

МИНОБРНАУКИ РОССИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
**«САРАТОВСКИЙ НАЦИОНАЛЬНЫЙ ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКИЙ
ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ
ИМЕНИ Н.Г. ЧЕРНЫШЕВСКОГО»**

Кафедра консультативной психологии

Социально-психологический тренинг, как условие развития навыков
контактного взаимодействия в подростковом возрасте

АВТОРЕФЕРАТ МАГИСТЕРСКОЙ РАБОТЫ

Студентки 3 курса 301 группы
направления 37.04.01 «Психология»

факультет психологии
Пчелинцевой Светланы Викторовны

Научный руководитель
профессор., д. псих.н

подпись, дата

Т.В. Белых

Зав. кафедрой
профессор., д.псих.н

подпись, дата

Т.В. Белых

Саратов, 2022

ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОТЫ.

Актуальность исследования. Актуальность настоящего исследования определяется возрастающей потребностью в развитии коммуникативных навыков подростков в современных условиях.

Дистанционные форматы обучения, цифровые средства связи и компьютерный досуг существенно снизили возможности контактного общения. Родители, педагоги, школьные психологи обращают внимание на потерю у подростков интереса к межличностной коммуникации, возникновение страха перед социальным взаимодействием, замкнутости, уход в виртуальный мир. Все вышеприведенные факторы ставят перед специалистами важные задачи, решение которых лежит, на наш взгляд, в развитии коммуникативных навыков подростков.

В частности, мы предлагаем разработку программы социально-психологического тренинга для того, чтобы в тренинговых условиях подростки смогли отработать навыки коммуникативного межличностного общения. Результатом приобретенных навыков может стать снижение социальной тревожности, научение практическим приемам успешной коммуникации, получение положительного опыта эмоционального реагирования.

Степень научной разработанности проблемы.

Исследованию особенностей подросткового возраста были посвящены труды отечественных и зарубежных ученых Л.С. Выготского, В.С. Мухиной, Л.Ф. Обуховой, Жана Пиаже Д.Б. Эльконина.

Вопросам развития коммуникативных навыков уделяли внимание Ю.Н. Емельянов, Ю.М. Жуков, И.А. Зимняя, А.А. Леонтьев Л.А. Петровская.

В настоящее время повышается интерес к исследованию проблемы влияния интернет пространства на психику человека, рассматриваются вопросы дистанционного общения в он-лайн формате, его воздействия на коммуникативную культуру. Исследованием психологических особенностей

интернет коммуникации занимаются такие ученые как О.Н. Арестова, А.Е. Войскунский.

Цель исследования – выявить эффективность социально-психологического тренинга, как условия развития навыков коммуникации подростков. Достижение данной цели предполагает решение следующих исследовательских задач.

Задачи исследования

Выделены следующие задачи, которые ставятся в предлагаемой научной работе:

Изучить теоретические характеристики особенностей подросткового возраста.

Определить влияние дистанционных форм общения на развитие коммуникативной компетенции подростка.

Выявить уровень навыков контактного взаимодействия, стили межличностного взаимоотношения, способов реагирования в ситуации фрустрации.

Разработать и провести социально-психологический тренинг, направленный на развитие навыков контактного взаимодействия у подростков.

Объект исследования: процесс межличностного контактного взаимодействия подростков.

Предмет исследования: условия социально-психологического тренинга, способствующие развитию навыков контактного взаимодействия у подростков.

Гипотеза. Специально организованный социально-психологический тренинг позволяет развивать навык контактного взаимодействия и оптимизировать процесс межличностного общения в подростковом возрасте.

Теоретико-методологической основой исследования выступили положения культурно-исторической теории развития Л.С. Выготского, деятельностного подхода в работах отечественных ученых (А.Н. Леонтьева,

Д.Б. Эльконина, А.В. Запорожец, В.В. Давыдова). Модель исследования опирается на принцип детерминизма и развития.

Методики исследования: диагностические и развивающие. Тест Лири (опросник для диагностики межличностных отношений), тест коммуникативных умений Михельсона, проективные методики для подростков на определение навыков коммуникабельности.

Методы исследования: теоретический анализ литературы, методы психодиагностического тестирования, проведение социально-психологического тренинга, методы статистического анализа эмпирических данных.

Организация и база исследования: исследование коммуникативных навыков у подростков и проведение социально-психологического тренинга прошло на базе воскресной школы православного храма г. Аткарска. Общее число участников составило 8 человек.

Научная новизна работы. Дистанционные формы общения снизили для подростков возможность реального контактного общения, что в свою очередь вызвало необходимость в разработке социально-психологического тренинга, направленного на развитие коммуникативных навыков, умений и способностей.

Теоретическая значимость исследования заключается в анализе коммуникативной компетенции детей подросткового возраста в условиях развития дистанционных форм общения.

Практическая значимость исследования. Предлагаемая к исследованию работа ставит перед собой актуальную практическую задачу по разработке и внедрению социально-психологического тренинга, направленного на развитие коммуникативных навыков детей подросткового возраста в условиях развития информационного общества.

Положения, выносимые на защиту:

1. Дистанционные форматы обучения, цифровые средства связи и компьютерный досуг существенно снизили возможности контактного

общения современного поколения подростков.

2. Существует высокая потребность в развитии коммуникативных способностей у детей подросткового возраста.

3. Социально-психологический тренинг создает специальные условия для развития коммуникативных навыков.

Структура диссертации. Диссертационная работа состоит из введения, двух глав, выводов, заключения, библиографического списка литературы из 57 наименований, 3 приложений. Основной текст работы иллюстрирован 40 таблицами, 8 рисунками. Общий объем диссертации 172 страниц.

ОСНОВНОЕ СОДЕРЖАНИЕ РАБОТЫ

Во **введении** обоснована актуальность исследуемой проблемы; определены объект, предмет, цель, задачи и методы исследования; раскрыты методологические и теоретические предпосылки исследования; сформулированы гипотезы и основные положения, выносимые на защиту; обоснована теоретическая, практическая значимость и научная новизна работы.

В первой главе представлен теоретический анализ исследования проблемы навыков контактного взаимодействия у подростков в информационном обществе.

В первом параграфе нами были проанализированы психологические особенности подросткового возраста и основные новообразования подросткового периода.

Формирование новообразований происходит на фоне противоречий физиологического и психического развития подростка, на фоне его духовного становления. В данный возрастной период происходит значительное расширение объема деятельности ребенка, меняется его характер. Центральным новообразованием подросткового возраста является чувство взрослости.

В 11-12-летнем возрасте возникает интерес к вашему внутреннему миру, а затем происходит постепенное усложнение и углубление самопознания. Подросток открывает свой внутренний мир. Сложные переживания, связанные с новыми отношениями, их личностными чертами, действиями анализируются им предвзято. Подросток хочет понять, кто он на самом деле, и представляет, кем он хотел бы быть. После поисков себя, личностной нестабильности у него формируется «Я-концепция» – система внутренне согласованных представлений о себе, образов «Я».

Согласно заявлениям Л. С. Выготского, у подростка развивается нестабильность в структуре личности, которая порождает противоречивые желания и поступки: подростки стремятся быть равными во всем и стараются выделиться в группе, хотят заслужить уважение и щеголять недостатками, требуют верности и смены друзей. У подростка есть сильные потребности в независимости и общении со сверстниками.

Подростковая независимость выражается в стремлении к эмансипации взрослых, освобождению от их опеки, контролю и различным увлечениям. Увлечения - сильные, часто сменяющие друг друга - характерны для подросткового возраста. Как правило, увлечения носят необразовательный характер. Ведущим направлением деятельности в этот период является интимное и личное общение.

Эмоциональный фон в подростковом возрасте становится неровным, нестабильным. Физические и физиологические изменения, происходящие в подростковом возрасте вынуждают подростка приспосабливаться к данным явлениям. Повышается интерес подростков к своей внешности, благодаря бурному росту и перестройке организма. Формируется новый образ физического «Я», который сопровождается тяжёлыми эмоциональными реакциями на свою внешность.

Как отмечает Л.С. Выготский, «речь, являющаяся вначале средством связи, средством общения, средством организации коллективного поведения, позже становится основным средством мышления и всех высших

психических функций, основным средством построения личности. Единство речи как средства социального поведения и как средства индивидуального мышления не может быть случайным»¹.

Л. С. Выготский подчеркивал, что за всяким негативным симптомом кризиса скрывается позитивное содержание, состоящее обычно в переходе к новой и высшей форме.

Таким образом, подростковый возраст является сложным периодом и рассматривается как кризисный, привлекая многих выдающихся ученых, которые исследуют основные проблемы отрочества. Центральным новообразованием отрочества является чувство взрослости. Ведущей деятельностью – общение со сверстниками.

Во втором параграфе нами была рассмотрена проблема влияния дистанционных форм общения на развитие коммуникативной компетенции подростков.

В этой части теоретического исследования мы описали понятие общения в целом и дистанционное общение как одну из его форм.

Различают контактное и дистанционное общение. Понятие контактного общения заключается в нахождении собеседников рядом. При контактном общении важными компонентами являются жесты, мимика, интонация и ситуация в которой происходит общение.

К видам дистантного общения принадлежит общение, когда оппоненты разделены пространством, а также временем. При таком общении субъекты общения не контактируют друг с другом, но одновременно вступают в коммуникативные связи. Очевидно, первый из приведенных видов не может рассматриваться как то, что может возникать при дистанционной коммуникации, в отличие от второго.

¹ Выготский Л.С. Собрание сочинений в 6-ти т. Т. 4. Детская психология/ Под ред. Д. Б. Эльконина.— М.: Педагогика, 1984. – С. 223

Итак, полная коммуникация является проявлением исключительно опосредованного общения, ведь осуществляется на расстоянии, без непосредственного контакта. Обратимся к анализу дистантного общения.

Дистанционное (дистантное) общение подразумевает под собой отсутствие визуального контакта и является разновидностью опосредованного общения – это коммуникация, в которую вклиниваются промежуточные звенья в виде механизма, вещи.

Дистанционные формы общения – часть процесса информационного общества, который обрел свой устойчивый статус в коммуникативной среде.

Дистанционное общение как часть коммуникативной среды образовалось и продолжает развиваться в условиях образования интернет пространства и цифрового поля. Для подрастающего поколения дистанционная форма общения, как важная часть их жизни, приобрела естественную среду коммуникативной связи, в которой они легко ориентируются при обучении, культурно-личностном развитии, в приобретении социальных навыков.

Осуществление коммуникаций на расстоянии обеспечивает возможность мгновенной передачи информационного продукта на расстояние, несмотря на географические границы. Роль дистанционной коммуникации в жизни современного общества возрастает.

Общение в коммуникативной среде интернета имеет ряд особенностей, которые обладают, как преимуществами перед обычным общением, так и имеют некую ограниченность.

По мнению ученых, дистанционные формы общения, в отличие от традиционных форм межличностного общения, присущи некоторые особенности, не всегда осознаваемые самими пользователями. Так, социальные сети помогают увеличению коммуникативной открытости и толерантности. Для данной формы общения свойственно постоянство и высокая интенсивность контактов, сближение коммуникативных интересов партнеров, взаимная информационная продуктивность коммуникации,

большая активность пользователей и их высокая осведомленность в обсуждаемых вопросах, взаимное пересечение направленности мыслей.

Коммуникативная компетентность – это успешная коммуникативная деятельность, которая демонстрируется путем усвоенных средств и речевого общения, которое подкрепляется речевыми умениями и навыками.

Поэтому необходимо различать степень развития навыков непосредственной вербальной и невербальной коммуникации и навыков опосредованного виртуального общения. В этой связи встает вопрос о сбалансированности развития этих двух сторон коммуникативных качеств личности. Подростки мгновенно приняли, поняли и освоили Интернет-пространство, найдя в нем свободу при огромной информационной емкости и возможностях, а также удовлетворяя свою потребность в общении, которая для подростка является ведущей деятельностью. Однако информационная коммуникация не сможет заменить живое общение.

Поскольку по нашим наблюдениям имеются предположения, что чрезмерное использование дистанционных форм общения создают определенного рода вакуум в развитии реальной коммуникации и не восполняется потребность в живом межличностном общении. Такая тенденция на наш взгляд способна дезорганизовать приобретение коммуникативных навыков у подростков, обеднить их жизнь до уровня цифровой среды, лишив их в будущем коммуникативной компетенции.

По нашему мнению есть опасность в потере базовых навыков коммуникации. Всё чаще молодые люди не умеют выразить свои мысли в устной форме родного языка, слабее становится память, так как по каждому случаю для них «гугл в помощь». Теряются элементарные знания во многих областях знаний, так как подростки привыкают обращаться к виртуальным помощникам.

Еще одной проблемой в области отсутствия коммуникативных навыков может быть утрата способностей выражать свои чувства вербальным

способом. Контактное общение всё больше приобретает формы дистанционных средств связи.

Обучение этим навыкам через социально-психологический тренинг на наш взгляд поможет подросткам приобрести качественные знания о роли и значении коммуникации в их жизни, позволят узнать себя и собеседника.

Коммуникативная компетентность подростков – это опыт общения между подростками, который развивается, осознается ими и формируется при непосредственном взаимодействии.

В процессе приобретения такого опыта человек заимствует средства анализа коммуникативных ситуаций в виде словесных и визуальных форм.

В третьем параграфе дается анализ характеристик компетентного межличностного взаимодействия, обеспечивающие психологическое развитие подростка.

Общение как важный психологический механизм является незаменимым элементом по значимости в общей структуре формирования и развития личности. Развитие речи в онтогенезе рассматривается как отражение мыслительных процессов.

Межличностный вид общения лучше раскрывает общение между несколькими лицами и является полной коммуникацией.

Под компетентностью в общении понимается способность устанавливать и поддерживать необходимые контакты с другими людьми. Это умение успешно, уверенно, но при этом не агрессивно взаимодействовать с людьми, достигая при этом поставленных целей и получая желаемый результат.

Так, ведущей деятельностью подросткового периода становится общение. Как указывают И.А. Кулагина, В.Н. Колюцкий «общение со сверстниками у подростков столь же эмоционально, что и увлечения.

Общение пронизывает всю жизнь подростков, накладывая отпечаток и на учение, и на не учебные занятия, и на отношения с родителями»².

У детей подросткового возраста очень ярко проявляется, с одной стороны, стремление к общению и совместной деятельности со сверстниками, тяга к товариществу; с другой – не менее сильное желание быть принятым, признанным, уважаемым товарищами. Это становится важнейшей потребностью.

Большое значение общения с близким другом для развития личности подростка определяется тем, что это общение является практикой в овладении нормами определенного типа отношений – личными, которые свойственны взрослым.

Таким образом, в подростковом возрасте общение с товарищами оказывает огромное, часто решающее влияние на формирование личности подростка. Друзья становятся образцами для него, ребята активно воздействуют друг на друга, воспитывают друг друга. Овладение нормами дружбы составляет важнейшее приобретение личности подростка.

Один из основных факторов формирования дружеского сближения подростков является сходство интересов. Очень часто симпатия к другу, желание общаться с ним проистекают из интереса к его делам, в результате чего у подростка могут появиться новые познавательные интересы. Дружеские отношения у подростков активизируют их общение, которое занимает много времени.

Таким образом, на основе выполненного анализа можно утверждать, что непосредственное межличностное общение в подростковом возрасте является одной из ведущих потребностей подростка. Неудовлетворение этой потребности может привести к нарушениям в эмоционально–личностной сфере подростков.

² Кулагина И.А., Колоцкий В.Н. Возрастная психология: Полный жизненный цикл развития человека. Учебное пособие для студентов высших учебных заведений. — М.: ТЦ «Сфера», 2001. – С. 152

В рамках данного утверждения компетентность в общении трактуется как комплекс свойств, облегчающих или затрудняющих общение. На его основе формируются такие интегральные коммуникативные свойства, как психологическая контактность и коммуникативная совместимость.

Во второй главе приводятся результаты эмпирических исследований: исследование коммуникативных навыков у подростков, выявление эффективности социально-психологического тренинга.

Эмпирическое исследование было организовано в три этапа.

Первый этап – входное тестирование. Второй этап – проведение тренинга по развитию уровня коммуникативных навыков межличностного взаимодействия. Третий этап – выходное тестирование по окончании тренинга, выявляющее уровень развития коммуникативных навыков.

Тренинговая программа была разработана, в том числе с учетом низких показателей коммуникативных способностей, выявленных при входящем тестировании.

Для определения эффективности реализации программы использовались следующие диагностические методики: тест межличностных отношений Тимоти Лири, рисуночный тест «Дом. Дерево. Человек», тест коммуникативных умений Л. Михельсона.

Были выбраны именно эти методики, так как они, на наш взгляд могут определить уровень имеющейся коммуникативной компетенции у подростков.

Анализ проведенного исследования по развитию коммуникативных навыков и умений указывает на определенные сходные характеристики коммуникативных способностей и уровень развития сформированных компетенций подростков.

У всех подростков наблюдался низкий уровень способностей в реагировании на критику, провоцирующее поведение. Это объясняется феноменом "подросткового кризиса". Подростковый кризис характеризуется многими факторами, но один из ключевых из них это "чувство взрослости".

Отмечается общая для всех подростков характеристика в неумении просить и принимать помощь, спокойно отвечать на знаки внимания и поддержки. Подростки, стремящиеся к взрослой жизни, еще не обучены культуре принятия внимания, необходимой помощи, комплиментов, сочувствия.

Все эти жизненно необходимые коммуникативные характеристики, на наш взгляд, должны приобретаться в процессе воспитания, взросления и становления личности, как в семейной, так и образовательных системах.

Вместе с тем анализ результатов исследования коммуникативных навыков показал у всех испытуемых высокий уровень доброжелательного отношения, сочувствия и поддержки в контактном взаимодействии, что может указывать на стремление подростков к полноценному межличностному общению. Полученные данные диагностики уровня коммуникативной компетентности и качества сформированности основных коммуникативных умений свидетельствуют о преобладании у подростков компетентного стиля общения по сравнению с зависимым и агрессивным стилями.

По завершению социально-психологического тренинга по развитию уровня коммуникативных навыков межличностного взаимодействия были отмечены следующие результаты:

1. Подростки приобрели качественные знания о роли и значении коммуникации в их жизни.

2. Отмечено развитие коммуникативных умений в области межличностного контакта посредством овладения навыками активного слушания, вербального и невербального общения.

3. В процессе тренинговой работы подростки приобрели положительный опыт группового межличностного контактного взаимодействия.

4. Исходящее тестирование выявило снижение уровня зависимого и агрессивного способа общения, повышение компетентного.

5. Произошло расширение знаний о различиях в способах контактного и дистанционного общения.

6. Получение новых сведений о себе и о других людях способствовало формированию положительной «Я – концепции».

7. Групповая работа способствовала преодолению социальных страхов и тревог.

Общение, решение общих задач в малых подгруппах помогло участникам приобрести опыт совместной беседы, налаживание процесса коммуникации, отработки приемов активного слушания, а в целом – овладение навыками контактного взаимодействия.

Заключение. Нами были изучены исследования проблемы навыков контактного взаимодействия у подростков в информационном обществе. В частности были изучены теоретические характеристики особенностей подросткового возраста, влияние дистанционных форм общения на развитие коммуникативной компетенции подростка, характеристики компетентного межличностного взаимодействия, обеспечивающие психологическое развитие подростка. В результате эмпирического исследования было установлено, что, несмотря на высокий уровень вовлечения подростков в дистанционное общение, сохраняется потребность в контактном взаимодействии. Исследование выявило заинтересованность подростков в реальном межличностном общении.

Данные проведенного исследования обращают внимание на необходимость в развитии навыков коммуникации, разработке дополнительных программ по совершенствованию уровня коммуникации.

Информационная среда и дистанционные формы взаимодействия не заменят характер подлинного реального общения с его эмоциональной насыщенностью, вниманием, активными формами слушания. Основная деятельность подросткового возраста – общение, может быть успешно реализована в условиях создания среды для развития и овладения соответствующими коммуникативными навыками.

Таким образом, в результате проведенного тренинга были достигнуты поставленные задачи по выявлению условий для развития коммуникативных навыков. Результаты исходящего тестирования указывают на повышение общего уровня коммуникативных умений у подростков, овладение им навыками реального общения, снижение уровня социальной тревожности.

Гипотеза исследования подтвердилась.

Публикации по теме диссертации в научных изданиях.

1. Пчелинцева С.В. ВОЗМОЖНОСТИ РАЗВИТИЯ КОММУНИКАТИВНЫХ НАВЫКОВ ДЕТЕЙ ПОДРОСТКОВОГО ВОЗРАСТА В СЕМЕЙНОЙ И ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ СИСТЕМАХ. Педагогика и психология семьи: Сборник материалов П24 VI Международной научно-практической конференции (18 мая 2021 г. Саратов). – Саратов: Амирит, 2021.– С. 98–103.

2. Пчелинцева С.В. «Социально-психологический тренинг, как условие развития субъекта контактного взаимодействия в подростковом возрасте».

Глава 1. параграф 1.2.

Развитие интегральной индивидуальности в современных условиях: проблемы цифровизации образовательной среды и психологические условия личностного роста: коллективная монография под ред. Белых Т.В. – Саратов: Изд-во «Издательский Центр «Наука», 2021. – 184 с.

Список использованных источников

1. Выготский Л.С. Собрание сочинений в 6-ти т. Т. 4. Детская психология/ под ред. Д. Б. Эльконина.— М.: Педагогика, 1984. – 432 с.
2. Кулагина И.А., Колюцкий В.Н. Возрастная психология: Полный жизненный цикл развития человека. Учебное пособие для студентов высших учебных заведений. — М.: ТЦ «Сфера», 2001. – 464с.