

**Актуальность развития коммуникативных навыков посредством социально-психологического тренинга в юношеском возрасте**

**Климешов Сергей Александрович**

*Студент (специалист)*

Владимирский государственный университет имени Александра Григорьевича и

Николая Григорьевича Столетовых, Владимир, Россия

*E-mail: Serhio0592@gmail.com*

И.С. Кон главной особенностью общения в раннем юношеском возрасте считает его переориентацию со значимых взрослых на социально равных людей. При этом эффективность социального взаимодействия в этом возрасте непосредственно влияет на развитие социальной зрелости и самостоятельности юношей и девушек [2].

Кроме того, Сидоренко Е.В. отмечает, что коммуникативная компетентность стала одним из главных качеств высококлассного специалиста в любой области человеческой деятельности [3].

Таким образом, развитие коммуникативных навыков у юношей и девушек важно, как для решения задач возраста, так и для перспектив будущего профессионального развития, поэтому актуальна разработка соответствующего социально-психологического тренинга.

Согласно Емельянову Ю.Н. «коммуникативная компетентность есть ситуативная адаптивность и свободное владение вербальными и невербальными (речевыми и неречевыми) средствами поведения» [1].

По Сидоренко Е.В. составляющие коммуникативной компетентности следующие: коммуникативная способность, коммуникативные умения и коммуникативное знание, адекватные коммуникативным задачам и достаточные для их решения [3].

Коммуникативные умения выделяются в четыре группы:

1. Умение воспринимать коммуникативные сигналы: вербальные, невербальные, паралингвистические;
2. Умение производить коммуникативные сигналы: вербальные, невербальные, паралингвистические;
3. Умение воспринимать экспрессивные сигналы, которые партнер предпочел бы скрыть: вербальные, невербальные, паралингвистические;
4. Умение производить обманные коммуникативные сигналы: вербальные, невербальные, паралингвистические [3].

Для проведения тренинга нами выбран 10Б класс школы №15 г. Владимира. Перед началом развивающей работы с выбранной естественной группой было решено провести у них количественное и качественное исследование коммуникативных навыков с помощью следующих методик:

1. Тест на оценку степени коммуникативной компетентности Р.И. Мокшанцева;
2. Тест на оценку уровня умения слушать М. Беркли-Ален;
3. Проективная методика Bubbles М.В. Яремчук.

По результатам исследования получены следующие данные:

1. Коммуникативная компетентность развита в высокой (41-60 баллов из 60 возможных) степени у 5 человек (50% от исследуемой группы), на средней степени развития

(21-40 баллов из 60 возможных) находится также у 5 человек. При этом стоит отметить, что баллы у участников, которым присвоена высокая степень коммуникативной компетентности лишь незначительно превышают средний уровень (2-4 балла).

2. Умение слушать развито на посредственном уровне (77-87 баллов из 120 возможных) у 13 человек (77% от исследуемой группы), на нормальном уровне развития (88-98 баллов из 120 возможных) находится у 5 человек (33% от исследуемой группы).

3. Согласно методике Bubbles основными проблемами коммуникации в исследуемой группе являются сложности в установлении контакта с противоположным полом отмечаются у 5 человек (50% от исследуемой группы), трудности в выражении и регуляции эмоций отмечаются у 5 человек, бедность интимно-личностного общения отмечается у 5 человек.

Таким образом, в исследуемой группе есть достаточно направлений работы с коммуникативной компетентностью. Это подтверждают актуальность проведения социально-психологического тренинга коммуникативных навыков в 10Б классе школы №15 г. Владимира. На тренинг предполагается вынести следующие темы:

1. Установление контакта;
2. Активное слушание;
3. Калибровка эмоций;
4. Регуляция эмоционального напряжения;
5. Я-высказывание;
6. Аргументация.

#### **Источники и литература**

- 1) 1. Емельянов Ю.Н. Активное социально-психологическое обучение. Л.:ЛГУ, 1985.
- 2) 2. Кон И. С. Психология ранней юности. — М., 1989.
- 3) 3. Сидоренко Е.В. Тренинг коммуникативной компетентности в деловом взаимодействии. — СПб.: Речь, 2008.

#### **Слова благодарности**

Выражаю благодарность своему научному руководителю И.В. Плаксиной за помощь в подготовке и проведении тренинговой программы.