	2	1
9	4	3	2	1
10	4	3	2	1
11	4	3	2	1
12	4	3	2	1
13	4	3	2	1
14	4	3	2	1
15	1	2	3	4
16	1	2	3	4
17	1	2	3	4
18	4	3	2	1
19	4	3	2	1
20	4	3	2	1
21	1	2	3	4
22	4	3	2	1
23	4	3	2	1
24	1	2	3	4
25	1	2	3	4
Σ				

Анализ и интерпретация результатов

Общая оценка подсчитывается путем суммирования баллов. Степень выраженности способности личности к эмоциональному отклику на переживания других людей (эмпатии) определяется по таблице пересчета «сырых» баллов в стандартные оценки шкалы стенов.

Анализ и интерпретация результатов

- 82–90 баллов – очень высокий уровень;
- 63–81 балл – высокий уровень;
- 37–62 балла – нормальный уровень;
- 36–12 баллов – низкий уровень;
- 11 баллов и менее – очень низкий уровень.

Градацию уровней можно проводить и внутри профессиональной группы, если это качество для ее представителей профессионально значимо.

Высокие показатели по способности к эмпатии находятся в обратной связи с агрессивностью и склонностью к насилию; высоко коррелируют с покладистостью, уступчивостью, готовностью прощать других (но не себя), готовностью выполнять рутинную работу.

Люди с высокими показателями по шкале эмоционального отклика в сравнении с теми, у кого низкие показатели чаще:

- на эмоциональные стимулы реагируют изменением кожной проводимости и учащением сердцебиения;
- более эмоциональны, чаще плачут;
- как правило, имели родителей, которые проводили с ними много времени, ярко проявляли свои эмоции и говорили о своих чувствах;
- проявляют альтруизм в реальных поступках, склонны оказывать людям деятельную помощь;
- демонстрируют аффилиативное поведение (способствующее поддержанию и укреплению дружеских отношений);
- менее агрессивны;
- оценивают позитивные социальные черты как важные;
- более ориентированы на моральные оценки.

Умение сопереживать другим людям – ценное качество, однако при его гипертрофии может формироваться эмоциональная зависимость от других людей, болезненная ранимость, что затрудняет эффективную социализацию и даже может приводить к различным психосоматическим заболеваниям.

Люди со средним (нормальным) уровнем развития эмпатии в межличностных отношениях более склонны судить о других по поступкам, чем доверять своим личным впечатлениям. Как правило, они хорошо контролируют собственные эмоциональные проявления, но при этом часто затрудняются прогнозировать развитие отношений между людьми.

Люди с низким уровнем развития эмпатии в межличностных отношениях испытывают затруднения в установлении контактов с людьми, некомфортно чувствуют себя в большой компании, не понимают эмоциональных проявлений и поступков, часто не находят взаимопонимания с окружающими. Они гораздо более продуктивны при индивидуальной работе, чем при групповой, склонны к рациональным решениям, больше ценят других за деловые качества и ясный ум, чем за чуткость и отзывчивость.

Выбор неэффективных поведенческих стратегий может быть следствием личностных особенностей человека или свидетельством незнания им деятельных форм участия в жизни других людей. Для развития эмпатических способностей нужно совершенствовать коммуникативные навыки, особенно умение слушать другого, перефразировать, отражать и отзеркаливать эмоции. Очень полезны тренинги асертивности, «гимнастика чувств».

2. Тест оценки коммуникативных умений А.А. Карелина

Понятие «коммуникативные умения» включает в себя не только оценку собеседника, определение его сильных и слабых сторон, но и умение установить дружескую атмосферу, умение понять проблемы собеседника и т. д. Для проверки этих качеств предлагаем следующие тесты.

Вариант 1

Инструкция: отметьте ситуации, которые вызывают у вас неудовлетворение или досаду и раздражение при беседе с любым человеком, будь то ваш товарищ, сослуживец, непосредственный начальник, руководитель или просто случайный собеседник.

Обработка результатов: подсчитайте процент ситуаций, вызывающих досаду и раздражение.

Классификатор теста

70—100% – вы плохой собеседник. Вам необходимо работать над собой и учиться слушать.

	Ситуации,
--	-----------

Варианты ситуаций	вызывающие досаду
1. Собеседник не дает мне шанса высказаться, у меня есть, что сказать, но нет возможности вставить слово	
2. Собеседник постоянно прерывает меня во время беседы	
3. Собеседник никогда не смотрит в лицо во время разговора, и я не уверен, слушает ли он меня	
4. Разговор с таким партнером часто вызывает чувство пустой траты времени	
5. Собеседник постоянно суетится, карандаш и бумага занимают его больше, чем мои слова	
6. Собеседник никогда не улыбается. У меня возникает чувство недовольства и тревоги	
7. Собеседник всегда отвлекает меня вопросами и комментариями	
8. Что бы я ни высказал, собеседник всегда охлаждает мой пыл	
9. Собеседник всегда старается опровергнуть меня	
10. Собеседник передергивает смысл моих слов и вкладывает в них другое содержание	
11. Когда я задаю вопрос, собеседник заставляет меня защищаться	
12. Иногда собеседник переспрашивает меня, делая вид, что не расслышал	
13. Собеседник, не дослушав до конца, перебивает меня лишь затем, чтобы согласиться	
14. Собеседник при разговоре сосредоточенно занимается посторонним (играет сигаретой, протирает стекла и т. д.), и я твердо уверен, что он при этом невнимателен	
15. Собеседник делает выводы за меня	
16. Собеседник всегда пытается вставить слово в мое повествование	
17. Собеседник всегда смотрит на меня очень внимательно, не мигая	
18. Собеседник смотрит на меня, как бы оценивая. Это беспокоит	
19. Когда я предлагаю что-нибудь новое, собеседник говорит, что он думает так же	

20. Собеседник переигрывает, показывая, что интересуется беседой, слишком часто кивает головой, ахает и поддакивает	
21. Когда я говорю о серьезном, то собеседник вставляет смешные истории, шуточки, анекдоты	
22. Собеседник часто смотрит на часы во время разговора	
23. Когда я захожу в кабинет, он бросает все дела и все внимание обращает на меня	
24. Собеседник ведет себя так, будто я мешаю ему делать что-нибудь важное	
25. Собеседник требует, чтобы все соглашались с ним. Любое его высказывание завершается вопросом: «Вы тоже так думаете?» или «Вы не согласны?»	

40—70% – вам присущи некоторые недостатки. Вы критически относитесь к высказываниям. Вам еще недостает некоторых достоинств хорошего собеседника. Избегайте поспешных выводов, не заостряйте внимание на манере говорить, не притворяйтесь, не ищите скрытого смысла сказанного, не монополизируйте разговор.

10—40% – вы хороший собеседник, но иногда отказываете партнеру в полном внимании. Повторяйте вежливо его высказывания, дайте ему время раскрыть свою мысль полностью, приспособляйте свой темп мышления к его речи и можете быть уверены, что общаться с вами будет еще приятнее.

0—10% – вы отличный собеседник. Вы умеете слушать. Ваш стиль общения может стать примером для окружающих.

3. «Коммуникативные и организаторские склонности»

В.В. Синявский, В.А. Федорошин (КОС)

В профессиях, которые по своему содержанию связаны с активным взаимодействием человека с другими людьми, в качестве стержневых выступают коммуникативные и организаторские способности, без которых не может быть обеспечен успех в работе. Главное содержание деятельности работников таких профессий – руководство коллективами, обучение, воспитание, культурно-просветительское и бытовое обслуживание людей и т.д. По результатам ответов

испытуемого появляется возможность выявить качественные особенности его коммуникативных и организаторских склонностей.

Инструкция: на каждый вопрос следует ответить «да» или «нет». Если вы затрудняетесь в выборе ответа, необходимо все-таки склониться к соответствующей альтернативе (+) или (-).

Текст опросника

1. Много ли у Вас друзей, с которыми Вы постоянно общаетесь?
2. Часто ли Вам удается склонить большинство своих товарищей к принятию ими Вашего мнения?
3. Долго ли Вас беспокоит чувство обиды, причиненное Вам кем-то из Ваших товарищей?
4. Всегда ли Вам трудно ориентироваться в создавшейся критической ситуации?
5. Есть ли у Вас стремление к установлению новых знакомств с разными людьми?
6. Нравится ли Вам заниматься общественной работой?
7. Верно ли, что Вам приятнее и проще проводить время с книгами или за каким-либо другим занятием, чем с людьми?
8. Если возникли какие-либо помехи в осуществлении Ваших намерений, то легко ли Вы отступаете от них?
9. Легко ли Вы устанавливаете контакты с людьми, которые значительно старше Вас по возрасту?
10. Любите ли Вы придумывать и организовывать со своими товарищами различные игры и развлечения?
11. Трудно ли Вы включаетесь в новую для Вас компанию?
12. Часто ли Вы откладываете на другие дни те дела, которые нужно было бы выполнить сегодня?
13. Легко ли Вам удается устанавливать контакты с незнакомыми людьми?
14. Стремитесь ли Вы добиваться, чтобы Ваши товарищи действовали в соответствии с Вашим мнением?
15. Трудно ли Вы осваиваетесь в новом коллективе?
16. Верно ли, что у Вас не бывает конфликтов с товарищами из-за невыполнения ими своих обязанностей, обязательств?
17. Стремитесь ли Вы при удобном случае познакомиться и побеседовать с новым человеком?

18. Часто ли в решении важных дел Вы принимаете инициативу на себя?
19. Раздражают ли Вас окружающие люди и хочется ли Вам побыть одному?
20. Правда ли, что Вы обычно плохо ориентируетесь в незнакомой для Вас обстановке?
21. Нравится ли Вам постоянно находиться среди людей?
22. Возникает ли у Вас раздражение, если Вам не удастся закончить начатое дело?
23. Испытываете ли Вы чувство затруднения, неудобства или стеснения, если приходится проявить инициативу, чтобы познакомиться с новым человеком?
24. Правда ли, что Вы утомляетесь от частого общения с товарищами?
25. Любите ли Вы участвовать в коллективных играх?
26. Часто ли Вы проявляете инициативу при решении вопросов, затрагивающих интересы Ваших товарищей?
27. Правда ли, что Вы чувствуете себя неуверенно среди малознакомых Вам людей?
28. Верно ли, что Вы редко стремитесь к доказательству своей правоты?
29. Полагаете ли Вы, что Вам не доставляет особого труда внести оживление в малознакомую Вам компанию?
30. Принимаете ли Вы участие в общественной работе в школе?
31. Стремитесь ли Вы ограничить круг своих знакомых небольшим количеством людей?
32. Верно ли, что Вы не стремитесь отстаивать свое мнение или решение, если оно не было сразу принято Вашими товарищами?
33. Чувствуете ли Вы себя непринужденно, попав в незнакомую Вам компанию?
34. Охотно ли Вы приступаете к организации различных мероприятий для своих товарищей?
35. Правда ли, что Вы не чувствуете себя достаточно уверенным и спокойным, когда приходится говорить что-либо большой группе людей?
36. Часто ли Вы опаздываете на деловые встречи, свидания?
37. Верно ли, что у Вас много друзей?
38. Часто ли Вы смущаетесь, чувствуете неловкость при общении с малознакомыми людьми?
39. Правда ли, что Вас пугает перспектива оказаться в новом коллективе?

40. Правда ли, что Вы не очень уверенно чувствуете себя в окружении большой группы своих товарищей?

Обработка результатов и интерпретация

Коммуникативные способности - ответы «да» на следующие вопросы: 1, 5, 9, 13, 17, 21, 25, 29, 33, 37; и «нет» на вопросы: 3, 7, 11, 15, 19, 23, 27, 31, 35, 39.

Организаторские способности - ответы «да» на следующие вопросы: 2, 6, 10, 14, 18, 22, 26, 30, 34, 38; и «нет» на вопросы: 4, 8, 12, 16, 20, 24, 28, 32, 36, 40.

Подсчитывается количество совпадающих с ключом ответов по каждому разделу методики, затем вычисляются оценочные коэффициенты отдельно для коммуникативных и организаторских способностей по формуле:

$K = 0,05 C$, где

K - величина оценочного коэффициента

C – количество совпадающих с ключом ответов.

Оценочные коэффициенты может варьировать от 0 до 1. Показатели, близкие к 1 говорят о высоком уровне коммуникативных и организаторских способностях, близкие к 0 - о низком уровне. Первичные показатели коммуникативных и организаторских способностей могут быть представлены в виде оценок, свидетельствующих о разных уровнях изучаемых способностей.

Коммуникативные умения:

Пок азатель	О ценка	Уровень
0,10 -0,45	1	I - низкий
0,46 -0,55	2	II - ниже среднего
0,56 -0,65	3	III - средний
0,66 -0,75	4	IV - высокий
0,76 -1	5	V - очень высокий

Организаторские умения:

Пок азатель	О ценка	Уровень
0,20 -0,55	1	I - низкий
0,56 -0,65	2	II - ниже среднего
0,66 -0,70	3	III - средний
0,71 -0,80	4	IV - высокий

-1	0,81	5	V - очень высокий
----	------	---	----------------------

Результаты исследования коммуникативных способностей у детей подросткового
возраста

Таблица 1

Результаты методики «Коммуникативные и организаторские склонности»
В.В. Синявский, В.А. Федорошин (КОС)

Код испытуемых	Баллы	Уровень развития коммуникативных и организаторских склонностей
70	70	Очень высокий
20	25	Низкий
35	39	Средний
70	80	Очень высокий
27	38	Ниже среднего
60	65	Средний
40	47	Средний
40	48	Средний
33	38	Ниже среднего
56	60	Средний
18	25	Низкий
22	32	Ниже среднего
50	58	Средний
30	38	Ниже среднего
60	68	Высокий
69	70	Высокий
30	36	Ниже среднего
22	50	Средний
40	46	Средний
35	20	Низкий

Низкий уровень - 3 (15%) чел. Ниже среднего уровня – 5 (25%) чел. Средний уровень – 8 (40%) чел. Высокий – 2 (10%) чел. Очень высокий – 2 (10%) чел.

Таблица 2

Результаты методики «Шкала эмоционального отклика» (А. Меграбян и Н. Эпштейн)

Код испытуемых	Баллы	Уровень развития эмоционального отклика
1.	12	Низкий
2.	51	Средний
3.	20	Низкий
4.	36	Средний

5.	27	Низкий
6.	50	Средний
7.	87	Высокий
8.	44	Средний
9.	12	Низкий
10.	82	Высокий
11.	20	Низкий
12.	57	Средний
13.	82	Высокий
14.	84	Высокий
15.	25	Низкий
16.	45	Средний
17.	85	Высокий
18.	20	Низкий
19.	50	Средний
20.	82	Высокий

Низкий уровень – 7 (35%) чел. Средний уровень – 6 (25%). Высокий уровень – 7 (35%) чел.

Таблица 3

Результаты теста оценки коммуникативных умений А.А. Карелина на констатирующем этапе эксперимента

Код испытуемого	Баллы в %	Уровень развития коммуникативных и организаторских склонностей
1.	41	Средний
2.	55	Ниже среднего
3.	7	Высокий
4.	70	Низкий
5.	40	Средний
6.	60	Ниже среднего
7.	8	Высокий
8.	8	Высокий
9.	67	Низкий
10.	44	Средний
11.	59	Ниже среднего
12.	67	Низкий
13.	7	Высокий
14.	40	Средний
15.	66	Низкий
16.	33	Средний
17.	56	Ниже среднего
18.	10	Высокий
19.	56	Ниже среднего
20.	45	Средний

Высокий уровень - 5 (25%) чел. Средний уровень – 6 (30%) чел. Ниже среднего уровня – 5 (25%) чел. Низкий уровень -4 (20 %) чел.

Программа развития коммуникативных способностей у детей подросткового
возраста

Пояснительная записка

Подростковый возраст - время, когда закладывается фундамент будущей жизни в обществе. От того насколько подростки 11-14 лет успешно научатся выстраивать отношения с родителями, взрослыми, сверстниками, зависит их удовлетворенность профессиональной и личной жизнью в будущем.

Для того, чтобы выстраивать отношения с другими, необходимо, прежде всего, научиться жить в мире и согласии с самим собой, что также является актуальной проблемой переходного возраста.

Как быть более уверенным в себе, общаться тепло и бесконфликтно, умея при этом отстаивать свои интересы. Как правильно управлять своей внутренней погодой, воспринимать себя и окружающий мир ярче и объемнее, слышать и чувствовать партнера по общению.

Как решать конфликтные ситуации, быть уважаемым и мудрым лидером, грамотно строить нужные отношения. Вот основные темы, рассматриваемые на тренинге коммуникативной компетентности.

В современном образовании целью становится общекультурное, личностное и познавательное развитие учащихся, обеспечивающее такую ключевую компетенцию, как умение учиться.

Важнейшей задачей современной системы образования является формирование универсальных учебных действий, обеспечивающих школьникам умение учиться, способность к саморазвитию и самосовершенствованию.

Первостепенную роль играют:

1. Личностные результаты, включающие готовность и способность обучающихся к саморазвитию, сформированность мотивации к обучению и познанию, ценностно-смысловые установки обучающихся, отражающие их индивидуально-личностные позиции, социальные компетенции, личностные качества; сформированность основ гражданской идентичности;

2. Метапредметные результаты, включающие освоенные обучающимися универсальные учебные действия (познавательные, регулятивные и коммуникативные), обеспечивающие овладение ключевыми компетенциями, составляющими основу

умения учиться, и межпредметными понятиями; регулятивные действия, обеспечивающие организацию учащимися своей учебной деятельности.

Познавательные универсальные действия включают общеучебные, логические, действия постановки и решения проблем; коммуникативные действия обеспечивают социальную компетентность и учет позиции других людей, партнера по общению или деятельности, умение слушать и вступать в диалог, участвовать в коллективном обсуждении проблем, интегрироваться в группу сверстников и строить продуктивное взаимодействие и сотрудничество со сверстниками и взрослыми.

Тема коммуникативной компетентности достаточно хорошо изучена и широко распространена в программах различных психологических центров.

В представленной психологической программе новизна заключается в использовании нового подхода к развитию коммуникативных умений подростков.

Программа проходила в рамках реализации модели психолого-педагогической коррекции коммуникативных способностей у детей подросткового возраста.

Данная программа направлена на психолого-педагогическую коррекцию коммуникативных способностей у детей подросткового возраста; обучение приемам межличностного общения; повышение уверенности в себе и эмоциональной устойчивости у учащихся; развитие навыков, направленных на повышение результативности деятельности; коррекцию мотивов общения.

Темы занятий отражают личные проблемы детей данного возраста, поэтому они могут использоваться для всех школьников в качестве профилактики неблагоприятных процессов. На занятиях подростки получают знания о том, как общаться, упражняются в применении приемлемых способов поведения, овладевают навыками эффективного общения.

Цель программы: развитие коммуникативных способностей у детей подросткового возраста.

Задачи:

- закреплять навыки бесконфликтного общения на разных уровнях;
- мотивировать учащихся на обращение к внутреннему миру, анализу собственных поступков;
- развивать позитивную моральную позицию по отношению к окружающему миру, другим людям, к себе.

Численность группы: 20 человек.

Продолжительность: 8 занятий по 40 минут.

Основные методы и приемы:

- беседа;
- ролевая игра;
- упражнения по межличностной коммуникации;
- дыхательные и двигательные упражнения;
- методы самовыражения (в рисунке, в создании образа).

Занятие № 1.

Цель: знакомство с курсом; принятие правил поведения в группе, развитие навыков правильного знакомства; создание предпосылок для возникновения и развития межличностных отношений.

Материалы: ватман, анкета «Вот я какой» по количеству участников, магнитофон, аудиозаписи.

Упражнение 1.

Разминка «Веселое приветствие».

Цель: разогреть группу, работа над сплочением.

Инструкция: Ведущий включает любую танцевальную музыку, и дети начинают ходить по комнате (можно прыгать, танцевать). После слов ведущего «раз, два, три, друга найди!» каждый ребенок должен найти себе пару и встать рядом. Ведущий командует: «Поздоровайтесь ушами, мизинцами, пятками, коленками...» Так в процессе игры дети узнают о существовании различных форм приветствий.

Каждый раз во время музыкальной паузы ребенок должен встать рядом с новым игроком. Игру можно закончить тогда, когда каждый поздоровается со всеми присутствующими.

Обратная связь: какие приветствия были наиболее интересны? Время: 10 минут.

Упражнение 2 «Правила работы»

Цель: Для того чтобы всем было комфортно работать в группе, необходимо принять правила.

Инструкция: ознакомление с правилами. Время: 5-7 минут.

Обратная связь: ответ на возникающие вопросы.

Упражнение 3. «Дождь»

Цель: разогреть участников, улучшить их эмоциональный фон.

Инструкция: Участники сидят в кругу и с открытыми глазами повторяют движения, которые показывает ведущий:

- шуршат, потирая ладони друг о друга;
- щелкают пальцами;
- негромко хлопают в ладоши;
- ударяют себя ладонями по бедрам, притопывают ногами.

После того как последовательность движений разучена, ведущий предупреждает, что сейчас все закроют глаза и начнут повторять звук, который он будет издавать. Сначала ведущий шуршит, потирая ладони. Тут же касается головы одного из детей. Этот ребенок начинает шуршать ладонями, а ведущий, двигаясь по кругу, прикасается ко всем детям по очереди, пока все не начнут шуршать ладонями и не послышится шум морозящего дождя, который постепенно набирает силу. (Для педагога это хорошая возможность погладить каждого ребенка по голове.) Игра продолжается: теперь ведущий щелкает пальцами, касаясь по очереди всех детей, передавая звук по кругу. Морозящий дождь превращается в сильный. Ведущий включает следующее движение: хлопки руками. Все слышат шум проливного дождя. Дождь перерастает в настоящий ливень, когда дети вслед за ведущим начинают ударять себя ладонями по бедрам, притопывать ногами. Потом ливень убывает в обратном порядке: шлепки по бедрам, хлопки ладонями, щелчки пальцами, потирание ладоней.

Время: 10-15 минут.

Обратная связь: ответ на возникшие вопросы.

Упражнение 4 «Интервью»

Цель: улучшить контакт с детьми, создает в группе атмосферу открытости и честности. Игра дает соответствующий эффект особенно в том случае, когда дети ведут себя неуверенно или беспокойно.

Инструкция: хочу предложить сыграть в игру, которая протекает следующим образом: вы получаете 10 минут на то, чтобы побольше узнать обо мне, то есть взять интервью. Каждый из вас может задать мне какой-нибудь вопрос. Например, «Вы замужем?».

Перечень вопросов

- Есть ли у вас дети?
- Как вы обходитесь со своими детьми?
- Получали вы когда-нибудь двойки?
- Проваливались ли вы когда-нибудь на экзамене?
- Чем вы гордитесь?
- Вы боитесь чего-нибудь? И т.д.

После того как педагог ответил на вопросы детей, он задает вопросы группе:

- Есть ли в вашей семье, кроме вас, другие дети?
- Вы старший или младший ребенок в семье?
- У кого из вас самое необычное увлечение?
- Есть ли в классе лидер? И т.д. Время: 15 минут.

Обратная связь: -.

Занятие 2

Цель: дать детям возможность осознать ценность и уникальность личности каждого подростка; развивать навыки самопознания и принятия самого себя.

Упражнение 1 «Колокол»

Цель: разминка

Инструкция: Поднимают поочередно правую и левую руки вверх, соединяя руки в центре круга в виде «колокола». Произносят «Бом!» и синхронно, с силой бросают руки вниз.

На вдохе поднимают руки, на выдохе произносят «Бом!» и бросают руки вниз. Ведущий задает ритм.

Время: 5-7 минут.

Обратная связь: -.

Упражнение 2 «Что я знаю о себе?»

Цель: Необходимость показать важность знаний о самом себе и позитивного самовосприятия.

Инструкция: Ведущий. Что, кроме нашей внешности, делает нас непохожими на других?

В форме групповой дискуссии обсуждаются различные сферы проявления «Я». Чем дети отличаются друг от друга? Что между ними общего?

Участникам дается представление о структурных компонентах личности:

«Я – физическое» (мое тело, возраст, пол, особенности внешности);

«Я – интеллектуальное» (мой ум, представления, интересы);

«Я – эмоциональное» (мои чувства, переживания);

«Я – социальное» (каждый человек играет одновременно много социальных ролей: в школе – ученик, дома – сын, дочь, внук, внучка; кроме того – коллекционер, спортсмен, участник театральной студии).

Время: 15-20 минут. Обратная связь: -.

Упражнение 3 «Кто я?»

Цель: осознать свою индивидуальность и уникальность.

Инструкция: участникам дается задание написать 10 определений, отвечающих на вопрос «Кто я?» и являющихся их характеристикой.

Каждый ответ должен начинаться так: «Я – ...»

Затем ребята должны посчитать, каких слов в характеристике больше: положительных или отрицательных. По желанию можно зачитать определения, обсудить их.

Время: 10 минут.

Обратная связь: каково соотношение позитивных и негативных представлений о себе? Какие определения вы поставили на первое место? Почему так значимы для вас именно эти проявления?

Упражнение 4 «Рефлексия» Цель: завершение занятия.

Инструкция: Участники по кругу характеризуют настроение, обмениваются мнениями и чувствами о проведенном занятии (понравилось

– не понравилось, что показалось самым важным и полезным, что чувствовали, какие мысли приходили в голову и т.д.).

Время: 5-10 минут.

Занятие 3 «Я в мире людей»

Цель: развивать коммуникативные навыки, вырабатывать доброжелательное отношение друг к другу.

Упражнение 1 «Клубочек»

Цель: разминка.

Инструкция: Дети по очереди обращаются друг к другу со словами: «Я рад, что ты, Оля, рядом со мной». Первый играющий наматывает на палец конец нити от клубка и отдает клубок тому, к кому обращается. Участник, который получает клубок, обматывает нитку вокруг пальца, обращается к соседу и отдает ему клубок. Когда все будут соединены одной нитью, поднимают руки вверх, затем опускают их на колени. Очень важно все делать одновременно, чтобы не разрушить общий круг. Затем клубок сматывается в обратном направлении. При этом каждый ребенок наматывает свою часть нити на клубок, обращаясь к другому соседу с теми же словами.

Время: 5-7 минут.

Обратная связь: легко ли было говорить приятные вещи другим детям? Кто-либо тебе сегодня уже говорил что-нибудь приятное? Как ты себя сейчас чувствуешь?

Упражнение 2 «Доброе животное»

Цель: сплочение группы, формирование единства.

Инструкция: Ведущий предлагает представить, что вся группа превратилась в одно большое доброе животное. Все слушают, как оно дышит. Предлагается всем вместе подышать: вдох – все делают шаг вперед. Выдох – шаг назад. Животное дышит ровно и спокойно. Затем предлагается послушать, как бьется его большое сердце. Стук – шаг вперед. Стук – шаг назад. Очень важно все делать одновременно.

Время: 10 минут.

Обратная связь: все ли дети придерживались обозначенных правил?

Понравилось ли тебе «животное», частью которого ты был? Что-нибудь удивило тебя в этой игре?

Упражнение 3 «Солнце и ветер» Цель: анализ притчи.

Инструкция: Пospорили солнце и ветер, кто из них сильнее. По степи ехал путник, и ветер сказал: «Кто сумеет снять с этого путника плащ, тот и будет признан самым сильным из нас». Стал ветер дуть, очень старался, но добился лишь того, что путник сильнее закутался в свой плащ. Тогда выглянуло солнышко и согрело путника своими лучами. И путник сам снял свой плащ.

Время: 20 минут.

Обратная связь: о чем эта притча? Какой вывод можно сделать?

Упражнение 4 «Рефлексия» Цель: завершение занятия.

Инструкция: Участники по кругу характеризуют настроение, обмениваются мнениями и чувствами о проведенном занятии (понравилось

– не понравилось, что показалось самым важным и полезным, что чувствовали, какие мысли приходили в голову и т.д.).

Время: 5-7 минут.

Занятие 4 «Поведение и культура»

Цель: стимулировать поведенческие изменения, обучать индивидуализированным приемам межличностного общения.

Упражнение 1. «Приветствие»

Цель: разминка.

Инструкция: Все участники встают в два круга (внутренний и внешний) лицом друг к другу. Задание: поприветствовать друг друга глазами, головой, руками, словами.

Время: 5-7 минут. Обратная связь: -.

Упражнение 2 «Массаж по кругу» Цель: разминка, формирование доверительных отношений.

Инструкция: Все участники стоят друг за другом, ладони лежат на плечах стоящего впереди. Каждый ребенок начинает осторожно массировать плечи и спину впереди стоящего. Через две минуты все поворачиваются на

180 градусов и массируют плечи и спину партнеру, стоящему с другой стороны.

Время: 7-10 минут. Обратная связь: -.

Упражнение 3 «Ворвись в круг» Цель: снятие напряжения, ощущение собственной силы.

Инструкция: Ведущий. Встаньте в один большой круг, возьмитесь за руки. Один ребенок должен остаться за кругом и попытаться прорваться в него. Как только ему это

удастся, следующий должен выйти за круг и попытаться ворваться в него. Пожалуйста, будьте осторожны, чтобы никому не причинить боли.

Дайте возможность как можно большему числу детей проникнуть в круг. Если ребенок оказывается не в состоянии сделать это, проследите, пожалуйста, чтобы он находился вне круга не более одной минуты. Дети должны впустить этого ребенка в круг, а кто-то другой выходит из него и продолжает игру.

Время: 10 минут.

Обратная связь: Анализ упражнения. что вы делали для того, чтобы проникнуть в круг? Что вы чувствовали, когда были частью круга? Что вы почувствовали, когда проникли в круг?

Упражнение 4. «Подарок»

Цель: эмоциональное расслабление, развитие фантазии, эмпатии. Инструкция: Ведущий. Сейчас мы будем дарить друг другу подарки.

Средствами пантомимы каждый изображает какой-либо предмет и дарит его соседу справа (это может быть цветок, мороженое, мяч и др.). За подарок необходимо поблагодарить.

Время: 10-15 минут.

Обратная связь: о чем нужно подумать и что сделать, чтобы подарить подарок? Что проще: подумать, как действовать, или выполнить действие?

Упражнение 5. «Рефлексия» Цель: завершение занятия.

Инструкция: Участники по кругу характеризуют настроение, обмениваются мнениями и чувствами о проведенном занятии (понравилось

– не понравилось, что показалось самым важным и полезным, что чувствовали, какие мысли приходили в голову и т.д.).

Время: 5-7 минут.

Занятие 5. «Общение в моей жизни»

Цель: дать первоначальное представление о значении общения в жизни человека.

Упражнение 1. Приветствие Цель: начать тренинговый день.

Инструкция: Ведущий предлагает детям поздороваться с каждым из группы за руку и при этом сказать: «Привет! Как дела?» Говорить нужно только эти слова. Освободить свою руку от приветствия можно лишь после того, как участник начинает здороваться другой рукой со следующим членом группы.

Время: 5-7 минут. Обратная связь: -.

Упражнение 2 «Дыхание» Цель: снятие напряжения.

Инструкция: Ведущий. Устройтесь удобно на стуле. Расслабьтесь и закройте глаза. По собственной команде постарайтесь отключить внимание от внешней ситуации и сосредоточьтесь на своем дыхании. При этом не стоит специально управлять дыханием, не нужно нарушать его естественный ритм.

Время: 5-7 минут. Обратная связь: -.

Упражнение 3. «Пустой стул»

Цель: развитие общения, развитие понимания невербального общения.

Инструкция: Для проведения упражнения необходимо нечетное количество участников. Предварительно все рассчитываются на первый- второй. Все вторые номера сидят на стульях, первые стоят за спинками стульев, оставшийся без пары участник группы стоит за спинкой свободного стула. Его задача – пригласить кого-нибудь из сидящих на свой стул. При этом он может пользоваться только невербальными средствами, говорить ничего не надо. Сидящие на стульях очень хотят попасть на свободный стул. Задача тех, кто стоит за спинками стульев, удержать своих подопечных. Для этого надо взять их за плечи в тот момент, когда они соберутся пересесть. Ведущий следит за тем, чтобы руки не держались все время над подопечными. Через некоторое время участники меняются местами. При этом один из стоящих остается стоять за стулом.

Время: 15-20 минут.

Обратная связь: каким образом вы приглашали кого-либо на свой стул? Как понимали, что вас пригласили на стул? Что больше понравилось: стоять за стулом или сидеть на стуле?

Упражнение 4. «Рефлексия» Цель: завершение занятия.

Инструкция: Участники по кругу характеризуют настроение, обмениваются мнениями и чувствами о проведенном занятии (понравилось

– не понравилось, что показалось самым важным и полезным, что чувствовали, какие мысли приходили в голову и т.д.).

Время: 5-7 минут.

Занятие 6. «Общение и уважение»

Цель: формировать навыки эффективного повседневного общения, вырабатывать доброжелательное отношение друг к другу.

Упражнение 1. «Приветствие» Цель: начать тренинговый день.

Инструкция: Все участники встают в два круга лицом друг к другу. Им предлагается задание поприветствовать друг друга глазами, головой, руками, словами.

Время: 10 минут. Обратная связь:

Упражнение 2 «Я рад общаться с тобой» Цель: разминка.

Инструкция: Ведущий предлагает одному из участников протянуть руку кому-нибудь из ребят со словами: «Я рад общаться с тобой». Тот, кому протянули руку, берет за нее и протягивает свободную руку другому, произнося эти же слова. Так постепенно, по цепочке, все берутся за руки, образуя круг.

Время: 10 минут. Обратная связь: -.

Упражнение 3. «Расшифруй слово» Цель: работа по теме занятия.

Инструкция: Ведущий. Представьте себе, что слово «общение» требует расшифровки, но необычной. Необходимо каждую букву, входящую в слово, использовать для того, чтобы дать характеристику понятия «общение». Например:

О – объединение, открытость; Б – близость, безопасность; Щ – щедрость;

Е – единомыслие; Н – необходимость;

И – искренность, истина; Е – единение.

Участники выполняют работу самостоятельно, объединившись в небольшие группы.

Время: 15-20 минут.

Обратная связь: обсуждают результаты исследования и объясняют свой выбор.

Упражнение 4. «Рефлексия» Цель: завершение занятия.

Инструкция: Участники по кругу характеризуют настроение, обмениваются мнениями и чувствами о проведенном занятии (понравилось

– не понравилось, что показалось самым важным и полезным, что чувствовали, какие мысли приходили в голову и т.д.).

Время: 5-7 минут.

Занятие 7. «Конфликт – неизбежность или...»

Цель: обучать детей поиску альтернативных вариантов поведения в конфликте.

Упражнение 1. «Приветствие» Цель: начать тренинговый день.

Инструкция: Участникам предлагается образовать круг и разделиться на три равные части: «европейцев», «японцев», «африканцев». Каждый из участников идет по кругу и здоровается со всеми «своим» способом:

«европейцы» пожимают руку, «японцы» кланяются, «африканцы» трутся носами.

Упражнение проходит весело и эмоционально, заряжает группу энергией.

Время: 5-7 минут. Обратная связь: -.

Упражнение 2 «Рубка дров» Цель: дыхательная гимнастика.

Инструкция: Ведущий. Представьте, что вам необходимо нарубить дрова.

Возьмите в руки воображаемый топор, примите удобную позу. Топор заносите высоко над головой, резко опускаете на воображаемое бревно. Рубите дрова, не жалея сил. Вместе с выдохом полезно издавать какие-то звуки, например: «ха!»

Время: 7-10 минут. Обратная связь: -.

Упражнение 3. «Толкни без слов»

Цель: работа по анализу ощущений, возникающих в конфликтах.

Инструкция: Участники свободно двигаются по комнате, касаются друг друга, толкаются, постукивают, щипаются, но никто не разговаривает. Затем делятся своими впечатлениями от игры и сообщают, трудно ли было все это проделывать молча.

Время: 7-10 минут.

Обратная связь: было ли ощущение напряжения и раздражения? Мог ли между некоторыми из играющих вспыхнуть конфликт? Что помогло избежать конфликта?

Упражнение 4. «Ситуация» Цель: обучение поведению в конфликтных ситуациях.

Инструкция: Школьникам предлагается разыграть ситуацию «В классе».

Ведущий формулирует ситуацию: «Представьте, что один из вас входит в класс после болезни, а его парта занята новым учеником. Он начинает выяснять отношения с приказа: «Сейчас же освободи мою парту!»

Затем обсуждается поведение и реакция обоих партнеров: Можно ли было не доводить ситуацию до конфликта?

Сцена разыгрывается еще несколько раз в разных вариантах.

Отношения выясняются:

- с угрозой, указаниями, поучениями (надо было сначала убедиться, что эта парта свободна, а только потом ее занимать);
- с критикой (если бы ты был умным, то знал бы, что нельзя занимать чужую парту);
- с обобщениями (ты такой же бестолковый, как все новенькие);
- с безразличием к новенькому (он недостоин моего внимания).

Обсуждаются все варианты: дети развивают ситуацию, показывают ее последствия, отмечается тот ученик, который смог достойно выйти из конфликтной ситуации.

Время: 15 минут.

Обратная связь: какова цель разрешения любого конфликта? Можно ли превратить конфликт из ссоры в конструктивный диалог?

Упражнение 5. «Рефлексия» Цель: завершение занятия.

Инструкция: Участники по кругу характеризуют настроение, обмениваются мнениями и чувствами о проведенном занятии (понравилось

– не понравилось, что показалось самым важным и полезным, что чувствовали, какие мысли приходили в голову и т.д.).

Время: 5-7 минут.

Занятие 8. «На пути к гармонии...»

Цель: закрепить полученные знания.

Упражнение 1. «Приветствие» Цель: начать тренинговый день.

Инструкция: Все участники группы берутся за руки и здороваются, называя соседей по имени.

Время: 5-7 минут. Обратная связь: -.

Упражнение 2 «Спасибо, что ты рядом»

Цель: формирование сплоченности, доброжелательных отношений.

Инструкция: Все участники стоят в кругу. Один из них встает в центр круга, другой подходит к нему, пожимает руку и говорит: «Спасибо, что ты рядом!» Они держатся за руки, а каждый следующий участник подходит и со словами: «Спасибо, что ты рядом!» – берет за руку одного из стоящих в центре. Когда все играющие окажутся в центре круга, ведущий присоединяется к детям со словами: «Спасибо, что все вы рядом!»

Время: 7-10 минут. Обратная связь: -.

Упражнение 3. «Закончи предложение» Цель: анализ своего внутреннего состояния.

Инструкция: Участникам предлагается написать (или проговорить) окончание предложений:

- Я очень хочу, чтобы в моей жизни было...
 - Я пойму, что счастлив, когда...
 - Чтобы быть счастливым сегодня, я (делаю)...
- Время: 5-7 минут.

Обратная связь: -.

Упражнение 4. «Коммуникация» Цель: анализ своих реакций.

Инструкция: Ведущий по порядку произносит 10 предложений, описывающих реакции человека на некоторые ситуации. Каждое из предложений участники должны оценить как верное или неверное по отношению к себе, записав на листке порядковый номер предложения. Если утверждение кажется верным, то оценивается цифрой «1», если неверным, проставляется «0».

Список предложений:

1. Мне не кажется трудным искусство подражать повадкам других людей.
2. Я, пожалуй, мог бы свалить дурака, чтобы привлечь внимание окружающих или позабавить их.
3. Из меня мог бы выйти неплохой актер.
4. Другим людям иногда кажется, что я переживаю что-то более глубоко, чем есть на самом деле.
5. В компании я часто оказываюсь в центре внимания.
6. В разных ситуациях и в общении с разными людьми я часто веду себя совершенно по-разному.
7. Я могу отстаивать не только то, в чем я искренне убежден.
8. Чтобы преуспеть в делах и в отношениях с людьми, я стараюсь быть таким, каким меня ожидают видеть.
9. Я могу быть дружелюбным с людьми, которых я не выношу.
10. Я не всегда такой, каким кажусь. Время: 15-20 минут.

Обратная связь: После выполнения задания участники подсчитывают сумму проставленных баллов (от 0 до 10). Этот результат в определенной степени характеризует компетентность в области общения. Чем он выше, тем лучше человек умеет общаться. Можно сравнить полученные показатели и определить самого искусного коммуникатора.

Происходит обсуждение.

Упражнение 5. «Завершение» Цель: закончить тренинг.

Инструкция: Ведущий благодарит всех за участие в занятиях, зажигает свечу. Участники по очереди берут ее в руки и говорят о своих впечатлениях от занятий, высказывают добрые пожелания друг другу

Время: 5-10 минут.

Таким образом, на основе полученных результатов проведенного констатирующего эксперимента нами была разработана и проведена программа психолого-педагогического развития коммуникативных навыков старших школьников в соответствии со здоровьесберегающими технологиями, особенностями развития. В программе был использован комплекс упражнений и приемов, направленный на развитие уровня коммуникативных навыков, на общее повышение эмоционального состояния, повышение качества межличностных отношений.

Результаты опытно-экспериментальное исследование коммуникативных способностей
у детей подросткового возраста

Таблица 4

Результаты методики «Коммуникативные и организаторские склонности»
В.В. Синявский, В.А. Федорошин (КОС) после реализации программы развития
коммуникативных способностей у детей подросткового возраста

Код испытуемых	Баллы	Уровень развития коммуникативных и организаторских склонностей
1.	70	Очень высокий
2.	35	Средний
3.	35	Средний
4.	35	Средний
5.	35	Средний
6.	60	Средний
7.	46	Средний
8.	45	Средний
9.	33	Ниже среднего
10.	56	Средний
11.	18	Низкий
12.	22	Ниже среднего
13.	50	Средний
14.	30	Ниже среднего
15.	60	Высокий
16.	69	Высокий
17.	40	Средний
18.	22	Средний
19.	40	Средний
20.	20	Низкий

Низкий уровень - 2 (10 %) чел. Ниже среднего уровня - 3 (15 %) чел. Средний уровень - 12 (60%) чел. Высокий уровень – 2 (10%) чел. Очень высокий – 1 (5%) чел.

Результаты методики «Шкала эмоционального отклика» (А. Меграбян и Н. Эпштейн)
после реализации программы развития коммуникативных способностей у детей
подросткового возраста

Код испытуемых	Баллы	Уровень развития эмоционального отклика
1.	16	Низкий
2.	55	Средний
3.	58	Средний
4.	45	Средний
5.	28	Низкий
6.	56	Средний
7.	87	Высокий
8.	55	Средний
9.	12	Низкий
10.	60	Средний
11.	57	Средний
12.	57	Средний
13.	85	Средний
14.	87	Высокий
15.	50	Средний
16.	60	Средний
17.	86	Высокий
18.	50	Средний
19.	56	Средний
20.	83	Высокий

Низкий уровень – 3 (15%) чел. Средний уровень -13 (65%) чел. Высокий уровень – 4 (20%)чел.

Таблица 6

Результаты теста оценки коммуникативных умений А.А. Карелина на констатирующем этапе эксперимента

Код испытуемого	Баллы в %	Уровень развития коммуникативных и организаторских склонностей
1.	39	Средний
2.	45	Средний
3.	10	Высокий
4.	77	Низкий
5.	30	Средний
6.	32	Средний
7.	34	Средний

8.	10	Высокий
9.	5	Низкий
10.	45	Средний
11.	50	Ниже среднего
12.	40	Средний
13.	6	Высокий
14.	22	Средний
15.	20	Средний
16.	31	Средний
17.	17	Ниже среднего
18.	9	Высокий
19.	45	Ниже среднего
20.	23	Средний

Высокий уровень – 3 (15%) чел. Средний уровень – 12(60%) чел. Ниже среднего – 3 (15%) чел. Низкий уровень – 2 (10%) чел.

Таблица 7

Расчет Т-критерия Вилкоксона по методике «Коммуникативные и организаторские склонности» В.В. Сиявский, В.А. Федорошин (КОС)

До измерения, tдо	После измерения, tпосле	Разность (tдо-tпосле)	Абсолютное значение разности	Ранговый номер разности
20	25	5	5	5
35	39	4	4	2.5
70	80	10	10	15.5
27	38	11	11	17
60	65	5	5	5
40	47	7	7	9.5
40	48	8	8	12.5
33	38	5	5	5
56	60	4	4	2.5
18	25	7	7	9.5
22	32	10	10	15.5
50	58	8	8	12.5
30	38	8	8	12.5
60	68	8	8	12.5
69	70	1	1	1
30	36	6	6	7.5
22	50	28	28	19
40	46	6	6	7.5
35	20	-15	15	18
Сумма				190

Сумма по столбцу рангов равна $\Sigma=190$

Проверка правильности составления матрицы на основе исчисления контрольной

суммы:

$$\sum x_{ij} = \frac{(1+n)n}{2} = \frac{(1+19)19}{2} = 190$$

Сумма по столбцу и контрольная сумма равны между собой, значит, ранжирование проведено правильно.

Теперь отметим те сдвиги, которые являются нетипичными, в данном случае – отрицательными. В Таблице эти сдвиги и соответствующие им ранги выделены цветом.

Сумма рангов этих «редких» сдвигов составляет эмпирическое значение критерия Т:

$$T = \sum R_i = 18 = 18$$

По таблице Приложения находим критические значения для Т-критерия Вилкоксона для $n=19$:

$$T_{кр} = 37 \quad (p \leq 0.01)$$

$$T_{кр} = 53 \quad (p \leq 0.05)$$

Зона значимости в данном случае простирается влево, действительно, если бы «редких», в данном случае отрицательных, сдвигов не было совсем, то и сумма их рангов равнялась бы нулю.

В данном же случае эмпирическое значение Т попадает в зону значимости:

$$T_{эмп} < T_{кр}(0,01).$$

Таблица 8

Расчет Т-критерия Вилкоксона по методике «Шкала эмоционального отклика»

(А. Меграбян и Н. Эпштейн)

До измерения, $t_{до}$	После измерения, $t_{после}$	Разность ($t_{до} - t_{после}$)	Абсолютное значение разности	Ранговый номер разности
12	16	4	4	6.5
51	55	4	4	6.5
20	58	38	38	17
36	45	9	9	10
27	28	1	1	2
50	56	6	6	8.5
44	55	11	11	11
82	60	-22	22	13
20	57	37	37	16
82	85	3	3	4.5
84	87	3	3	4.5
25	50	25	25	14
45	60	15	15	12
85	86	1	1	2
20	50	30	30	15

50	56	6	6	8.5
82	83	1	1	2
Сумма				153

Сумма по столбцу рангов равна $\Sigma=153$

Проверка правильности составления матрицы на основе исчисления контрольной суммы:

$$\sum x_{ij} = \frac{(1+n)n}{2} = \frac{(1+17)17}{2} = 153$$

Сумма по столбцу и контрольная сумма равны между собой, значит, ранжирование проведено правильно.

Теперь отметим те направления, которые являются нетипичными, в данном случае – отрицательными. В Таблице эти направления и соответствующие им ранги выделены цветом. Сумма рангов этих «редких» направлений составляет эмпирическое значение критерия T:

$$T = \sum R_i = 13 = 13$$

По таблице Приложения находим критические значения для T-критерия Вилкоксона для n=17:

$$T_{кр} = 27 \quad (p \leq 0.01)$$

$$T_{кр} = 41 \quad (p \leq 0.05)$$

Зона значимости в данном случае простирается влево, действительно, если бы "редких", в данном случае положительных, направлений не было совсем, то и сумма их рангов равнялась бы нулю.

В данном же случае эмпирическое значение T попадает в зону значимости:

$$T_{эмп} < T_{кр}(0,01).$$

Таблица 11

Расчет T-критерия Вилкоксона по тесту оценки коммуникативных умений

А.А. Карелина

До измерения, tдо	После измерения, tпосле	Разность (tдо-tпосле)	Абсолютное значение разности	Ранговый номер разности
41	39	-2	2	5
55	45	-10	10	10.5
7	10	3	3	7
70	77	7	7	8
40	30	-10	10	10.5
60	32	-28	28	17

8	34	26	26	15
8	10	2	2	5
67	5	-62	62	20
44	45	1	1	2
59	50	-9	9	9
67	40	-27	27	16
7	6	-1	1	2
40	22	-18	18	13
66	20	-46	46	19
33	31	-2	2	5
56	17	-39	39	18
10	9	-1	1	2
56	45	-11	11	12
45	23	-22	22	14
Сумма				210

Сумма по столбцу рангов равна $\Sigma=210$

Проверка правильности составления матрицы на основе исчисления контрольной суммы:

$$\sum x_{ij} = \frac{(1+n)n}{2} = \frac{(1+20)20}{2} = 210$$

Сумма по столбцу и контрольная сумма равны между собой, значит, ранжирование проведено правильно.

Теперь отметим те направления, которые являются нетипичными, в данном случае – положительными. В Таблице эти направления и соответствующие им ранги выделены цветом. Сумма рангов этих «редких» направлений составляет эмпирическое значение критерия T:

$$T = \sum R_i = 7 + 8 + 15 + 5 + 2 = 37$$

По таблице Приложения находим критические значения для T-критерия Вилкоксона для n=20:

$$T_{кр} = 43 \quad (p \leq 0.01)$$

$$T_{кр} = 60 \quad (p \leq 0.05)$$

Зона значимости в данном случае простирается влево, действительно, если бы "редких", в данном случае отрицательных, направлений не было совсем, то и сумма их рангов равнялась бы нулю.

В данном же случае эмпирическое значение T попадает в зону значимости:

$$T_{эмп} < T_{кр}(0,01).$$