

МЕЛІТОПОЛЬСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ ПЕДАГОГІЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
ІМЕНІ БОГДАНА ХМЕЛЬНИЦЬКОГО
Факультет фізичної культури, спорту та психології
Кафедра психології

КВАЛІФІКАЦІЙНА РОБОТА

на здобуття ступеня вищої освіти «магістр»

на тему «**Психологічні засади розвитку комунікативних здібностей в
підлітковому віці**»

Виконала: здобувачка вищої освіти
групи пс241м
спеціальність 053 Психологія
ОП Психологія. Практична психологія
Борисенко Альона Вікторівна
Керівник: канд. психол. наук, доцент
Прокоф'єва Олеся Олексіївна
Рецензент: канд. психол. наук, доцент
Ніжинського державного університету
імені Миколи Гоголя
Кошова Інна Вікторівна

Запоріжжя – 2025 року

БОРИСЕНКО А.В.
ПСИХОЛОГІЧНІ ЗАСАДИ РОЗВИТКУ КОМУНІКАТИВНИХ
ЗДІБНОСТЕЙ В ПІДЛІТКОВОМУ ВІЦІ

АНОТАЦІЯ

У кваліфікаційній роботі здійснено комплексне теоретико-емпіричне дослідження психологічних засад розвитку комунікативних здібностей у підлітковому віці. Актуальність теми зумовлена тим, що саме в підлітковому віці інтенсивно формуються навички міжособистісної взаємодії, здатність до побудови стосунків, емоційна чутливість до партнера по спілкуванню та вміння регулювати власну поведінку в соціальних ситуаціях.

У роботі проаналізовано психологічну сутність комунікативної взаємодії, наукові підходи до розуміння комунікативних здібностей, а також особливості їх формування у підлітковому віці. Показано, що комунікативні здібності є складним інтегративним утворенням, яке охоплює емоційний, когнітивний, поведінковий та мотиваційний компоненти спілкування.

Емпіричне дослідження проведено на базі Запорізької ЗОШ №26. У роботі виявлено гендерні особливості розвитку комунікативних здібностей підлітків: дівчата більшою мірою орієнтовані на співробітництво та компроміс, демонструють вищу комунікативну емоційність і готовність до емпатійної взаємодії, тоді як хлопці частіше обирають суперництво або уникнення та мають більш виражені захисні стратегії агресії й дистанціювання.

На основі результатів дослідження обґрунтовано теоретико-методичні засади розвитку комунікативних здібностей підлітків і сформульовано практичні рекомендації щодо розвитку соціально-емоційних компетентностей, підвищення комунікабельності, формування навичок конструктивного розв'язання конфліктів та розвитку співпраці.

Ключові слова: комунікативні здібності, підлітковий вік, комунікативна взаємодія, емоційність, психологічний захист, конфліктна поведінка, соціально-емоційні компетентності.

BORYSENKO A.V.

**PSYCHOLOGICAL PRINCIPLES OF THE DEVELOPMENT OF
COMMUNICATION ABILITIES IN ADOLESCENCE**

ABSTRACT

The qualification paper presents a comprehensive theoretical and empirical study of the psychological foundations of the development of communicative abilities in adolescence. The relevance of the topic is determined by the fact that adolescence is the period when interpersonal interaction skills, the ability to build relationships, emotional sensitivity to communication partners, and self-regulation in social situations are intensively formed.

The paper analyzes the psychological essence of communicative interaction, scientific approaches to understanding communicative abilities, and the peculiarities of their formation in adolescence. It is shown that communicative abilities are a complex integrative formation encompassing emotional, cognitive, behavioral, and motivational components of communication.

The empirical study was conducted on the basis of Zaporizhzhia Secondary School No. 26. The research revealed gender differences in the development of adolescents' communicative abilities: girls are more oriented toward cooperation and compromise, demonstrate higher communicative emotionality and readiness for empathetic interaction, whereas boys more often choose rivalry or avoidance and show more pronounced defensive strategies of aggression and distancing.

Based on the obtained results, the theoretical and methodological foundations for the development of adolescents' communicative abilities were substantiated, and practical recommendations were formulated for the development of social-emotional competencies, improvement of communication skills, constructive conflict resolution, and cooperation.

Keywords: communicative abilities, adolescence, communicative interaction, emotionality, psychological defense, conflict behavior, social-emotional competencies.

РЕФЕРАТ

до кваліфікаційної роботи на тему

«Психологічні засади розвитку комунікативних здібностей в підлітковому віці»

здобувачки вищої освіти спеціальності 053 Психологія

Борисенко Альони Вікторівни

Науковий керівник – канд. психол. наук, доцент кафедри психології
Прокоф'єва Олеся Олексіївна

Кваліфікаційна робота: 75 сторінок, 1 таблиця, 4 рисунки, 66 джерел.

Об'єктом дослідження є комунікативні здібності підлітків.

Предметом дослідження є психологічні засади розвитку комунікативних здібностей у підлітковому віці.

Мета дослідження полягає в теоретичному обґрунтуванні та емпіричному вивченні особливостей розвитку комунікативних здібностей підлітків, а також у визначенні напрямів їх цілеспрямованого розвитку.

Актуальність теми дослідження визначається тим, що розвиток комунікативних здібностей у підлітковому віці значною мірою визначає успішність соціальної адаптації, характер міжособистісних стосунків та перспективи особистісного становлення. У сучасному суспільстві, де комунікація дедалі частіше відбувається у змішаних реальних і цифрових форматах, здатність до розуміння інших, емоційної чутливості, конструктивного діалогу та співпраці стає однією з провідних компетентностей. Недостатній рівень розвитку комунікативних здібностей може призводити до конфліктності, труднощів у самовираженні, соціальної ізоляції та емоційної дезадаптації підлітків.

У теоретичній частині роботи розкрито психологічну сутність комунікативної взаємодії. Показано, що спілкування є не лише засобом обміну інформацією, а й простором, у якому відбувається взаємне пізнання, емоційний вплив, узгодження позицій, формування ставлення до себе та інших. Комунікативна взаємодія розглядається як інтеграція мотиваційного, емоційного,

когнітивного та поведінкового компонентів. Такий підхід дозволяє розглядати комунікативні здібності як багатовимірну властивість, що не зводиться лише до мовленнєвих умінь або соціальної активності.

У роботі систематизовано наукові підходи до трактування сутності комунікативних здібностей. Вони описуються як індивідуально-психологічні особливості, що виявляються у здатності ініціювати контакт, розуміти партнера по спілкуванню, регулювати власну поведінку у взаємодії, будувати індивідуальну програму комунікації та досягати взаєморозуміння. Окремо підкреслено, що комунікативні здібності включають не лише технічну сторону взаємодії, а й емоційну відкритість, емпатію, гнучкість реагування, здатність до конструктивного розв'язання конфліктів та самозахисту без руйнування стосунків.

Підлітковий вік у роботі розглядається як сенситивний період для розвитку комунікативних здібностей. У цей час посилюється значущість спілкування з однолітками, формується новий рівень самосвідомості, розвиваються рефлексивні процеси, зростає потреба у визнанні, прийнятті та самоствердженні. Саме тому підлітки є особливо чутливими до успіхів і невдач у комунікації. Недостатня сформованість навичок взаємодії в цьому віці може закріплюватися у формі конфліктності, замкненості, уникнення, надмірної демонстративності або інших дезадаптивних способів поведінки.

Окрема увага у кваліфікаційній роботі приділена гендерним аспектам розвитку комунікативних здібностей. Теоретичний аналіз дозволив припустити, що дівчата й хлопці можуть відрізнятися не лише за емоційною експресивністю, а й за переважними стратегіями взаємодії, способами психологічного захисту та поведінкою у конфлікті. Це стало важливим підґрунтям для побудови емпіричного дослідження, в якому комунікативні здібності розглядаються не як однорідна характеристика, а як диференційована система рис і поведінкових способів.

Експериментальною базою дослідження визначено Запорізьку ЗОШ №26. Практичне значення роботи полягає в тому, що її результати дозволяють глибше

зрозуміти психологічні механізми формування комунікативних здібностей у підлітків, виявити гендерні особливості спілкування, емоційної регуляції та стратегій поведінки у міжособистісних взаємодіях. На основі отриманих даних можуть розроблятися тренінги, психолого-педагогічні програми та корекційні заходи, спрямовані на розвиток соціально-емоційних компетентностей, уміння конструктивно вирішувати конфлікти та співпрацювати.

У межах емпіричного дослідження було вивчено особливості поведінки підлітків у конфліктних ситуаціях, їх емоційність та стилі психологічного захисту. Результати показали виразну гендерну диференціацію. Дівчата більшою мірою орієнтовані на співробітництво та компроміс, що свідчить про їхню готовність враховувати інтереси іншої сторони, підтримувати діалог і шукати взаємоприйнятні рішення. Хлопці частіше обирають суперництво або уникнення, що вказує на більшу схильність до прямого відстоювання позиції або дистанціювання від складної міжособистісної ситуації.

Результати діагностики емоційності підтвердили, що психомоторна емоційність більш виражена у хлопців, тоді як комунікативна емоційність суттєво переважає у дівчат. Інтелектуальна емоційність виявилася високою в обох групах. Такі дані свідчать, що дівчата частіше орієнтуються на емоційний стан партнера по взаємодії, виявляють емпатію, чутливість до нюансів спілкування та більшу гнучкість у побудові контакту. Хлопці ж частіше демонструють більш імпульсивні або безпосередні форми реагування, що також впливає на стиль комунікації.

Дослідження стилів психологічного захисту показало, що у хлопців домінують агресія та уникнення, тоді як у дівчат – миролюбність та готовність до співпраці. Отримані результати свідчать про диференційовану структуру комунікативних здібностей, емоційності та стратегій захисту підлітків. Це має враховуватися при розробці програм розвитку комунікативних здібностей, оскільки різні групи підлітків потребують різних акцентів у роботі: одним важливо розвивати емпатійність і саморозкриття, іншим — конструктивні способи відстоювання себе, самоконтроль і навички ненасильницької взаємодії.

У третьому розділі роботи обґрунтовано науково-методичні підходи до формування комунікативних здібностей. Авторка виходить з того, що ефективний розвиток комунікативної компетентності потребує системної та поетапної роботи, яка має поєднувати психоедукацію, розвиток рефлексії, вправлення у взаємодії, роботу з емоційною сферою та тренування навичок поведінки у складних соціальних ситуаціях. Особливе значення надається створенню безпечного середовища, у якому підліток може пробувати нові форми самовираження без страху осуду чи приниження.

У практичному вимірі результати дослідження дозволяють визначити кілька ключових напрямів роботи з підлітками. По-перше, необхідним є розвиток емоційної чутливості та емпатії, що сприяє більш глибокому розумінню інших. По-друге, важливо навчати підлітків конструктивних форм поведінки у конфліктних ситуаціях, знижуючи тенденцію до суперництва, агресії або уникнення. По-третє, доцільно підтримувати розвиток навичок співпраці, самопрезентації, активного слухання та психологічного самозахисту без руйнування комунікативного контакту.

Теоретичне значення дослідження полягає у поглибленні уявлень про комунікативні здібності як інтегративну психологічну характеристику підлітка та уточненні ролі емоційності, конфліктної поведінки й психологічного захисту у структурі комунікативної взаємодії.

Практичне значення роботи полягає в можливості використання її результатів у діяльності шкільних психологів, педагогів, соціальних педагогів, тренерів груп особистісного розвитку та інших фахівців, які працюють із підлітками.

Таким чином, кваліфікаційна робота доводить, що розвиток комунікативних здібностей у підлітковому віці є важливою умовою соціальної адаптації, емоційного благополуччя та особистісного становлення. Виявлені гендерні особливості, відмінності у стратегіях поведінки в конфлікті, емоційності та психологічному захисті мають враховуватися при побудові програм розвитку

соціально-емоційних компетентностей і формуванні ефективної комунікації в підлітковому середовищі.

ЗМІСТ

ВСТУП.....	3
РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ КОМУНІКАТИВНОЇ ВЗАЄМОДІЇ В ПІДЛІТКОВОМУ ВІЦІ.....	6
1.1. Психологічна сутність комунікативної взаємодії.....	6
1.2. Наукове трактування сутності комунікативних здібностей.....	13
1.3. Психологічні особливості підліткової комунікації.....	17
Висновки до першого розділу.....	25
РОЗДІЛ 2. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ОСОБЛИВОСТЕЙ КОМУНІКАТИВНИХ ЗДІБНОСТЕЙ ПІДЛІТКІВ.....	27
2.1. Організація та завдання дослідження.....	27
2.2. Аналіз отриманих результатів.....	30
Висновки до другого розділу.....	42
РОЗДІЛ 3. ТЕОРЕТИКО-МЕТОДИЧНІ ОСНОВИ ДОСЛІДЖЕННЯ КОМУНІКАТИВНИХ ЗДІБНОСТЕЙ ПІДЛІТКІВ.....	44
3.1. Науково-методичні підходи до формування комунікативних здібностей.....	44
3.2. Програма розвитку комунікативних здібностей підлітків.....	53
Висновки до третього розділу.....	63
ВИСНОВКИ.....	64
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ.....	68

ВСТУП

Актуальність дослідження. Підлітковий вік є ключовим етапом онтогенезу, коли відбувається інтенсивний розвиток особистості, становлення системи цінностей, формування світогляду та соціальної ідентичності. В цей період спілкування з однолітками та дорослими набуває особливого значення, адже воно стає провідним чинником соціалізації та одним із найважливіших механізмів особистісного становлення. Саме в цей час підлітки активно оволодівають комунікативними вміннями, які є базою для ефективної взаємодії у суспільстві та подальшої самореалізації.

Розвиток комунікативних здібностей у підлітковому віці визначає успішність адаптації в соціумі, побудову гармонійних міжособистісних стосунків і формування навичок конструктивної взаємодії. В умовах сучасного інформаційного суспільства, де значну частину комунікації здійснюють через цифрові технології, особливої ваги набуває здатність підлітків ефективно висловлювати думки, розуміти інших та налагоджувати діалог. Недостатній рівень комунікативної компетентності може призводити до труднощів у навчальній діяльності, міжособистісних конфліктах, соціальній ізоляції, що в перспективі негативно впливає на емоційний добробут та професійне становлення особистості.

Дослідження психологічних засад розвитку комунікативних здібностей у підлітковому віці є актуальним ще й тому, що воно дозволяє виявити специфіку формування комунікативної компетентності на різних етапах дорослішання, визначити чинники, які сприяють або гальмують цей процес, а також розробити психолого-педагогічні підходи до його оптимізації. Це особливо важливо в умовах соціальних трансформацій та зростання ролі міжособистісної взаємодії у навчальному й позашкільному середовищі.

Об'єктом дослідження є – комунікативні здібності підлітків.

Предметом дослідження є – психологічні засади розвитку комунікативних здібностей в підлітковому віці.

Мета дослідження – теоретично проаналізувати та емпірично дослідити особливості прояву комунікативних здібностей в підлітковому віці.

Гіпотеза дослідження – рівень прояву та сформованості комунікативних здібностей і підлітковому віці може мати гендерну зумовленість.

Завдання дослідження:

1. Теоретично дослідити сутність комунікативної взаємодії;
2. Теоретично проаналізувати сутність комунікативної взаємодії;
3. Теоретично дослідити особливості підліткової комунікації;
4. Емпірично дослідити особливості прояву комунікативних здібностей в підлітковому віці;
5. Оглянути методичні підходи до розвитку навичок ефективної комунікації;
6. Розробити програму тренінгу для формування комунікативних здібностей у підлітків.

Методи дослідження: теоретичні: порівняння, аналіз, синтез, узагальнення, систематизація теоретичного та емпіричного матеріалу; емпіричні: методика оцінки рівня комунікабельності В.Ф. Ряховського, тест К. Томаса, методика діагностики емоційності по В.М. Русалову, методика діагностики домінуючої стратегії психологічного захисту в спілкуванні В.В.Бойко; математичні – статистичний критерій Манна-Уїтні.

Експериментальна база дослідження: Запорізька ЗОШ № 26, м. Запоріжжя.

Практичне значення дослідження полягає у наступному: результати дозволяють глибше розуміти психологічні механізми формування комунікативних здібностей у підлітків, виявляють гендерні особливості спілкування, емоційної регуляції та стратегій поведінки у міжособистісних взаємодіях. На основі отриманих даних можна розробляти ефективні методики та програми навчання, тренінги та корекційні заходи, спрямовані на розвиток соціально-емоційних компетентностей, підвищення комунікабельності, уміння вирішувати конфлікти конструктивно та формування навичок співпраці в підлітковому середовищі.

Структура та обсяг роботи. Робота складається зі вступу, трьох розділів, висновків до розділів, загальних висновків, списку використаних джерел з 66 найменувань. Основний зміст роботи викладено на 68 сторінках комп'ютерного набору. Робота містить 1 таблицю, 4 рисунки. Повний обсяг роботи становить 75 сторінок.

РОЗДІЛ 1

ТЕОРЕТИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ КОМУНІКАТИВНОЇ ВЗАЄМОДІЇ В ПІДЛІТКОВОМУ ВІЦІ

1.1. Психологічна сутність комунікативної взаємодії

Взаємодія посідає одне з провідних місць у системі базових філософських та онтологічних категорій, оскільки вона відображає універсальний механізм зв'язку, впливу, трансформації та розвитку різних явищ і об'єктів у результаті їхнього взаємного впливу. Вона виступає початковою та родовою категорією, яка дозволяє пояснити будь-які процеси, оскільки кожне явище може бути зрозумілим лише у співвідношенні з іншими. Усе, що існує у світі, перебуває у стані взаємопов'язаності та взаємообумовленості, що робить категорію взаємодії ключовою для пізнання закономірностей буття.

Сутність взаємодії полягає в тому, що вона завжди передбачає наявність щонайменше двох сторін, які одночасно здійснюють вплив одна на одну. При цьому кожен об'єкт не лише зазнає впливу, а й сам стає активним учасником процесу, вступаючи у взаємодію з іншими елементами системи. Таким чином, взаємодія розкриває себе як багатовимірний феномен, що охоплює як процеси обміну впливами, так і механізми внутрішніх змін об'єктів у результаті цього впливу.

О.М. Леонт'єв, аналізуючи категорію взаємодії, акцентував її особливе значення у світі живої матерії. На його думку, життя слід розглядати як процес специфічної взаємодії особливим чином організованих тіл. Зі зростанням рівня організації живих систем ускладнюється і характер їхньої взаємодії, що відрізняє її від елементарних фізичних або хімічних впливів. Для прикладу, у неживій природі взаємодія часто проявляється як односторонній руйнівний вплив (вітер, що руйнує скелю; вода, яка змінює форму каменя). У таких випадках об'єкт, на який спрямовано дію, виявляється у пасивній позиції та бере участь у процесі переважно завдяки своїй здатності чинити природний опір.

На відміну від цього, у живій природі взаємодія носить більш складний і багатосторонній характер: вона не обмежується лише протидією зовнішнім силам, а передбачає активне включення об'єктів у процеси взаємовпливу, що є підґрунтям для розвитку, адаптації та самозбереження [39; 40].

Г.М. Андрєєва розглядає взаємодію як невід'ємний компонент процесу людського спілкування. Дослідниця підкреслює, що, попри наявність тісного зв'язку між цими феноменами, провести чітку межу між поняттями «спілкування» і «взаємодія» досить складно. Визначаючи спілкування як «реальність міжособистісних і соціальних відносин», вона виділяє взаємодію як окремий аспект цього процесу, відмінний від власне комунікативного. На думку Андрєєвої, взаємодія охоплює не лише обмін інформацією, але й координацію спільних дій, які забезпечують можливість реалізації партнерами певної спільної діяльності [3; 25].

Розгляд взаємодії як інтерактивної складової спілкування, на думку дослідників, відкриває можливість більш цілісного розуміння цього феномену. Такий підхід дозволяє, з одного боку, уникнути відокремлення взаємодії від комунікації, а з іншого – не зводити їх до тотожних понять. Це створює умови для комплексного аналізу процесу спілкування, у якому взаємодія виступає його внутрішнім механізмом і водночас самостійним аспектом.

Б.Д. Паригін трактує спілкування як психічну взаємодію людей у всіх її формах і визначає його як складний, багатовимірний процес. Він підкреслює, що спілкування може одночасно проявлятися як взаємодія індивідів, як процес передавання та обміну інформацією, як система міжособистісних ставлень, а також як форма взаємовпливу, співпереживання та взаєморозуміння між людьми. Таким чином, у його інтерпретації спілкування постає багатогранним явищем, що охоплює різні аспекти людської активності.

М.І. Лисіна розглядає взаємодію як концептуальну основу для характеристики спілкування. Вона вважає, що спілкування слід розуміти як взаємодію двох чи більше осіб, спрямовану на координацію та об'єднання зусиль задля встановлення стосунків і досягнення спільного результату. Дослідниця

акцентує увагу на тому, що спілкування – це особливий тип взаємодії, специфічна форма людської активності, що передбачає ініціативний вплив суб'єкта на партнера та активне включення у процес спільної діяльності [41; 59].

У науковій традиції простежується прагнення чітко окреслити співвідношення понять «спілкування» та «взаємодія». Так, О.О. Леонт'єв розмежовував ці категорії, вказуючи, що спілкування є безпосереднім засобом організації взаємодії, а остання, у свою чергу, забезпечує здійснення колективної діяльності. Учений розглядав дані феномени як окремі, але взаємопов'язані рівні єдиної системи, що формує ієрархічну структуру: діяльність – взаємодія – спілкування – контакт. Такий підхід підкреслює функціональну значущість спілкування як механізму, що інтегрує індивідуальні дії у колективний процес.

І.М. Юсупов, розвиваючи цю проблематику, визначає спілкування як специфічну форму взаємодії, зумовлену потребами спільної діяльності. Він акцентує, що у процесі спілкування відбувається обмін не лише інформацією, але й діяльностями, у яких відображаються ідеї, інтереси, емоції, установки та результати індивідуальної активності. Дослідник підкреслює, що спілкування охоплює особливий клас міжсуб'єктних відносин, де можуть проявлятися як підтримка та згода, так і суперечності чи емоційна відчуженість.

Крім того, Юсупов пропонує типологію форм спілкування, виділяючи: анонімне (взаємодія між незнайомими людьми), функціонально-рольове (зумовлене виконанням соціальних ролей у межах певної діяльності) та неформальне (особистісні контакти поза офіційними рамками). Така класифікація дає змогу розкрити багатогранність феномена спілкування та показує його залежність від соціального контексту і характеру відносин між учасниками.

У своїх працях О.О. Бодальов приділяє значну увагу аналізу співвідношення категорій «взаємодія», «спілкування» та «діяльність». Учений підкреслює, що спілкування завжди передбачає взаємодію між людьми. Водночас, розглядаючи взаємозв'язок понять «діяльність» і «спілкування», він зазначає, що міжособистісне спілкування за своїми основними ознаками виступає різновидом діяльності, сутність якої полягає у взаємодії однієї людини з іншою. Бодальов

акцентує на специфіці міжособистісної взаємодії, у межах якої завжди враховуються індивідуальні особливості емоційної сфери та вольових якостей учасників. Саме це зумовлює те, що процес спілкування розгортається не лише як взаємодія окремих характерів, а й як більш глибокий рівень – взаємодія особистостей у цілому [9; 10; 11].

До ключових ознак міжособистісної взаємодії належать:

1. предметна орієнтованість, яка передбачає наявність мети, що виходить за межі самої взаємодії;
2. зовнішня вираженість, тобто можливість безпосереднього спостереження та фіксації проявів взаємодії сторонніми;
3. ситуативна зумовленість, що означає її залежність від конкретних умов і чіткої регламентації перебігу подій;
4. рефлексивна багатозначність, яка полягає в різних можливостях інтерпретації як намірів учасників, так і їхніх фактичних дій [9; 11].

Міжособистісна взаємодія реалізується через різні форми поведінкових проявів, які зумовлюються як специфікою поставлених завдань, так і індивідуальними характеристиками її учасників. Сукупність цих чинників знаходить відображення у такому понятті, як стратегія або стиль взаємодії.

У науковій літературі зазвичай виокремлюють кілька базових стратегій, що визначають поведінкову лінію партнерів у процесі взаємодії:

1. протидія – орієнтація виключно на власні цілі без урахування інтересів іншої сторони;
2. уникнення – відхід від контакту, відмова від власних цілей з метою запобігання перевазі партнера;
3. поступливість – свідоме жертвування особистими цілями заради досягнення результатів іншого учасника;
4. компроміс – часткове досягнення цілей усіма сторонами на основі умовної рівності поступок;
5. співробітництво – стратегія, спрямована на максимально повне задоволення потреб усіх учасників взаємодії [9; 10; 11].

В.І. Слободчиков у своїх дослідженнях підкреслює, що в психологічній науці всі форми взаємодії людей можуть бути зведені до двох принципово протилежних типів – кооперації (співробітництва) та конкуренції (конфлікту) [14; 22].

Кооперація трактується як така форма взаємодії, що сприяє об'єднанню зусиль учасників, організації їхньої спільної діяльності та досягненню узгоджених цілей. Вона передбачає партнерські відносини, орієнтацію на взаємну підтримку, узгодження позицій та конструктивний розподіл функцій між суб'єктами. Таким чином, співробітництво виступає механізмом гармонізації міжособистісних відносин і забезпечення ефективності колективної діяльності.

На противагу цьому, конфлікт розглядається як форма взаємодії, що ґрунтується на зіткненні протилежно спрямованих цілей, інтересів, цінностей, установок чи поглядів учасників. Він може проявлятися як у відкритій формі – у вигляді суперечок, протистояння або боротьби, – так і в латентному вигляді, коли розбіжності приховуються, але все ж впливають на перебіг спілкування та якість відносин. Конфлікт, у цьому розумінні, є не лише негативним явищем, але й важливим фактором розвитку, оскільки стимулює пошук нових шляхів розв'язання протиріч.

Спілкування як форма взаємодії (інтерації) виступає умовним поняттям, яке відображає ті його компоненти, що безпосередньо пов'язані з організацією спільної діяльності та забезпеченням ефективної взаємодії між людьми. Таким чином, воно інтегрує як кооперативні, так і конфліктні аспекти міжособистісних відносин, відображаючи динаміку реальної соціальної практики.

Інтерактивний аспект спілкування виступає як загальна стратегія міжособистісної взаємодії. Існує багато форм взаємодії людей, серед яких ключовими є кооперація та конкуренція. Проте спрощене трактування цих форм лише як згоди або конфлікту призводить до формального опису взаємодій, що не завжди відповідає потребам психології та соціальної психології. Комунікативний процес виникає на базі спільної діяльності, тому обмін знаннями та ідеями щодо цієї діяльності неминуче передбачає, що досягнуте порозуміння буде реалізовано у подальших спільних зусиллях щодо розвитку та організації цієї діяльності [17].

Участь кількох осіб у спільній діяльності передбачає внесок кожного учасника, що дозволяє розглядати взаємодію як організацію колективної діяльності. Для ефективного здійснення такої діяльності важливим є не лише обмін інформацією, а й координація дій, тобто спільне планування діяльності. При цьому можливе регулювання дій одного індивіда на основі внутрішніх планів іншого, що і забезпечує справжню колективність процесу.

У соціальній психології структура взаємодії досліджується з різних підходів. Зокрема, теорія Парсонса розглядає соціальну діяльність як сукупність міжособистісних взаємодій, де людська діяльність постає як результат окремих одиничних дій. Кожна одинична дія включає такі складові:

1. діяч;
2. адресат дії;
3. реакція адресата на дії діяча;
4. мотивацію діяча, спрямовану на реалізацію власних установок або задоволення потреб;
5. систему орієнтацій та очікувань діяча щодо іншого учасника;
6. нормативні засади, що регулюють взаємодію;
7. цінності, прийняті учасниками;
8. конкретну ситуацію, у якій відбувається дія.

Польський соціолог Ян Щепаньський запропонував модель структури інтерактивної взаємодії, ввівши поняття соціального зв'язку для опису соціальної дії учасників спілкування. Соціальний зв'язок розглядається як послідовна реалізація кількох рівнів:

- 1) просторовий контакт;
- 2) психічний контакт, що проявляється у взаємній зацікавленості;
- 3) соціальний контакт, який виражається через спільну діяльність;
- 4) взаємодія, що передбачає систематичне здійснення дій, які спричиняють відповідні реакції партнера;
- 5) формування соціального відношення між учасниками [17; 18].

Ще один оригінальний підхід до опису структури інтерактивної взаємодії запропонував Ерік Берн у рамках концепції транзактного аналізу. У цій моделі дії учасників спілкування регулюються коригуванням їхніх психологічних позицій залежно від конкретної ситуації та стилю взаємодії. За Берном, кожен учасник може перебувати в одній із трьох умовних позицій: «Дитя», «Батько» або «Дорослий». Ці позиції не обов'язково відображають соціальні ролі, а радше характеризують стратегії поведінки: «Дитя» – прагнення задовольнити власні бажання («Хочу!»), «Батько» – орієнтація на обов'язок або правила («Треба!»), «Дорослий» – інтеграція бажань і вимог, тобто компроміс між ними. Взаємодія є ефективною, коли трансакції мають паралельний характер і позиції співпадають між учасниками («Дитя–Дитя», «Батько–Батько», «Дорослий–Дорослий»). Неefективність або неможливість взаємодії виникає при перехресних трансакціях, коли позиції учасників не збігаються [7; 12].

Аналогічну концептуалізацію позицій у процесі взаємодії запропонував П.М. Єршов, виділяючи три можливі варіанти розташування учасників у комунікаційному просторі: побудова зверху, побудова знизу та побудова на рівних. Ефективність взаємодії, за його підходом, значною мірою визначається здатністю учасників адекватно оцінювати ситуацію та вибрати відповідний стиль дій. Виділяють три основні стилі: ритуальний (формальний), маніпулятивний (управління партнером без його відома або згоди з корисливих мотивів) та гуманістичний, орієнтований на врахування потреб і інтересів іншого.

У соціальній психології також приділяється значна увага типології взаємодії. Незважаючи на безліч конкретних форм міжособистісних контактів, їх можна узагальнено поділити на два протилежні види: кооперацію та конкуренцію. Кооперація передбачає взаємодію, що сприяє організації та розвитку спільної діяльності, тобто має позитивний характер у контексті досягнення колективних цілей. Конкуренція, навпаки, включає взаємодії, які створюють перешкоди для спільної діяльності або дестабілізують її процеси, і тому розглядається як фактор, що ускладнює або протидіє колективній роботі.

З огляду на викладене, процес взаємодії можна розглядати як інтеграцію мотиваційного, емоційного, когнітивного та поведінкового компонентів, тобто єдність внутрішніх станів і зовнішніх проявів. Цей процес супроводжується взаємним відображенням суб'єктів у свідомості один одного, що корелює зі структурними характеристиками особистості: мотивами, установками, цінностями, переконаннями та ідеалами. У контексті взаємодії важливим є показник представленості у свідомості учасників когнітивних і поведінкових характеристик один одного.

Спільним для більшості концептуальних підходів є розуміння взаємодії як організації спільної діяльності, предметної чи непрямой, тобто спілкування розглядається як форма діяльності. При цьому характер взаємодії визначається психологічними особливостями її учасників, що впливає на подальший розвиток комунікативного процесу.

1.2. Наукове трактування сутності комунікативних здібностей

У сучасних теоретичних дослідженнях соціальної психології широко розглядається проблема комунікативних здібностей, що пов'язана з міжособистісною взаємодією. Вважається, що ефективність комунікативної діяльності в процесі міжособистісного спілкування значною мірою визначається рівнем комунікативних здібностей самого суб'єкта. До їх структури входять комунікативні знання та навички, комунікативна компетентність, а також комунікабельність у сфері міжособистісних інформаційних взаємодій.

Поняття «комунікативні здібності» тісно пов'язане із розумінням сутності спілкування, його ролі в житті людини та процесі її розвитку, і потребує розкриття в межах психологічної науки через призму категорії здібностей. Спілкування постає як складний і багатогранний процес, що включає одночасно кілька аспектів: взаємодію індивідів, обмін інформацією, формування міжособистісних відносин, взаємний вплив, а також процеси співпереживання і взаємного розуміння. Саме в такому комплексному контексті комунікативні

здібності виступають ключовим чинником забезпечення ефективності міжособистісної взаємодії [13; 18].

Проблема здібностей розглядалася багатьма вітчизняними та зарубіжними дослідниками з різних підходів, і підтримання стійкого інтересу до цього питання пояснюється його великою практичною значущістю. Завжди існувала потреба виявляти закономірності та механізми формування психічних властивостей у людини, що сприяють досягненню високих результатів у різних видах діяльності.

В рамках індивідуально-психологічної теорії Б.М. Теплова здібності визначаються як «окремі психічні властивості, які є умовами успішного виконання якої-небудь однієї або кількох діяльностей». При цьому зазначається, що здібності проявляються у вигляді простих і більш складних особистісних властивостей, які формуються в процесі участі людини у діяльності та сприяють її ефективності [3].

Феномен комунікативних здібностей досліджувався з різних позицій у психології. Зокрема, у сфері педагогічних здібностей поряд із організаторськими, конструктивними та гностичними виділяють і комунікативні. У педагогічній практиці комунікативні здібності трактуються як здатність встановлювати ефективні міжособистісні взаємини з дітьми та адаптувати їх залежно від варіативності комунікативної ситуації, а також як вміння легко вступати в контакт із іншими людьми та підтримувати сприятливі стосунки в подальшому [14; 17; 47].

Деякі дослідники розглядають комунікативні здібності як інтегральну складову загальної структури особистості, яка забезпечує ефективне здійснення комунікативної діяльності. Зокрема, Г.С. Васильєв підкреслює, що саме ця частина особистості відповідає за успішність взаємодії у процесі спілкування [4]. У роботах А.А. Кідрона комунікативні здібності трактуються як загальна здатність, пов'язана з різними підструктурами особистості, яка проявляється в умінні суб'єкта вступати в соціальні контакти, регулювати взаємодію в повторюваних комунікативних ситуаціях та досягати визначених цілей у міжособистісних стосунках. Автор виділяє три рівні розвитку комунікативних

здібностей: перший – сформовані навички, другий – практичні уміння, третій – загальна спрямованість поведінки та індивідуальний стиль спілкування [18].

Схожої позиції дотримується Р.С. Немов, який визначає комунікативні здібності як індивідуально-психологічні особливості особистості, що проявляються у процесі спілкування та включають комплекс умінь і навичок взаємодії з іншими людьми, від рівня розвитку яких значною мірою залежить ефективність і успішність комунікативної діяльності [32].

Існує підхід до визначення комунікативних здібностей, який акцентує увагу на володінні суб'єктом певними психологічними ресурсами, необхідними для ефективної комунікації. У цьому контексті комунікативні здібності розглядаються як здатність проявляти ініціативу у спілкуванні, активно взаємодіяти з партнером, емоційно реагувати на його стан, а також формувати та реалізовувати власну індивідуальну програму комунікації [20].

У класичній психологічній традиції комунікативні здібності трактуються як здатність до встановлення і підтримання міжособистісних відносин, які забезпечують ефективну колективну діяльність та допомагають суб'єкту знайти своє місце в соціальному та професійному середовищі (К.К. Платонов). Таким чином, у науковому осмисленні комунікативні здібності постають як комплекс психічних властивостей і умінь, що забезпечують як ініціативність і активність у взаємодії, так і здатність до конструктивного включення у соціальні структури та колективні процеси [39].

Багато вітчизняних досліджень присвячені аналізу комунікативних здібностей у контексті поняття комунікативної компетентності. Компетентність у цьому підході розглядається як характеристика поведінки, домінуюча форма активності особистості, що відображає рівень сформованості відповідних навичок та умінь, а також ступінь освоєння певної сфери діяльності. Здібності, у свою чергу, трактуються як потенційні можливості та задатки, від яких залежать швидкість, ефективність і якість розвитку відповідної компетентності [8; 9; 45].

Комунікативна компетентність інтерпретується як здатність індивіда встановлювати та підтримувати необхідні контакти з іншими людьми. Вона

включає певний комплекс знань, умінь та навичок, що забезпечують ефективний перебіг комунікативного процесу. У соціально-психологічному контексті комунікативна компетентність розглядається як рівень освоєння норм і стандартів спілкування, правил поведінки, соціально-психологічних еталонів і стереотипів, а також оволодіння «технікою» міжособистісного взаємодії. Таким чином, вона постає як інтегративна характеристика, що поєднує знання, практичні уміння та здатність до адаптивного, конструктивного спілкування в різних соціальних ситуаціях.

Отже, у рамках зазначеного підходу ефективність міжособистісної взаємодії визначається рівнем комунікативної компетентності, тобто здатністю встановлювати та підтримувати необхідні контакти з іншими людьми. Комунікативна компетентність охоплює комплекс знань і вмінь, що забезпечують успішне протікання комунікативних процесів у різноманітних ситуаціях спілкування. Крім того, ефективність взаємодії залежить від того, що О.О. Бодальов називає «комунікативним ядром особистості», під яким розуміється сукупність особистісних характеристик, що впливають на спілкування, включаючи риси характеру, емоційні особливості та перцептивні здібності, тобто ті компоненти, які традиційно відносять до комунікативних здібностей [3].

К.К. Платонов визначає комунікативні здібності як характеристики, що забезпечують ефективність комунікативної діяльності особистості, передусім ефективність її взаємодії з іншими та психологічну сумісність у спільній діяльності. Інші автори трактують комунікативні здібності як індивідуально-психологічні та психофізіологічні особливості людини, які сприяють успішній взаємодії партнерів і ефективному розв'язанню комунікативних завдань [24].

Проблематика комунікативних здібностей у деяких дослідженнях розглядається через синонімічне поняття «здатність до спілкування», яке в психологічній літературі визначається як один із найбільш соціально обумовлених видів здібностей. Здатність до спілкування передбачає уміння коригувати власну поведінку відповідно до соціальних норм, тобто відповідати вимогам, очікуванням і регламентам взаємодії, що забезпечує прийняття і

розуміння людини іншими [25]. У своїх роботах М.І. Лісіна підкреслює, що розвиток здатності до спілкування значною мірою визначається особливостями характеру та типологічними властивостями особистості, серед яких ключову роль відіграють комунікативні здібності. Високий рівень комунікативних здібностей дозволяє будувати конструктивні міжособистісні стосунки та ефективно взаємодіяти з іншими у процесі спільної діяльності [26].

Отже, у процесі детального аналізу психологічної літератури, присвяченої проблемі комунікативних здібностей, виявляється відсутність чіткої термінологічної диференціації між поняттями «комунікативні здібності», «здатність до спілкування» та «комунікативна здатність». Це ускладнює однозначне трактування даного феномену. У межах нашого дослідження ми будемо спиратися на загальне визначення здібностей як психічних властивостей, що є умовою успішного виконання будь-якої діяльності. Виходячи з цього, під комунікативними здібностями розуміється інтегральна здатність особистості, пов'язана з її різними підструктурами, яка проявляється у вмінні встановлювати ефективні комунікативні контакти, підтримувати продуктивну взаємодію з іншими у спільній діяльності, а також досягати поставлених комунікативних цілей у міжособистісних стосунках.

1.3. Психологічні особливості підліткової комунікації

Спілкування як специфічний вид діяльності виступає необхідною умовою становлення й розвитку як суспільства загалом, так і окремої особистості зокрема. Усвідомлення сутності феномену спілкування, його закономірностей, функціональних характеристик, механізмів взаємного інформаційного обміну та пов'язаних із ним проблемних аспектів створює основу для налагодження та вдосконалення міжособистісних відносин, задоволення вищих потреб людини, а також ефективної реалізації професійної діяльності.

Комунікативний досвід формується у процесі трудової та пізнавальної активності. Водночас значна частина труднощів у різних сферах життя (зокрема в

сімейних стосунках і навчальному середовищі) обумовлена недостатнім володінням навичками спілкування та незнанням його механізмів і закономірностей.

У концепції Л.С. Виготського проблема спілкування займає провідне місце, хоча сам термін використовується не надто часто. Основні положення його підходу можна узагальнити наступним чином: комунікативна взаємодія на ранніх етапах онтогенезу суттєво трансформує структуру психічних процесів. Іншими словами, спілкування виступає засобом генетичної передачі психічних функцій у їх сформованому вигляді, визначаючи їх структуру та, відповідно, характер проявів, що постають знову відкритими до взаємодії та діалогу. Носіями структурних новоутворень, які виникають у результаті процесів комунікації, виступають знакові системи [15; 23].

Проблематика спілкування здавна привертала увагу вітчизняних і зарубіжних дослідників. Одним із перших у цьому напрямі був В.М. Бехтерев, який розробив емпіричні методи вивчення комунікативних процесів і теоретично обґрунтував вплив групи на особистість, а також специфіку функціонування психіки в умовах взаємодії. Його напрацювання стали підґрунтям для подальших досліджень, зокрема у працях В.М. М'ясищева.

У центрі уваги Б.Г. Ананьєва спілкування розглядається як провідний чинник становлення людини як особистості й суб'єкта діяльності, а також як механізм формування індивідуальності. Науковець визначав його основною характеристикою те, що саме через комунікацію людина вибудовує систему взаємин з оточенням. Він акцентував як на мовленнєвих і допоміжних засобах комунікації, так і на її внутрішньому аспекті – взаємному пізнанні співрозмовників.

А.В. Петровський трактував спілкування як багатоплановий процес встановлення контактів між людьми, що зумовлюється потребами їхньої спільної діяльності. В інших наукових підходах воно визначається як взаємодія двох і більше індивідів, спрямована на координацію зусиль, узгодження позицій і досягнення спільного результату. М.С. Каган відносив спілкування до окремого

виду діяльності, що реалізується в різних формах – у трудовій сфері, поведінці, інформаційному обміні тощо.

Б.Г. Ананьєв підкреслював подвійний характер комунікації, яка є водночас соціальним і суто індивідуальним явищем, а мовлення виступає її основним механізмом. У цьому ж контексті К. Абульханова-Славська відзначала, що специфіка комунікативної діяльності полягає у відношенні «суб'єкт – суб'єкт», оскільки особистість активно прагне взаємодії, яка відповідає її ціннісним орієнтирам.

В.М. Соковнін розглядає спілкування як складний багатоплановий процес, що поєднує в собі взаємодію людей, інформаційний обмін, систему взаємовідносин і взаємовпливів, а також емоційне співпереживання та взаєморозуміння. Крім того, він підкреслює його значення як атрибута інших видів діяльності та як окремого різновиду самостійної людської активності.

У вітчизняній психології цей підхід відображається в принципі «єдності спілкування й діяльності», що є загально визнаним. Згідно з Г.М. Андрєєвою, зв'язок між діяльністю та спілкуванням може інтерпретуватися у трьох основних аспектах: як дві взаємопов'язані сторони соціального буття людини; як складова частина діяльності; а також як самостійний її вид.

У межах останнього підходу виокремлюють два напрями тлумачення: з одного боку, спілкування постає як специфічна комунікативна діяльність, що формується й проявляється на певному етапі онтогенезу; з іншого – як окремий вид діяльності, найчастіше в контексті мовленнєвої практики, яка містить усі структурні елементи, притаманні діяльності загалом (потреби, мотиви, цілі, дії, операції тощо).

У наукових підходах до вивчення спілкування простежується його тісний взаємозв'язок із діяльністю. Так, Г.М. Андрєєва наголошує на нерозривній єдності цих категорій, пропонуючи широке трактування: спілкування є водночас складовою спільної діяльності та її похідним утворенням. На думку дослідниці, саме таке розуміння дозволяє розглядати комунікацію як ключову умову засвоєння індивідом досягнень історичного розвитку людства як у

безпосередньому соціальному оточенні, так і в ширшій системі суспільних зв'язків.

М.І. Лисіна ототожнює поняття «спілкування» з «комунікативною діяльністю», підкреслюючи його активний характер. У цьому ж руслі В.М. Соковнін визначає комунікацію як один із видів людської діяльності, що забезпечує задоволення матеріальних і духовних потреб.

І.О. Зимня підходить до аналізу категорії спілкування через призму взаємодії. Вона розглядає його як специфічну форму міжособистісних контактів, що реалізуються у процесі суспільно-комунікативної діяльності. Авторка виділяє декілька важливих положень:

- «взаємодія» є базовою категорією, у межах якої визначаються діяльність і спілкування;
- суспільно-комунікативна діяльність постає формою соціального буття людини;
- вона реалізується за допомогою різних засобів (вербальних, невербальних, символічних тощо), серед яких провідне місце належить мовленнєвій взаємодії;
- мовна діяльність може функціонувати як самостійна форма або бути інтегрованою в інші види людської активності, виступаючи засобом інформаційного обміну [25].

Підлітковий вік традиційно розглядається як перехідний етап розвитку, адже саме в цей період дитина завершує свій дитячий життєвий цикл і вступає у фазу, що безпосередньо готує її до дорослого, самостійного життя, зокрема до трудової діяльності. Це час якісних психологічних змін, коли формується нова система цінностей, розширюється спектр соціальних ролей і зростає усвідомлення власного «Я».

Характерною особливістю підлітка є спрямованість на теперішнє: він живе актуальними подіями, навчанням, спілкуванням із вчителями, друзями та близькими. Водночас у нього з'являються елементи орієнтації на майбутнє, що проявляється у мріях, планах і уявленнях про себе в дорослому житті.

Хоча зовні спосіб життя підлітків не демонструє радикальних змін порівняно з молодшими школярами (вони залишаються учнями, а провідним видом діяльності продовжує бути навчання), проте у внутрішніх психологічних умовах розвитку відбуваються суттєві трансформації. Якщо у молодшому шкільному віці стосунки лише починали формуватися, то в підлітковому колективі вже наявний певний досвід взаємодії, усталені норми і моральні вимоги, а також розвинена громадська думка, до якої діти цього віку виявляють значну чутливість і схильні підпорядковувати свою поведінку.

Особливо важливою стає зміна джерел емоційного благополуччя: якщо в молодшому віці воно визначалася насамперед ставленням дорослих – батьків та вчителів, то у підлітків головним чинником стають оцінки і ставлення однолітків. Саме колектив однолітків у середньому шкільному віці перетворюється на провідне середовище соціалізації, яке справляє вирішальний вплив на становлення моральної сфери, ціннісних орієнтацій, етичних уявлень і переживань.

Як підкреслює Л.І. Божович, у молодшому шкільному віці діти об'єднуються насамперед навколо спільної діяльності, тоді як для підлітків провідним чинником стає можливість інтенсивного спілкування з однолітками, що визначає їхні інтереси й привабливість занять.

Сучасні дослідження підтверджують актуальність вивчення особливостей міжособистісної взаємодії підлітків у різних соціальних групах. Увага науковців зосереджується на розкритті специфіки їхнього спілкування, чинників, що його зумовлюють, а також механізмів становлення міжособистісних відносин.

Формування зрілих соціальних зв'язків у підлітковому віці потребує розвитку здатності до рефлексії: дитину необхідно навчати усвідомлювати власні мотиви, прогнозувати наслідки вчинків, співвідносити особисті цілі з адекватними засобами їх досягнення. Оскільки цей період сприятливий для формування самосвідомості, підліток поступово оволодіває навичками самоаналізу, розвиває критичність мислення та здатність оцінювати власну поведінку відповідно до соціально прийнятих норм.

Особливе значення у вихованні культури взаємин належить спеціально організованим формам діяльності, які сприяють не лише спілкуванню, але й особистісному зростанню підлітка. Такі види діяльності мають забезпечувати умови для самоствердження, реалізації індивідуального потенціалу, формування моральної позиції та відповідальності за результат, що залежить від колективних і власних зусиль. Водночас вони виконують важливу роль у виробленні соціально схвалюваних моделей поведінки, необхідних для успішної інтеграції у суспільство [3; 48].

Формування культури міжособистісних відносин у підлітковому віці вимагає комплексного підходу, який поєднує вплив на свідомість дитини та її активне включення у діяльність. Як зазначає Н.Є. Щуркова, саме через різноманітні форми спільної діяльності підлітки накопичують моральний досвід, розвивають етичні вміння, формують характерологічні риси та систему цінностей, у якій людина виступає найвищою цінністю. Одночасно відбувається становлення усвідомленого ставлення до себе та відчуття власної значущості.

Ключовим чинником розвитку культури взаємин є залучення підлітків до багатопланової діяльності, яка забезпечує можливості для самоствердження та самовираження. Водночас у цій сфері спостерігається певна суперечність: підлітки мають виражену потребу в активному включенні у діяльність, проте часто не мають достатніх можливостей для її реалізації.

Визначальним мотивом, що формує міжособистісні стосунки та зумовлює поведінку підлітків, є потреба у спілкуванні. Саме взаємодія з іншими виступає основою розвитку, прояву та формування особистісних відносин у цьому віці [33].

У підлітковому віці відзначається посилення потреби у міжособистісному спілкуванні з ровесниками. Задоволення цієї потреби тісно пов'язане з прагненням посісти певне місце у колективі, отримати визнання та прийняття з боку однолітків, що фактично відображає необхідність самоствердження. Рівень реалізації цієї потреби визначає емоційний стан та загальне самопочуття школяра в системі міжособистісних відносин.

Наукові спостереження та емпіричні дослідження підтверджують, що підлітки гостро реагують на власний соціальний статус у групі. Нереалізована потреба у спілкуванні справляє негативний вплив на поведінку дитини, може зумовлювати зниження навчальної успішності та провокувати асоціальні прояви. У цьому контексті постає низка педагогічних проблем, серед яких особливо значущою є проблема соціальної ізоляції учня, якого однолітки не визнають чи відкидають. Відсутність задоволення однієї з ключових соціальних потреб — потреби у спілкуванні — здатна спричиняти дезадаптаційні явища у підлітків [27; 44].

Потреби, трансформуючись у мотиви, стають чинниками, що визначають поведінку підлітка. Вона набуває етичної цінності лише за умови сформованості в нього відповідних умінь та навичок. У структурі культури міжособистісних взаємин ключове місце займає діяльнісний компонент, який відображає конкретні вміння й навички морально-етичної поведінки та здатність до саморегуляції на основі почуття обов'язку, честі й совісті. До цього компонента належать усі форми діяльності — від рухів і дій до мовлення та вчинків, які забезпечують регуляцію взаємодії між суб'єктами.

Засвоєння навичок моральної поведінки відбувається у процесі соціальної активності підлітка, коли він намагається досягнути та прийняти суспільно схвалювані зразки. Водночас прагнення самоствердитися й зайняти певну позицію в колективі іноді призводить до формування негативних способів комунікації. Це може свідчити про недостатню усвідомленість моральних знань, несформованість ціннісних мотивів або брак практичного досвіду моральної поведінки. Таким чином, когнітивний, емоційно-ціннісний та діяльнісний компоненти культури міжособистісних взаємин перебувають у тісному взаємозв'язку.

Ефективне прогнозування розвитку міжособистісної культури підлітків і планування цілеспрямованої педагогічної роботи з ними потребує попередньої діагностики рівня їхнього морального розвитку.

М.М. Філоненко наголошує, що у підлітковому віці спілкування з ровесниками набуває настільки великого значення, що часто відсуває на другий план стосунки з дорослими — батьками й учителями. Основною причиною цього є нерозуміння дорослими внутрішнього світу підлітка, поверхове або викривлене уявлення про його переживання, мотиви, прагнення та цінності. Самі підлітки відзначають, що їм неприємні ситуації, коли батьки їх сварять, не погоджуються з їхньою позицією, не виявляють поваги, намагаються нав'язати виховання чи демонструють нерозуміння. У зв'язку з цим багато хто прагне тимчасово дистанціюватися від дорослих — залишити їх вдома під час відпочинку чи подорожі, щоб відчути самотійність і свободу від надмірного контролю.

Водночас у міжособистісних стосунках із ровесниками теж виникають труднощі. Так, понад третина підлітків зізнаються, що хотіли б уникати певних однокласників через їхню недисциплінованість або невміння спілкуватися. Більше половини школярів відзначають, що порозуміння ускладнюється через образливі висловлювання, демонстративну зверхність, надмірну самовпевненість чи розбіжності у поглядах.

Результати опитування, проведеного автором, показують, що поняття культури взаємин старші підлітки найчастіше пов'язують із культурою спілкування (34%), взаємоповагою (27%) та налагодженням добрих відносин між людьми (8%). Водночас 9% респондентів не змогли дати визначення цьому поняттю. Серед якостей, які сприяють гармонійному спілкуванню, підлітки називають вихованість, подібність характерів, ввічливість, дружнє ставлення та культуру мовлення [24].

Міжособистісне спілкування підлітків ускладнюється певними рисами їхньої особистості та комунікативної поведінки. Самі школярі вказують на такі перешкоди для вільного спілкування, як закомплексованість, скромність, складний характер або нестача сміливості, що часто пов'язано з реакцією однолітків. У деяких підлітків труднощі у взаємодії виникають через їхнє становище у системі класних стосунків: «не дають висловитись», «не поважають», «у класі я найгірший учень», «ображають». Відсутність знань про

культуру спілкування проявляється у побоюванні висловлювати свої думки через страх осуду чи сорому: «боюсь сказати таке, за що буде соромно», «боюсь сказати не по темі».

Отже, теоретичний аналіз свідчить, що в підлітковому віці спілкування виступає ключовим засобом соціалізації та одночасно відображає рівень адаптації підлітка до соціального оточення. При цьому процес комунікації значною мірою визначається індивідуально-психологічними особливостями кожного підлітка, які можуть ускладнювати або перешкоджати ефективному налагодженню міжособистісних взаємин.

Висновки до першого розділу

Взаємодія виступає ключовою категорією для розуміння процесів у природі та суспільстві, включаючи людське спілкування. Вона передбачає участь щонайменше двох сторін, які одночасно впливають одна на одну, інтегруючи когнітивні, емоційні, мотиваційні та поведінкові компоненти. Спілкування, як специфічна форма взаємодії, забезпечує координацію дій, обмін інформацією та організацію спільної діяльності. Характер взаємодії визначається індивідуально-психологічними особливостями учасників і може проявлятися у двох основних формах: кооперації, що сприяє співробітництву та досягненню колективних цілей, і конкуренції, яка створює протиріччя і перешкоди. Ефективність взаємодії залежить від усвідомлення ролей, мотивацій і потреб партнерів, а також від здатності до адаптації та узгодження дій у спільній діяльності.

Комунікативні здібності є ключовим чинником ефективності міжособистісної взаємодії та спілкування. Вони включають знання, навички, компетентність і комунікабельність, що забезпечують здатність встановлювати контакти, координувати дії та досягати спільних цілей. Психологічно ці здібності розглядаються як інтегральна частина особистості, що поєднує індивідуально-психологічні, емоційні та поведінкові особливості. Високий рівень комунікативних здібностей сприяє конструктивним стосункам, адаптації до

різних комунікативних ситуацій та ефективного виконанню соціально значущих завдань. При цьому терміни «комунікативні здібності», «здатність до спілкування» та «комунікативна здатність» часто використовуються взаємозамінно, хоча мають тонкі відмінності, що потребують узгодження в науковому контексті.

У підлітковому віці спілкування виступає головним механізмом соціалізації та водночас проявом адаптації підлітка до навколишнього середовища. Теоретичний аналіз показує, що на процес комунікації між підлітками суттєво впливають індивідуально-психологічні особливості кожного учасника, що часто може призводити до труднощів у побудові ефективної міжособистісної взаємодії.

РОЗДІЛ 2

ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ОСОБЛИВОСТЕЙ КОМУНІКАТИВНИХ ЗДІБНОСТЕЙ ПІДЛІТКІВ

2.1. Організація та завдання дослідження

Актуальність вивчення комунікативних здібностей підлітків зумовлена тим, що саме у цьому віковому періоді відбувається активне формування соціальної компетентності, розвиток навичок міжособистісної взаємодії та становлення особистості у колективі. У сучасному суспільстві успішність спілкування виступає важливим чинником соціалізації, впливає на емоційний стан, самооцінку та подальший життєвий шлях підлітка. Тому дослідження рівня розвитку та особливостей комунікативних здібностей є одним із пріоритетних завдань сучасної психології.

Науковий інтерес до проблематики комунікації пов'язаний із широким спектром підходів у вітчизняній та зарубіжній психології, які розглядають спілкування як провідний механізм соціального становлення особистості. Вивчення комунікативних здібностей у підлітковому віці дозволяє не лише визначити їхній рівень сформованості, але й окреслити можливі труднощі у взаємодії та шляхи їх подолання.

Дослідження проводилося у кілька етапів:

1. Визначено та підібрано психодіагностичний інструментарій, адекватний віковим особливостям підлітків.
2. Сформовано вибірку респондентів, яка забезпечила репрезентативність отриманих даних.
3. Проведено емпіричне дослідження комунікативних здібностей за допомогою комплексу методик.
4. Здійснено кількісний та якісний аналіз результатів, що дозволило окреслити специфіку розвитку комунікативної сфери у підлітковому віці.

У процесі дослідження комунікативних здібностей підлітків було використано комплекс діагностичних методик, спрямованих на виявлення різних аспектів міжособистісної взаємодії.

1. Методика оцінки рівня комунікабельності В.Ф. Ряховського, яка дозволяє визначити ступінь комунікабельності особистості та її особливості у сфері соціальної взаємодії.

2. Тест К. Томаса, що застосовується для виявлення домінуючого стилю поведінки у конфліктних ситуаціях.

3. Методика діагностики емоційності за В.М. Русаловим, яка дає змогу оцінити рівень та характер емоційності під час міжособистісного спілкування.

4. Методика визначення домінуючої стратегії психологічного захисту у спілкуванні В.В. Бойка, що дозволяє виявити переважаючий стиль поведінки особистості у процесі комунікації.

Вибірка дослідження складалася з 60 підлітків віком 15–16 років (30 юнаків та 30 дівчат). Емпіричне дослідження проводилося на базі Запорізької загальноосвітньої школи № 26 м. Запоріжжя.

Згідно з методикою В.Ф. Ряховського, респонденти класифікуються за семи рівнями комунікабельності:

- явна некомунікабельність – труднощі у роботі в колективі, низький рівень соціалізації;
- замкнутість – небагатослівність, схильність до самотності;
- помірна товариськість – відносна комфортність у нових ситуаціях при обмеженій активності у дискусіях;
- нормальна комунікабельність – допитливість, інтерес до співрозмовника, терплячість, уміння аргументовано відстоювати власну позицію;
- виражена товариськість – відкритість, активність у спілкуванні, що іноді може викликати роздратування у оточення;
- надмірна товариськість («сорочка-хлопець») – надзвичайна комунікативна активність, схильність брати участь у численних дискусіях, переважно з несерйозних тем;

- гіперкомунікабельність – балакучість, схильність втручатися у чужі справи та висловлюватися з питань, у яких відсутня компетентність, що часто стає причиною конфліктів.

Тест К. Томаса ґрунтується на типології конфліктної поведінки, в основу якої покладено два ключові виміри: кооперація – орієнтація на врахування інтересів інших учасників конфлікту, та напористість – зосередженість на відстоюванні власних інтересів.

Виходячи з поєднання цих вимірів, К. Томас виокремив п'ять базових стратегій поведінки у конфліктних ситуаціях:

- змагання (суперництво) – прагнення домогтися реалізації власних цілей, ігноруючи інтереси іншої сторони; цей стиль є найменш конструктивним, хоча й досить поширеним;
- пристосування – поступка власними інтересами задля задоволення потреб опонента, що протиставляється суперництву;
- компроміс – досягнення домовленості шляхом взаємних поступок, що частково задовольняє обидві сторони;
- уникнення – відмова від активних дій у конфлікті, що характеризується як відсутністю кооперації, так і недостатнім прагненням до захисту власних інтересів;
- співробітництво – пошук рішення, яке повністю враховує інтереси обох сторін і веде до взаємовиграшного результату.

На думку К. Томаса, уникнення конфлікту не дозволяє жодній із сторін досягти успіху. У випадках суперництва, пристосування та компромісу виграш завжди частковий: або один учасник отримує перевагу за рахунок іншого, або обидва змушені йти на поступки. Єдиною стратегією, яка забезпечує виграш для всіх учасників конфліктної ситуації, є співробітництво.

Методика діагностики емоційності за В.М. Русаловим є модифікацією опитувальника формально-динамічних властивостей індивідуальності, розробленого автором. У її структурі виокремлюються три основні аспекти емоційності: психомоторна, комунікативна та інтелектуальна, що відображено у

відповідних діагностичних шкалах. Застосування методики дозволяє комплексно оцінити особливості емоційного реагування особистості у різних сферах діяльності та міжособистісної взаємодії.

Методика вивчення домінуючої стратегії психологічного захисту у спілкуванні В.В. Бойка спрямована на виявлення найбільш характерних способів захисту, які використовує індивід у процесі міжособистісної взаємодії. Для визначення переважаючої стратегії підраховується кількість відповідей кожного типу:

- варіант «а» – відображає схильність до миролюбства;
- варіант «b» – характеризує орієнтацію на уникнення;
- варіант «с» – вказує на переважання агресивної поведінки.

Чим вищим є показник за певним типом відповідей, тим виразніше виявляється відповідна стратегія психологічного захисту. Якщо ж кількість відповідей за всіма варіантами приблизно однакова, це свідчить про гнучке використання респондентом різних захисних механізмів у комунікативних ситуаціях.

2.2. Аналіз отриманих результатів

На початковому етапі дослідження було проведено емпіричну діагностику рівня комунікабельності підлітків, які склали вибірку сукупність нашого дослідження. Основною метою цього етапу стало виявлення особливостей комунікативної сфери та визначення ступеня сформованості здатності до соціальної взаємодії.

Як зазначалося раніше, для реалізації поставлених завдань було обрано методику оцінки рівня комунікабельності В.Ф. Ряховського, яка є одним із найбільш поширених і валідних інструментів у психологічній практиці. Даний тест дозволив виявити не лише загальний рівень комунікабельності, а й визначити специфіку міжособистісної поведінки респондентів у процесі спілкування.

За підсумками проведеного тестування було отримано емпіричні дані, які відображають особливості комунікативної активності досліджуваних підлітків. Результати діагностики представлені на рис. 2.1, що дає можливість здійснити подальший кількісний та якісний аналіз, а також виявити закономірності, притаманні підлітковій віковій групі.

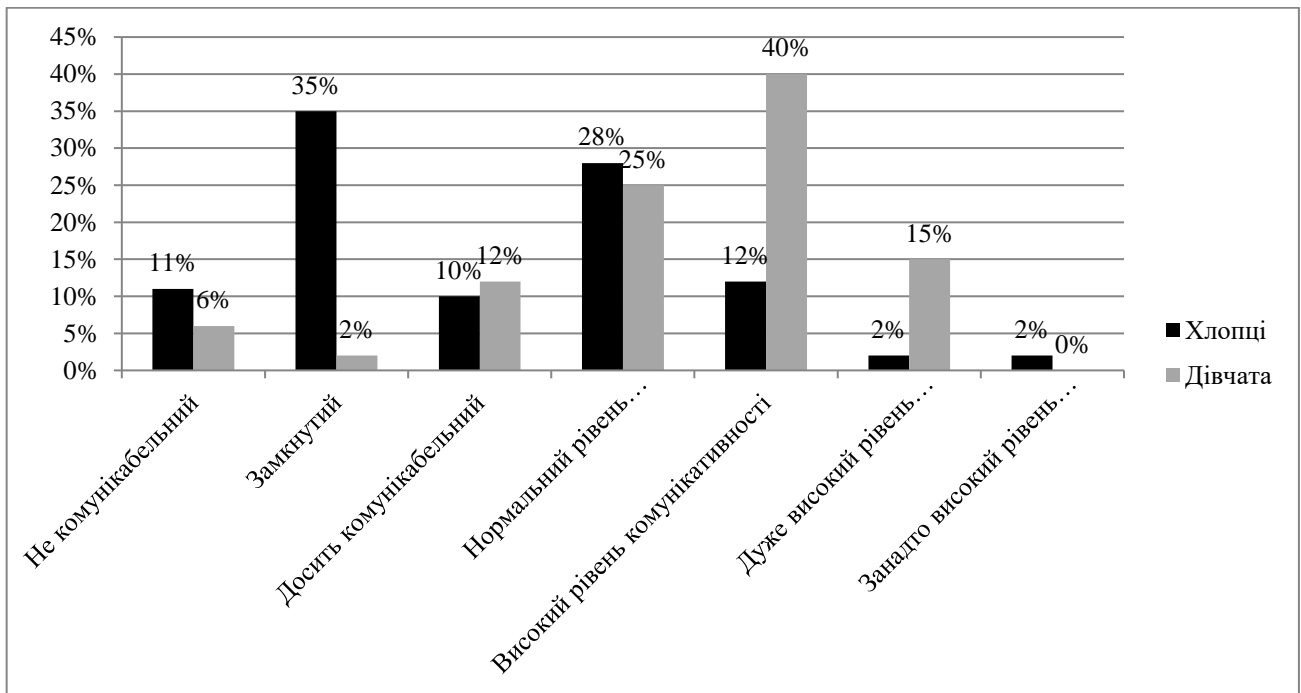


Рис. 2.1. Рівень комунікабельності підлітків

Застосований тест дає можливість визначити рівень комунікабельності особистості за кількома категоріями, які відображають ступінь соціальної активності та особливості взаємодії у міжособистісному спілкуванні. Виділяють такі рівні:

1. Низький рівень (некомунікабельність) – характеризується вираженими труднощами у встановленні контактів, небажанням або невмінням взаємодіяти з іншими.

2. Замкнутість – схильність уникати активних соціальних контактів, обмежене коло спілкування, перевага самотності.

3. Середній рівень комунікабельності – певна гнучкість у спілкуванні, здатність до взаємодії у знайомих ситуаціях, але водночас пасивність у конфліктних чи нових соціальних умовах.

4. Високий рівень – стійкий інтерес до інших людей, готовність вступати у взаємодію, терпимість до різних точок зору та вміння конструктивно підтримувати контакт.

5. Дуже високий рівень – надмірна товарицькість, прагнення до активної участі у різних формах спілкування, схильність швидко ініціювати контакти.

6. Надмірна комунікабельність (патологічна форма) – виражається у нав'язливості, багатослівності та втручанні у справи, що не стосуються особистості, що може стати джерелом конфліктів.

Отримані результати дали змогу встановити певні відмінності у вибірці. Зокрема, більшість дівчат-підлітків (40 %) продемонстрували високий рівень комунікабельності, тоді як серед юнаків аналогічний показник склав лише 12 %.

Досить значна частка дівчат (15 %) виявила дуже високий рівень комунікабельності. Такі підлітки зазвичай прагнуть бути обізнаними з усіма подіями у своєму соціальному середовищі, активно беруть участь у дискусіях, хоча серйозні теми можуть викликати у них зниження інтересу. Вони охоче висловлюють власну думку навіть тоді, коли мають поверхове уявлення про проблему. Такі дівчата відчують себе впевнено у будь-якому колективі, швидко включаються у нові справи, проте не завжди доводять розпочаті завдання до завершення.

Аналіз результатів дослідження показав, що серед підлітків виявлено різні рівні розвитку комунікабельності. Зокрема, високий рівень зафіксовано у 12 % опитаних, тоді як дуже високий рівень – у 2 % учасників. Це свідчить про їхню відкритість, товарицькість та готовність взаємодіяти з іншими навіть у випадках, коли власні можливості залишаються не до кінця оціненими. Водночас у таких підлітків іноді спостерігається певна імпульсивність, знижена здатність до терпіння та недостатня стійкість у ситуаціях, що потребують рішучості й відваги.

Нормальний рівень комунікабельності продемонстрували близько чверті досліджуваних (25 %). Вони відзначаються допитливістю, поміркованістю у спілкуванні, здатністю до аргументованого відстоювання власної думки без зайвої емоційності. Такі підлітки відкриті до нових знайомств, активно беруть участь у дискусіях, готові ділитися поглядами та ідеями.

Ще 28 % опитаних також перебувають на рівні, близькому до середнього. Для цієї групи характерна збалансованість у налагодженні міжособистісних контактів: вони легко підтримують взаємодію в колективі, але водночас уникають надмірної активності у встановленні нових соціальних зв'язків.

За результатами дослідження встановлено, що на рівні достатньої комунікабельності перебуває близько 11 % опитаних підлітків. Це свідчить про наявність у них розвинених соціальних навичок, що забезпечують відкритість у спілкуванні, здатність до встановлення контактів і підтримання конструктивної взаємодії з оточенням.

Разом із тим, серед вибірки виявлено й тих, хто належить до категорії «замкнених» (близько 19 %), а також респондентів із низьким рівнем комунікабельності (приблизно 9 %). Такі підлітки менш схильні до ініціації контактів, відчувають труднощі у формуванні нових стосунків, нерідко виявляють унікальну поведінку в групових ситуаціях.

Низький рівень розвитку комунікабельності часто зумовлює відстороненість від колективу, зниження пізнавальної активності та недостатню відповідність рівня домагань особистим можливостям. Це, у свою чергу, створює перешкоди у формуванні дружніх відносин, може спричиняти непорозуміння та конфлікти у групі ровесників.

Важливо зазначити, що підлітковий вік є сензитивним періодом для становлення комунікативних здібностей. Саме у цей час інтенсивно формуються механізми соціальної взаємодії, від яких залежить подальша здатність особистості до успішного налагодження контактів, конструктивного вирішення суперечностей і збереження емоційного балансу у процесі спілкування.

Отримані результати свідчать, що у підлітковому віці переважає саме нормальний рівень розвитку комунікабельності. Це пояснюється особливостями вікової соціалізації: у процесі становлення особистості відбувається пошук оптимального стилю спілкування, що дозволяє ефективно взаємодіяти з ровесниками та зберігати внутрішній баланс у міжособистісних відносинах.

Наступним етапом нашого дослідження було визначення у підлітків домінуючого типу стратегії поведінки в умовах конфлікту. З цією метою було використано методикку К. Томаса, яка дозволяє виявити найбільш характерні для особистості підходи до врегулювання суперечностей. Респондентам було запропоновано пройти відповідний тест, результати якого дали змогу отримати кількісні показники та візуалізувати їх на рисунку 2.2.

Аналіз отриманих даних продемонстрував, що у підлітковому віці простежується різна вираженість стратегій поведінки в конфліктних ситуаціях. Частина досліджуваних схильна використовувати більш наполегливі та навіть агресивні підходи до відстоювання власної позиції. Водночас інша частина респондентів демонструє прагнення до пошуку взаємоприйнятних рішень, що проявляється у використанні стратегій компромісу та співробітництва.

Отримані результати узгоджуються з теоретичними положеннями про те, що в підлітковому віці характерною є підвищена варіативність стратегій подолання конфліктів. Це зумовлюється специфікою соціалізації, потребою у визнанні з боку ровесників, прагненням до самоствердження та водночас бажанням зберігати конструктивні міжособистісні стосунки.

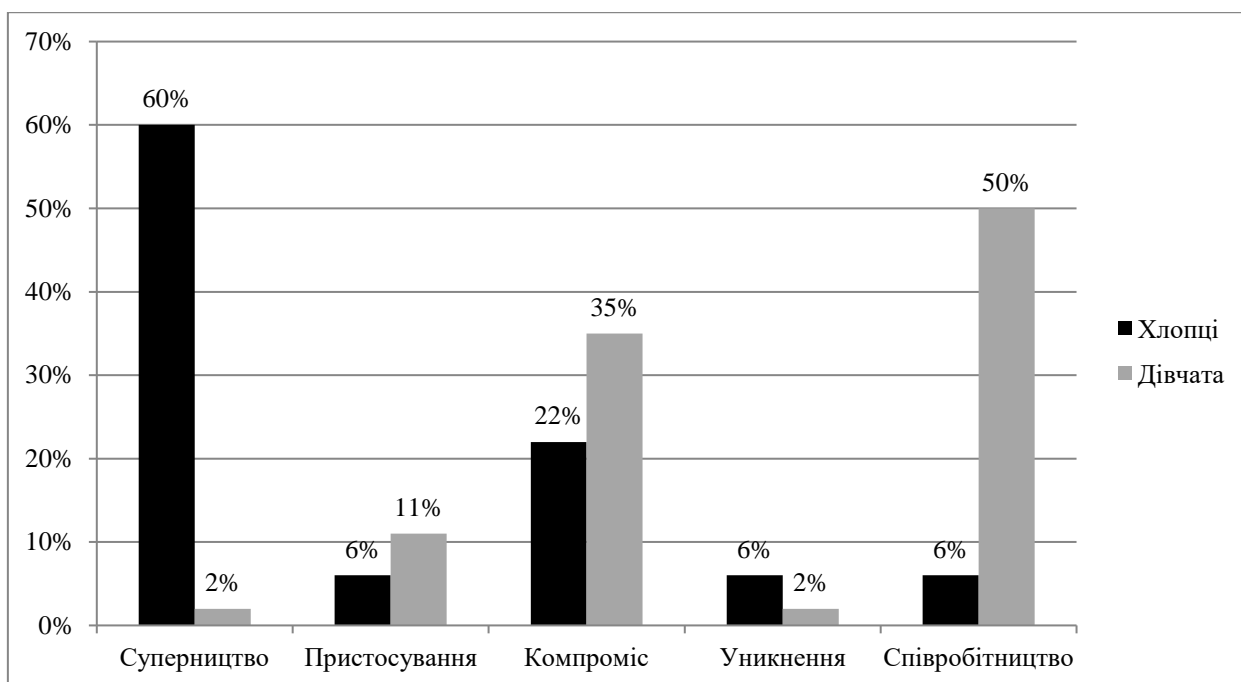


Рис. 2.2. Стилі поведінки підлітків у конфлікті

Як показано у представлених даних, значна частка респондентів демонструє певні особливості вибору стратегій поведінки у конфліктних ситуаціях. Зокрема, помітна частина підлітків застосовує стратегію суперництва – прагнення до задоволення власних інтересів за рахунок інтересів іншого учасника конфлікту. Така поведінка передбачає, що перемога можлива лише для одного учасника, тоді як інший зазнає поразки.

Індивіди, які віддають перевагу цій стратегії, активно відстоюють свою позицію всіма доступними способами і не враховують протилежну точку зору. Вони впевнені, що лише наполегливість та напористість дозволяють домогтися бажаного результату у конфлікті. Дослідження показало, що ця стратегія є агресивною за своєю суттю і характеризує поведінкові особливості певної частини підлітків, які демонструють високу наполегливість у відстоюванні власних інтересів.

Стратегію компромісу застосовують 22 % хлопців та 35 % дівчат. Вона передбачає часткове задоволення інтересів усіх учасників конфліктної взаємодії. Хоча компроміс за своєю суттю є справедливим рішенням, що враховує потреби всіх сторін, важливо зазначити, що у більшості випадків він виступає лише як

проміжний етап у процесі врегулювання конфлікту. Він створює основу для подальшого пошуку найбільш оптимального рішення, яке максимально задовольняє інтереси всіх учасників конфліктної ситуації.

Стратегію пристосування обирають 11 % дівчат та 6 % хлопців. Ця поведінка характеризується готовністю підлітка поступитися власними потребами, бажаннями та інтересами заради уникнення конфронтації. Така стратегія зазвичай притаманна особам із заниженою самооцінкою або недостатньою впевненістю у собі, які вважають, що їх позиція і думка не заслуговують на увагу оточення. Використання стратегії пристосування дозволяє уникнути прямих конфліктів, проте водночас може обмежувати здатність підлітка відстоювати власні інтереси та ефективно захищати особисті кордони у міжособистісних відносинах.

Стратегію співробітництва обирають 6 % хлопців та 50 % дівчат. Дана стратегія передбачає прагнення до вирішення конфлікту таким чином, щоб задовольнити інтереси всіх учасників. У цьому випадку підлітки враховують не лише позицію опонента, а й намагаються максимально реалізувати власні потреби та бажання, забезпечуючи взаємовигідне рішення конфліктної ситуації. Такий підхід свідчить про розвиток здатності до конструктивної комунікації, уміння шукати компромісні та взаємовигідні рішення, а також про високий рівень соціальної компетентності.

Стратегію уникання застосовує невелика частка респондентів – серед хлопців 6 %, серед дівчат – 2 %. Підлітки, які використовують цю стратегію, прагнуть відтермінувати вирішення конфлікту та ухвалення важливих рішень. Вони не тільки не відстоюють власні інтереси, а й не приділяють уваги інтересам іншої сторони. Така поведінка може бути спрямована на збереження емоційного комфорту, однак водночас обмежує можливості ефективного врегулювання конфліктів і розвитку навичок міжособистісної взаємодії.

Наступним етапом дослідження стала діагностика емоційності підлітків за методикою В.М. Русалова. Ця методика дозволяє оцінити рівень і характер емоційності у процесі міжособистісної взаємодії, розкриваючи особливості

емоційних реакцій у різних ситуаціях спілкування. Результати діагностики були узагальнені та відображені на рисунку 2.3.

Аналіз отриманих даних свідчить про наявність значних індивідуальних особливостей емоційної сфери підлітків. Зокрема, у частини респондентів спостерігаються високі показники психомоторної емоційності, що характеризує ступінь впливу тілесної активності на емоційні переживання. Такий тип емоційності проявляється у позитивній реакції на рухові активності: фізичні вправи, заняття рухливими видами спорту, ручна творчість або енергійні прогулянки. Підлітки з високим рівнем психомоторної емоційності отримують емоційне задоволення та внутрішню рівновагу через активну фізичну діяльність, що виступає для них природним джерелом емоційної стимуляції.

Методика Русалова дозволяє також оцінити комунікативну та інтелектуальну емоційність, що відображає емоційні прояви у процесі спілкування та мисленнєвої діяльності. Таким чином, отримані результати дають змогу комплексно охарактеризувати емоційний профіль підлітків та простежити взаємозв'язок між фізичною активністю, соціальною взаємодією та емоційними переживаннями.

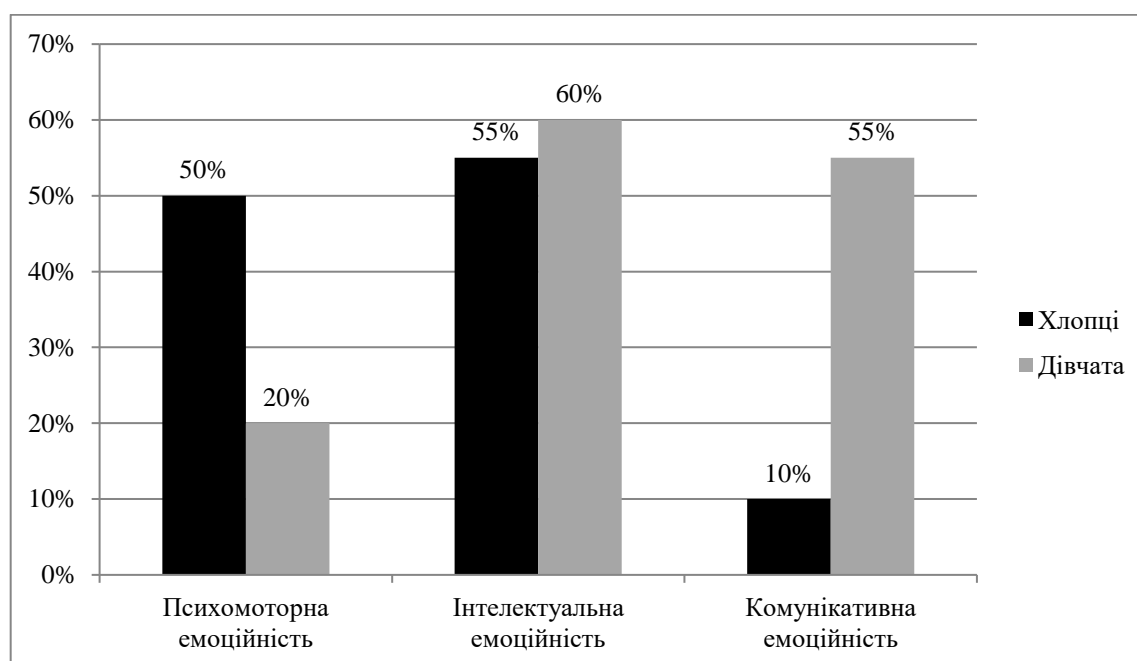


Рис. 2.3. Вираженість комунікативної емоційності підлітків

Результати діагностики емоційності підлітків за методикою В.М. Русалова свідчать про характерні відмінності у структурі емоційності серед досліджуваних.

1. Психомоторна емоційність. Серед хлопців показник психомоторної емоційності складає 50 %, тоді як у дівчат він значно нижчий – 20 %. Це свідчить про те, що у хлопців джерелом емоційних переживань частіше виступає фізична активність, рухові дії, заняття спортом або різноманітна моторна діяльність. Для дівчат психомоторна складова емоційності є менш вираженою, що може вказувати на меншу потребу в емоційному самовираженні через фізичні дії.

2. Інтелектуальна емоційність. Показники інтелектуальної емоційності у хлопців та дівчат є відносно високими й майже рівними – 55 % та 60 % відповідно. Це свідчить про значну роль когнітивної діяльності у формуванні емоційних переживань підлітків. Високий рівень інтелектуальної емоційності вказує на активне включення мисленневих процесів у сприйняття та оцінку соціальних ситуацій, що відбивається на емоційних реакціях у навчальній та міжособистісній взаємодії.

3. Комунікативна емоційність. У цій сфері спостерігається найбільша різниця між групами: у хлопців вона становить лише 10 %, тоді як у дівчат досягає 55 %. Це свідчить про те, що дівчата значно активніше використовують емоції в процесі спілкування, демонструючи чутливість до реакцій оточення, здатність до емпатії та ефективну міжособистісну взаємодію. Низькі показники комунікативної емоційності у хлопців можуть свідчити про менш розвинену здатність виражати емоції в соціальних контактах або обмежену увагу до емоційного стану співрозмовника.

Отримані результати дозволяють стверджувати, що емоційний профіль підлітків має різнопланову структуру. Психомоторна емоційність більш виражена у хлопців, інтелектуальна емоційність є високою в обох групах, а комунікативна емоційність значно активніша у дівчат. Ці дані свідчать про диференціацію способів переживання та вираження емоцій у процесі міжособистісної взаємодії, що має враховуватися при розробці програм розвитку соціально-емоційних компетентностей підлітків.

На заключному етапі емпіричного дослідження нами була застосована методика В.В. Бойко для діагностики домінуючої стратегії психологічного захисту в процесі спілкування. Використання цієї методики надало змогу систематично визначити переважаючий стиль психологічного захисту у взаємодії респондентів, що є важливим для аналізу їхніх комунікативних особливостей та емоційно-поведінкових реакцій у соціальних контактах. Отримані дані були узагальнені та представлені на рисунку 2.4, що дає можливість наочно оцінити поширеність різних стратегій психологічного захисту серед учасників дослідження.

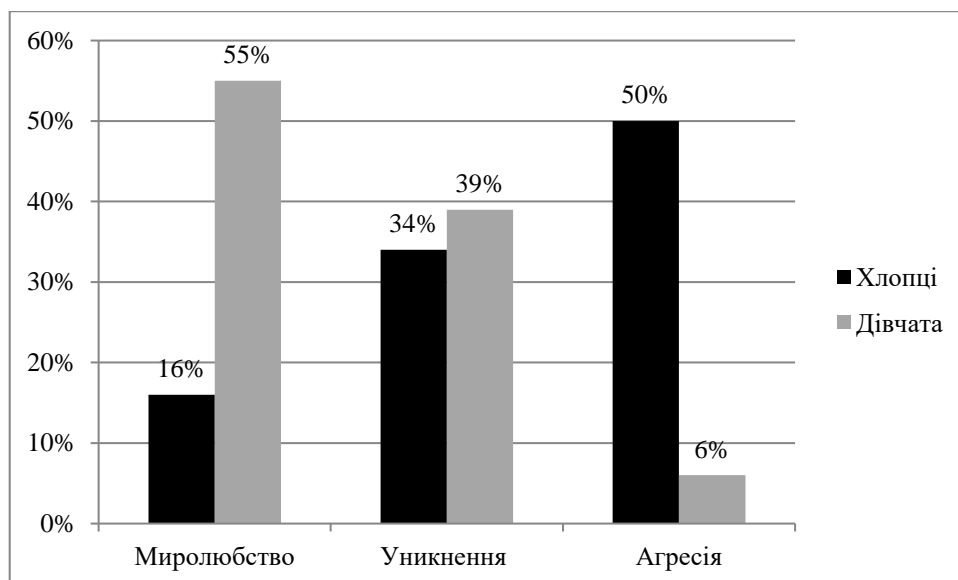


Рис. 2.4. Стилi комунікативного захисту підлітків

Результати проведеної діагностики показали, що у більшості хлопців-підлітків у процесі комунікативної взаємодії переважають такі стратегії психологічного захисту:

Агресія (50% хлопців; 6% дівчат). Агресія розглядається як психологічна стратегія захисту суб'єктної реальності особистості, що ґрунтується на інстинктивних механізмах. За підвищення загрози для «Я» особистості рівень агресивної поведінки зростає. У цьому випадку інстинкт агресії органічно поєднується з особистісними характеристиками хлопців, а інтелект функціонує як «передавальний механізм», що трансформує агресивну енергію у більш

цілеспрямовану дію. Інтелект посилює агресію, надаючи їй смислового навантаження, виступаючи своєрідним «трансформатором» емоційної напруги.

Уникнення (34% хлопців та 39% дівчат). Уникнення є стратегією захисту суб'єктивної реальності, яка базується на економії інтелектуальних та емоційних ресурсів. Особистості, що обирають цю стратегію, здебільшого уникають конфліктів або залишають зони напруги без прямого протистояння, що дозволяє мінімізувати витрати емоційної енергії та інтелектуальних зусиль.

Для дівчат характерною стратегією психологічного захисту є миролюбність (55%). Миролюбство розглядається як стратегія захисту суб'єктивної реальності, де провідну роль відіграють інтелект та характер особистості. Інтелект у цьому випадку нейтралізує емоційну енергію при загрозі для «Я», а характер формує готовність до партнерства, співробітництва, компромісів та поступок. Дівчата з високим рівнем миролюбності демонструють здатність частково жертвувати власними інтересами заради збереження гідності та стабільності міжособистісних відносин. У певних випадках миролюбство проявляється як адаптивна поведінка, що дозволяє уникати конфліктів і не піддавати «Я» зайвим випробуванням.

Водночас для формування домінуючого стилю миролюбності одного інтелекту недостатньо. Важливо, щоб особистість також мала відповідні риси характеру — м'які, урівноважені, комунікабельні. Спільна дія інтелекту та «гарного» характеру створює психогенну основу для реалізації миролюбного стилю психологічного захисту.

Завершальний етап нашого дослідження був присвячений виявленню міжгрупових відмінностей у прояві комунікативних здібностей підлітків. Для аналізу міжгрупових відмінностей застосовувався непараметричний статистичний критерій Манна–Уїтні, який дозволяє порівнювати розподіли показників психологічної стійкості у двох незалежних групах без припущення про нормальність їх розподілу. Використання цього методу забезпечує об'єктивну оцінку відмінностей у прояві досліджених параметрів комунікативних здібностей підлітків. Результати математичного аналізу представлені в табл. 2.1.

Таблиця 2.1.

Математична обробка результатів

Дослідженні параметри комунікативних здібностей	Суми рангів респондентів		Показники Критерію Манна-Уїтні
	Хлопці	Дівчата	
Комунікабельність (тест Ряховського)	785,5	986,5	98*
Суперництво	833,5	647,5	135,5*
Пристосування	753,5	774,5	436
Компроміс	712,5	695,5	379
Уникнення	721,5	688,5	287
Співробітництво	653,5	876,5	110,5*
Миролюбство	633,5	792,5	105,5*
Уникнення	659,5	633,5	413,5
Агресія	814,5	702,5	120,5*
Психомоторна емоційність	836,5	697,5	145,5*
Інтелектуальна емоційність	634,5	675,5	374,5
Комунікативна емоційність	721,5	966,5	130,5*

Примітка. * – статистично значущі розбіжності на рівні $p \leq 0,01$

Результати математичної обробки даних за допомогою критерію Манна–Уїтні показують наявність статистично значущих відмінностей (*позначено *) між хлопцями та дівчатами за низкою параметрів комунікативних здібностей:

1. Комунікабельність (Ряховського) – $U=98$: дівчата значно перевищують хлопців за рівнем комунікабельності, що свідчить про більш розвинуту здатність до налагодження контактів та активної взаємодії з оточенням.

2. Суперництво – $U=135,5$: хлопці мають більш виражену схильність до конкурентної взаємодії у порівнянні з дівчатами.

3. Співробітництво – $U=110,5$ та Миролобство – $U=105,5$: дівчата проявляють вищий рівень готовності до партнерства, компромісу та конструктивного вирішення конфліктів, що вказує на більш сформовані навички соціальної взаємодії.

4. Агресія – $U=120,5$ та Психомоторна емоційність – $U=145,5$: хлопці відзначаються вищим рівнем агресивних реакцій та емоційної експресії, що може впливати на стиль їхньої комунікації та взаємодію в колективі.

5. Комунікативна емоційність – $U=130,5$: дівчата демонструють значно вищу здатність виражати та регулювати емоції в процесі спілкування, що сприяє ефективнішій взаємодії та емоційному контакту.

Отже, на основі математичного аналізу можна зробити такі висновки:

1. Дівчата-підлітки демонструють вищий рівень комунікабельності, емоційної регуляції та готовності до співпраці та миролобного врегулювання конфліктів. Це свідчить про більш високий ступінь сформованості соціально-комунікативних навичок і здатності підтримувати конструктивні взаємини з оточенням.

2. Хлопці-підлітки характеризуються більшою схильністю до суперництва, агресії та психомоторної емоційності, що може відображати тенденцію до прямого або конкурентного стилю взаємодії, а також потребу у розвитку навичок партнерства та емоційної саморегуляції.

3. Виявлені відмінності підкреслюють диференційовану форму прояву комунікативних здібностей у підлітків за гендерною ознакою: дівчата переважно орієнтовані на співпрацю та підтримання гармонійних стосунків, тоді як у хлопців більш виражена конкурентна та емоційно експресивна поведінка.

Висновки до другого розділу

Ми провели емпіричне дослідження, присвячене вивченню особливостей комунікативних здібностей підлітків. У межах діагностичної процедури було опитано 60 респондентів, з яких 30 — хлопці та 30 — дівчата.

Проведене дослідження дозволило комплексно оцінити особливості комунікативної сфери, емоційності та стратегій поведінки підлітків у процесі міжособистісної взаємодії. На початковому етапі діагностики рівня комунікабельності встановлено, що більшість підлітків демонструють нормальний або високий рівень соціальної активності, здатність до встановлення контактів та підтримання конструктивних стосунків. Дівчата переважно відзначаються високою комунікабельністю, готовністю до співпраці та миролюбного врегулювання конфліктів, тоді як у хлопців частіше спостерігається схильність до конкурентної, агресивної та психомоторно активної поведінки.

Аналіз стратегій поведінки у конфліктних ситуаціях показав гендерну диференціацію: дівчата значною мірою орієнтовані на співробітництво та компроміс, тоді як хлопці частіше обирають суперництво або уникнення. Результати діагностики емоційності підтвердили, що психомоторна емоційність більш виражена у хлопців, інтелектуальна емоційність висока в обох групах, а комунікативна емоційність суттєво переважає у дівчат, що свідчить про їхню здатність до емпатії та чутливість до емоційного стану оточення.

Діагностика стилів психологічного захисту виявила, що у хлопців домінують агресія та уникнення, а у дівчат – миролюбність та готовність до співпраці. Отримані дані свідчать про диференційовану структуру комунікативних здібностей, емоційності та стратегій захисту підлітків, що має враховуватися при формуванні програм розвитку соціально-емоційних компетентностей та навчанні ефективним способам міжособистісної взаємодії.

РОЗДІЛ 3

ТЕОРЕТИКО-МЕТОДИЧНІ ОСНОВИ ДОСЛІДЖЕННЯ КОМУНІКАТИВНИХ ЗДІБНОСТЕЙ ПІДЛІТКІВ

3.1. Науково-методичні підходи до формування комунікативних здібностей

Проблема успішного розвитку підлітків та їх адаптації до швидко змінюваних умов життя в сучасній науці зумовлена зростаючими вимогами до шкільної та позашкільної освіти. Особливе значення приділяється формуванню у учнів навичок ефективної взаємодії з оточуючими, що є базою їхнього благополучного розвитку. Сучасні вимоги до виховання підлітків як комунікабельних і соціально адаптованих осіб активізують завдання опанування ними комунікативних умінь. Це, у свою чергу, підвищує значущість оптимізації міжособистісних відносин та розвитку взаєморозуміння у процесі спілкування в підлітковому віці.

Комунікативна діяльність у цей період є провідною: відсутність відповідних навичок ускладнює самовираження підлітка, його реалізацію у навчанні, спілкуванні з однолітками та соціальному середовищі загалом, сприяє неконструктивним взаємодіям і ризику соціальних відхилень. Водночас можливе коригування вже сформованих комунікативних умінь, що робить актуальною соціально-педагогічну роботу з їх розвитку, адже вікові особливості підлітків дозволяють досягти високої ефективності таких заходів.

Огляд педагогічних досліджень свідчить, що проблема системного формування комунікативних умінь підлітків у практиці виховання вивчена недостатньо, що призводить до відсутності цілеспрямованих і комплексних підходів до розвитку цих навичок [45; 50].

Як ключовий фактор розвитку психіки людини та її особистості розглядається «предметно-практична діяльність і взаємодія між людьми». Основною умовою формування міжособистісного контакту виступає позиція

рівності учасників, а не підпорядкованості однієї сторони іншій. Лише за таких умов виникає справжній міжособистісний контакт, що перетворюється на діалог і забезпечує максимальну сприйнятливість і відкритість дій. У цьому контексті поняття «взаємодія» відокремлюється від близьких психологічних категорій і підкреслюється його важлива роль у розвитку особистості учасників.

Основні характеристики міжособистісної взаємодії включають:

1. Предметну спрямованість – наявність зовнішньої по відношенню до взаємодії мети;
2. Виразність – доступність поведінкових проявів для спостереження та фіксації;
3. Ситуативність – залежність взаємодії від конкретних умов і обставин;
4. Рефлексивну багатозначність – можливість різних інтерпретацій намірів і дій учасників.

Міжособистісна взаємодія реалізується через поведінкові прояви, які визначаються специфікою завдань взаємодії та індивідуальними особливостями учасників. Сукупність таких проявів формує стратегію або стиль взаємодії.

Традиційно виділяють п'ять основних стратегій поведінки в міжособистісній взаємодії:

1. Протидія – орієнтація на власні цілі без врахування потреб партнера;
2. Уникнення – ухилення від контакту і відмова від власних цілей задля запобігання виграшу іншого;
3. Поступливість – жертвування власними інтересами для досягнення цілей партнера;
4. Компроміс – часткове досягнення цілей обох сторін з дотриманням умовної рівності;
5. Співробітництво – спрямованість на повне задоволення потреб обох учасників взаємодії [9; 11].

У психології всі види взаємодії традиційно поділяються на два протилежні типи: кооперацію (співробітництво) та конкуренцію (конфлікт). Кооперація розглядається як форма взаємодії, що сприяє організації спільної діяльності та

досягненню загальних цілей. Конфлікт, у свою чергу, виникає як зіткнення протилежно спрямованих інтересів, цілей, позицій чи поглядів учасників взаємодії. Історично конфлікт сприймався переважно як негативне явище, проте сучасні психологічні дослідження показують, що він може мати й позитивні функції, стимулюючи розвиток нових рішень, підвищення взаєморозуміння та адаптацію соціальних структур.

Міжособистісна взаємодія, яка часто розглядається як синонім загального поняття «взаємодія», має структурну організацію, що включає три основні компоненти:

1. Когнітивний компонент – охоплює психічні процеси, пов'язані з пізнанням навколишнього середовища, соціальних норм та інших людей. Перед виникненням емоційних відчуттів симпатії чи антипатії особа оцінює партнера по взаємодії, усвідомлено чи несвідомо аналізуючи його поведінку та мотиви.

2. Афективний компонент – включає емоційні та почуттєві стани, що виникають у процесі взаємодії. Сюди належать позитивні емоції, задоволеність собою та партнером, а також конфліктні або напружені стани, почуття симпатії чи антипатії, що впливають на характер комунікації та результативність спільної діяльності.

3. Поведінковий компонент – відображає зовнішні дії та активність суб'єкта у взаємодії. Це конкретні вчинки, реакції та поведінкові прояви, спрямовані на досягнення спільних цілей та ефективність колективної діяльності.

Таким чином, міжособистісна взаємодія постає як комплексний процес, що включає когнітивні оцінки, емоційні переживання та поведінкові дії, а взаємодія цих компонентів визначає ефективність співпраці, здатність до конструктивного вирішення конфліктів і розвиток соціальних компетенцій [45].

Спілкування є комплексним процесом взаємодії між людьми, що передбачає обмін інформацією, а також сприйняття та розуміння партнерами один одного. Воно виконує низку важливих функцій у житті людини, серед яких виділяють:

1. Соціальні функції – спрямовані на організацію та координацію спільної діяльності;

2. Регулятивні функції – забезпечують управління поведінкою та діяльністю учасників взаємодії;

3. Контрольні функції – пов'язані з оцінкою та корекцією дій у процесі спільної діяльності.

Окрім цього, спілкування виконує психологічні функції, які забезпечують внутрішній комфорт особистості, задоволення потреби у взаємодії з іншими, а також сприяють самоствердженню та формуванню особистісної ідентичності [33; 34].

Розвиток комунікативних навичок та формування комунікативної компетентності є важливим напрямом психологічних та педагогічних досліджень. Комунікативна компетентність розглядається як знання норм і правил спілкування, а також володіння технологіями комунікації, що дозволяє особистості ефективно виступати як активний суб'єкт взаємодії. Володіння певним рівнем комунікативної компетентності забезпечує персоніфіковане включення особистості у процес міжособистісного спілкування.

Комунікативні навички визначаються як практичні вміння, що забезпечують ефективну взаємодію з іншими людьми, включно з умінням слухати, висловлювати власну думку, аргументувати позицію, досягати компромісів та відстоювати свої інтереси. У наукових працях такі навички часто групують за блоками:

1. Уміння надавати та приймати увагу, зокрема компліменти;
2. Реагування на справедливу та несправедливу критику;
3. Взаємодія з провокуючою поведінкою співрозмовника;
4. Поведінка у відповідь на прохання;
5. Вміння відмовляти у разі необхідності;
6. Прояв співчуття та підтримки;
7. Прийняття співчуття і підтримки від інших;
8. Вміння встановлювати контакт і підтримувати його;
9. Реакція на спроби інших вступити в контакт.

Формування комунікативних навичок найефективніше відбувається через соціально-психологічне навчання, освоєння систем комунікації та участь у спільній діяльності. У структурі комунікативних навичок виділяють:

1. Орієнтацію в соціальних ситуаціях;
2. Вміння визначати особистісні характеристики та емоційні стани інших людей;
3. Здатність вибирати адекватні способи поведінки та реалізовувати їх у взаємодії з оточуючими.

Для досягнення ефективності комунікативної діяльності особистості необхідно цілеспрямовано формувати відповідні навички спілкування, які виступають базовим елементом її комунікативного потенціалу. Процес розвитку таких навичок розглядається як створення системи внутрішніх ресурсів, що забезпечують здатність особистості встановлювати і підтримувати ефективні контакти в різноманітних міжособистісних ситуаціях.

Сформованість комунікативного досвіду можна оцінювати за низкою об'єктивних критеріїв. До зовнішніх показників належать правильність і якість виконання навичок, відсутність помилок, швидкість виконання операцій та їх послідовність. Внутрішні критерії включають автоматизацію дій, відсутність свідомої концентрації на формі виконання, мінімальну напруженість і стомлюваність, а також редукцію проміжних операцій, що свідчить про ефективне засвоєння і опрацювання навички [17; 36].

Сформованість комунікативних навичок можна оцінювати за трьома рівнями: критичним, допустимим і достатнім, при цьому рівень розвитку навички виступає її якісною характеристикою.

Багато дослідників наголошують на доцільності розгляду формування комунікативного досвіду як складного динамічного процесу, що передбачає поетапне засвоєння та відпрацювання елементів комунікативної діяльності через навчання. Основна мета цього процесу полягає у забезпеченні якісного виконання комунікативних дій, яке характеризується безпомилковістю, доцільністю, гнучкістю та оптимізацією послідовності дій.

Дослідження проблем міжособистісного спілкування підлітків показують, що найчастіше труднощі у взаємодії виникають через недостатній рівень розвитку комунікативних навичок. Це визначає основні напрями соціально-педагогічної роботи з підлітками, спрямованої на системне формування і вдосконалення їх комунікативних компетенцій [45; 47].

Соціально-педагогічна технологія формування комунікативних навичок у підлітків передбачає три основні складові діяльності:

1. психологічну – діагностика індивідуальних особливостей учнів;
2. освітню – навчання технології спілкування та розвитку комунікативних умінь;
3. посередницьку – взаємодія з іншими учасниками освітнього процесу для надання соціально-педагогічної підтримки та сприяння самовизначенню учнів.

Найбільш ефективними методами розвитку комунікативних навичок підлітків визнані тренінги ефективної комунікації та спеціалізовані тренінги розвитку комунікативних умінь. Програма таких тренінгів має передбачати спрямованість на формування практичних комунікативних навичок, оскільки високий рівень розвитку власних умінь виступає необхідною умовою для формування комунікативної культури підлітка [45; 47].

Вправи тренінгу розробляються з урахуванням специфіки індивідуально-психологічних особливостей підлітків. Ефективне формування комунікативних навичок у даній віковій групі забезпечується реалізацією наступного комплексу педагогічних умов:

1. формування комунікативних навичок розглядається як чітко визначена педагогічна мета;
2. процес розвитку навичок організовується в умовах спільної діяльності педагогів і підлітків;
3. розробка змісту, методів і засобів формування комунікативних навичок враховує психологічні особливості підліткового віку;
4. процес формування навичок супроводжується визначеними якісними змінами та динамікою розвитку комунікативної компетентності [51; 55].

Формування комунікативних навичок у підлітків у педагогічному процесі є ключовим компонентом їхньої комунікативної компетентності. Окрім роботи з конкретними комунікативними завданнями, доцільним є використання соціально-психологічних тренінгів, одним із ефективних форматів яких є створення «клубу спілкування». Заняття в такому клубі включають теоретичну та практичну частини. Теоретичний блок передбачає обговорення важливих соціально-психологічних аспектів, таких як дружба, любов, профілактика шкідливих звичок та залежностей, що дозволяє підліткам отримати достовірну інформацію про проблеми.

Практична складова спрямована на формування стійкості до тиску однолітків, навичок безпечної поведінки, а також умінь планувати й досягати власних позитивних цілей. Значну ефективність у цьому контексті демонструють активні групові методи, які можна поділити на три основні категорії:

1. дискусійні методи;
2. ігрові методи;
3. сенситивний тренінг, спрямований на розвиток міжособистісної чутливості та усвідомлення себе як психофізичної єдності.

Дискусійні методи дозволяють підліткам відійти від егоцентричного мислення та навчитися враховувати точки зору інших, одночасно підвищуючи мотивацію та емоційну залученість учасників у вирішення обговорюваних питань. Групова дискусія стимулює подальшу активну пізнавальну та практичну діяльність учасників.

Ігрові методи доцільно поділяти на операційні та рольові. Операційні ігри мають заздалегідь визначений сценарій, у якому алгоритм «правильності» або «неправильності» рішень дозволяє учасникам усвідомити вплив своїх дій на подальший розвиток подій, що сприяє закріпленню навичок прийняття рішень та відповідальності за їх наслідки [22; 38].

Особливу ефективність у формуванні комунікативних навичок у підлітків демонструють рольові ігри. Під час участі в таких іграх учасники стикаються з

моделями ситуацій, близькими до реальних умов діяльності, що стимулює зміну їхніх попередніх установок і формує нові, більш ефективні способи комунікації.

Сенситивний тренінг відрізняється орієнтацією на максимальну самостійність учасників. Його ключовим механізмом стимуляції групової взаємодії є відсутність чіткої структури занять, що дозволяє актуалізувати емоційні та почуттєві реакції, а не лише інтелектуальні. У процесі тренінгу підлітки отримують досвід нових соціальних взаємодій, усвідомлюють, як їх сприймають інші учасники групи, і можуть порівнювати зовнішні оцінки з власним самосприйняттям.

Пріоритетними напрямками виховної роботи, спрямованої на розвиток комунікативної компетентності, є:

1. інтелектуальний розвиток;
2. фізичний розвиток;
3. культурно-моральний розвиток;
4. естетичний розвиток;
5. індивідуально-особистісний розвиток;
6. формування толерантності.

Виховна діяльність реалізується через різноманітні форми, включно з позаурочною роботою, внутрішньокласною та міжкласною діяльністю, участю у творчих об'єднаннях і масових заходах, а також через роботу з родиною та громадськістю. Вказані форми діяльності можуть втілюватися у вигляді творчих проєктів та виховних заходів, спрямованих на інтеграцію соціально-психологічного, освітнього та особистісного розвитку підлітків.

Формування комунікативних навичок у підлітків є складним і багатограним процесом, що вимагає дотримання певних умов ефективності та результативності діяльності соціального педагога.

Першою важливою умовою є врахування особливостей розвитку особистості підлітка. Це передбачає організацію діагностичної роботи з метою оцінки рівня комунікативних навичок, що повинна спиратися на знання вікових психологічних характеристик, емоційної та соціальної сфери розвитку підлітків.

Другою умовою є наявність у педагога навичок розробки спеціалізованих програм і технологій навчання. Це дозволяє комплексно реалізувати всі напрямки соціально-педагогічної роботи: від передачі специфічних знань до формування практичних умінь та навичок, а також до розвитку ціннісного ставлення підлітків до обраної діяльності.

Третьою умовою високої ефективності є володіння педагогом методиками ведення комунікативних тренінгів та активних форм роботи. Інтенсивне залучення підлітків до комунікативної діяльності через соціально-психологічні тренінги, ділові, сюжетні та рольові ігри, дискусії сприяє їх швидшій адаптації до соціального середовища і полегшує розвиток міжособистісних навичок.

Таким чином, формування комунікативних навичок у підлітків є актуальною соціально-педагогічною проблемою сучасного суспільства, що висуває високі вимоги до рівня розвитку підростаючого покоління. Програми з розвитку комунікативних навичок повинні демонструвати позитивні результати і застосовуватися в практичній роботі соціальних педагогів та психологів навчальних закладів.

Соціально-педагогічна діяльність у цьому напрямку може бути структурована у три послідовні етапи:

1. Психодіагностичний етап – передбачає проведення діагностичного дослідження для вивчення індивідуально-психологічних особливостей розвитку підлітків та визначення рівня їх комунікативних навичок.

2. Психолого-педагогічний етап – включає організацію цілеспрямованих заходів, спрямованих на формування комунікативних умінь, з урахуванням розробленого плану, орієнтованого на розвиток у підлітків системи особистісних ресурсів.

3. Корекційна робота – ґрунтується на результатах діагностики, виявленні труднощів у спілкуванні та впровадженні заходів щодо їх подолання, з метою покращення рівня комунікативної компетентності підлітків.

Таким чином, комплексний підхід до формування комунікативних навичок поєднує діагностичну, освітню та корекційну складові, забезпечуючи системний розвиток здатності підлітків ефективно взаємодіяти з оточенням.

3.2. Програма розвитку комунікативних здібностей підлітків

На основі проведеного теоретичного та емпіричного дослідження була розроблена програма тренінгу, спрямованого на розвиток комунікативних здібностей підлітків.

Мета програми – створення умов для ефективного формування та вдосконалення комунікативних умінь підлітків.

Основні завдання програми:

1. Забезпечення безпечного та довірчого середовища в групі.
2. Сприяння усвідомленню учасниками власних комунікативних особливостей та труднощів у спілкуванні.
3. Виявлення та опрацювання конкретних проблемних ситуацій у міжособистісному спілкуванні.
4. Формування та закріплення навичок конструктивної взаємодії, співпраці та ефективного спілкування.

Блок 1. Розминка.

Мета блоку – підготовка підлітків до роботи в тренінговій групі та створення сприятливого психологічного клімату для подальшої взаємодії.

Вправа «Це моє ім'я» (20 хв).

Мета – ознайомлення учасників один з одним.

Кожен учасник по черзі називає своє ім'я та ділиться інформацією, пов'язаною з ним (наприклад, походження і значення імені, наявність родинних носіїв імені, власні відчуття під час розповіді).

Рефлексія (5 хв) – обговорення вражень від виконання завдання та самопочуття учасників.

Вправа «Правила групи» (30 хв).

Мета – спільне розроблення та затвердження правил роботи групи.

Правила включають: уважне слухання, висловлення думок по суті, прояв поваги до інших, пунктуальність, дотримання конфіденційності, можливість зупиняти дискусію («стоп»), а також говоріння від власного імені.

Рефлексія (5 хв) – обговорення засвоєних правил та їх значення для роботи групи.

Вправа «Спільний рахунок» (20 хв).

Мета – формування командної згуртованості та налаштування на колективну роботу.

Завдання полягає у колективному рахунку до десяти без попередньої домовленості про порядок, при цьому повторне одночасне проголошення числа призводить до початку спроби заново. Можливі варіанти виконання з відкритими або закритими очима.

Рефлексія (5 хв) – обговорення процесу, виявлених труднощів та способів їх подолання.

Вправа «Квадрат» (20 хв).

Мета – розвиток усвідомлення присутності кожного учасника та командної взаємодії.

Учасники стоять у колі з закритими очима та мають організуватися у форму квадрата без допомоги зору. Після побудови фігури відбувається обговорення, перевірка точності та узгодження результату. За потреби можна будувати інші геометричні форми.

Рефлексія (5 хв) – аналіз процесу взаємодії, емоційний обмін, обговорення шляхів підвищення ефективності спільної роботи.

Загальна мета блоку – активізація учасників, розвиток навичок спільної роботи, взаємної уваги та готовності до подальшої тренінгової діяльності.

Блок 2. Спілкування та емоції

Мета блоку: розвиток навичок ефективного спілкування та емоційного самовираження для встановлення міжособистісного контакту та підвищення соціальної компетентності підлітків.

Вправи та методи:

1. «Сім богатирів» (20 хв)

2. Мета – тренування навичок переконання, аргументації та презентації власної позиції. Учасники поділяються на міні-групи, готують переконливі аргументи на користь певного рішення (за мотивами казки А.С. Пушкіна), після чого презентують їх перед «царівною».

3. Рефлексія (10 хв): аналіз емоційного досвіду, обговорення ефективності використаних аргументів та навичок переконання.

4. «Заморожені» (30 хв)

5. Мета – розвиток емоційної стійкості та саморегуляції. Учасники зображують нерухомих людей, на яких ведучий намагається вплинути мімікою та жестами. Вправа формує здатність контролювати власні емоції та витримувати зовнішній тиск.

6. Рефлексія: обговорення стратегій, що допомогли залишатися незворушними, і їх практичне значення в житті.

7. «Три закони спілкування» (20 хв)

8. Мета – розвиток невербальної комунікації, логічного мислення та групової взаємодії. Учасники поділяються на «землян» та «інопланетян» і виконують завдання з моделювання правил спілкування.

9. Рефлексія (10 хв): аналіз процесу взаємодії, труднощів у встановленні контактів та стратегій досягнення цілей.

10. «Моя проблема в спілкуванні» (20 хв)

11. Мета – виявлення індивідуальних труднощів у спілкуванні. Учасники анонімно записують власні проблеми, обирають листки інших та пропонують способи їх подолання.

12. Рефлексія (5 хв): обговорення емоційного досвіду, ефективності запропонованих рішень та значення самоспостереження у розвитку комунікативних навичок.

13. Гра «Витівник» (30 хв)

14. Мета – розвиток комунікативних якостей, подолання невпевненості та тривоги. Кожен учасник організовує веселу групову гру, після чого група оцінює його активність та лідерські здібності.

15. Рефлексія (5 хв): аналіз взаємодії та оцінка власної впевненості.

16. Вправа «Розкажи про себе» (40 хв)

17. Мета – розвиток самопрезентації та навичок публічного висловлювання. Кожен учасник розповідає про себе без обмежень теми і часу.

18. Рефлексія (5 хв): оцінка власного досвіду самовираження та реакцій аудиторії.

19. Гра «Австралійський дощ» (30 хв)

20. Мета – зняття напруження та розслаблення групи через колективне виконання ритмічних рухів. Учасники повторюють рухи ведучого, що моделюють природні явища, від легкого до інтенсивного «дощу».

21. Рефлексія (5 хв): обговорення емоційного стану, відчуття групової гармонії та впливу вправи на зняття стресу.

Загальні висновки:

Даний блок спрямований на розвиток емоційної та комунікативної компетентності підлітків через інтерактивні ігрові методи та тренінгові техніки.

Вправи дозволяють:

- удосконалювати навички аргументації та переконання;
- формувати емоційну стійкість і самоконтроль;
- розвивати невербальну комунікацію та здатність слухати;
- підвищувати впевненість у груповій взаємодії;
- аналізувати власні труднощі у спілкуванні та виробляти стратегії їх подолання.

подолання.

Блок 3. Міжособистісна взаємодія

Мета блоку: розвиток навичок ефективної міжособистісної взаємодії, співпраці та усвідомленої взаємозалежності учасників у групі.

Вправи та методики:

1. «Гірлянда» (20 хв)

2. Мета – розминка та формування навичок командної взаємодії. Учасники діляться на дві рівні команди та змагаються, створюючи гірлянду з елементів свого одягу. Акцент робиться на спільну роботу, розподіл ролей і подолання конфліктів. Для посилення ефекту рекомендується формувати команди з малознайомих учасників та тих, хто має попередні суперечки.

3. Аналіз виконання: оцінюється тривалість завдання, ролі учасників, фактори, що сприяли або перешкождали виконанню, а також можливі альтернативні стратегії.

4. Рефлексія (5 хв): обговорення процесу взаємодії та виявлення ефективних підходів до спільної роботи.

5. «Скульптури, що розмовляють» (30 хв)

6. Мета – розвиток навичок співпраці та креативної взаємодії у невизначених ситуаціях. Один учасник виступає «скульптором», двоє інших – «пластиліном», з якого створюється фігура певних казкових персонажів. «Скульптури» з зав'язаними очима намагаються розпізнати персонажів через спільну взаємодію після завершення роботи скульптора.

7. Аналіз: оцінюється ефективність командної взаємодії, розподіл ролей, час виконання, перешкоди та використані стратегії.

8. Рефлексія (5 хв): обговорення емоційного досвіду та механізмів співпраці для досягнення спільної мети.

9. «Міміка і стан людини» (20 хв)

10. Мета – розвиток навичок невербального спілкування та емоційної виразності. Учасники тренують здатність відображати внутрішні стани через міміку та розпізнавати емоції інших. Вправи включають демонстрацію базових емоцій (гнів, страх, радість, презирство, подив тощо) і роботу в парах для точного визначення думок та емоцій співрозмовника без словесного вираження.

11. Рефлексія (5 хв): обговорення труднощів і результатів впізнавання емоцій, аналіз значення міміки у міжособистісній комунікації.

Загальні висновки:

Даний блок спрямований на формування компетенцій міжособистісної взаємодії через ігрові та тренінгові методики. Учасники навчаються:

- ефективно співпрацювати у команді;
- розподіляти ролі та взаємодіяти у складних або конфліктних ситуаціях;
- використовувати невербальні засоби для вираження емоцій та розуміння партнерів;
- керувати власними емоціями та враховувати емоції інших;
- розвивати креативність у спільній діяльності та комунікації.

Блок – Конфлікти у взаємодії

Мета блоку: сформувати у учасників знання та практичні навички конструктивного врегулювання конфліктів, які виникають у процесі міжособистісної комунікації.

Вправа «Мозковий штурм на тему конфліктів» (40 хвилин)

Мета: ознайомити учасників із поняттям «конфлікт» та сприяти формуванню первинного розуміння його проявів.

Хід вправи:

1. На великому аркуші, дошці або фліп-чарті фіксується ключове слово «конфлікт».
2. Учасникам пропонується висловити якомога більше асоціацій, пов'язаних із цим терміном.
3. Всі висловлені версії фіксуються наочним способом.
4. На основі отриманих даних здійснюється груповий аналіз, спрямований на формулювання максимально повного і точного визначення поняття «конфлікт». Після обговорення надається стандартизоване визначення терміну.

5. Рефлексія: 5 хвилин.

Міні-лекція «Сутність та характеристика конфлікту» (60 хвилин)

Мета: надати учасникам систематизовану теоретичну інформацію щодо природи та типології конфліктів.

Конфлікт (лат. *conflictus* – зіткнення) визначається як протистояння суб'єктів у зв'язку з наявним або уявним протиріччям. Конфлікт виникає у ситуаціях, коли

хоча б одна сторона вважає, що її інтереси порушуються або ігноруються іншою. Як зазначає соціолог В.А. Ядов, конфлікти є нормальним станом суспільства; вони неминучі, навіть у гармонійних міжособистісних взаємодіях.

Причини виникнення конфліктів включають: емоційну неконтрольованість, непрозорість намірів, непорозуміння, агресивність, різницю цілей і цінностей. Конфлікти можна використовувати як джерело соціального та особистісного розвитку, здобуття досвіду самовиховання та саморегуляції.

Типологія конфліктів:

1. Внутрішньо-особистісний конфлікт – протиріччя всередині психічного світу особистості (потреби, мотиви, цінності, почуття). Формування здатності «жити в згоді з собою» є ключовим завданням у цьому випадку.

2. Міжособистісний конфлікт – найпоширеніший вид конфліктів, що виникає між двома або більше особами. Міжособистісні конфлікти супроводжуються протистоянням суб'єктів, словесними або поведінковими проявами негативних емоцій, що часто ускладнює керування власними реакціями.

3. Груповий конфлікт – протиріччя між різними групами або між особистістю та групою. Конфлікти між особистістю і групою часто виникають через невідповідність індивідуальних очікувань нормам, встановленим колективом, та відомі як адаптаційні конфлікти.

Функції конфліктів:

- Позитивні: зниження напруженості, отримання нової інформації про опонента.

- Негативні: емоційні та матеріальні витрати, погіршення відносин, втрата контактів.

Стадії конфлікту:

1. Виникнення – появлення суперечності.

2. Усвідомлення – принаймні одна сторона ідентифікує ситуацію як конфліктну, часто з упередженим сприйняттям.

3. Конфліктна поведінка – активне протистояння сторін.

4. Результат конфлікту – конструктивний, деструктивний або заморожування конфлікту.

Навички конструктивного врегулювання конфліктів:

- зберігати спокій і повагу до співрозмовника;
- вислуховувати позицію іншої сторони до кінця;
- контролювати власні емоції, уникати агресії;
- застосовувати компромісні рішення та гумор для розрядки напруженості;
- своєчасно визначати джерело конфлікту та ефективно його локалізувати.

Блок – Розвиток навичок управління конфліктами та рефлексія

Мета блоку: сприяти формуванню у учасників умінь розпізнавати конфлікти, аналізувати їх причини, застосовувати різноманітні стратегії вирішення конфліктних ситуацій та отримувати зворотний зв'язок щодо власної поведінки у груповій взаємодії.

Вправа «Казки» (30 хвилин)

Мета: навчити учасників виявляти конфліктні ситуації в художньому матеріалі та визначати ефективні стратегії їх вирішення.

Хід вправи:

1. Учасники поділяються на 5 груп, кожна з яких отримує назву казки, що зазначена на стікері (наприклад: «Попелюшка», «Дюймовочка», «Гидке каченя», «Аленька квітка», «Дванадцять місяців»).

2. Завдання групи: протягом 5 хвилин визначити конфлікти, їх типи та запропонувати способи вирішення.

3. Кожна група презентує результати своєї роботи, після чого відбувається колективне обговорення та доповнення аналізу.

4. Рефлексія: 5 хвилин.

Вправа «Вчимося вирішувати конфлікти» (60 хвилин)

Мета: закріпити практичні навички ефективного вирішення конфліктів у реальних життєвих ситуаціях.

Хід вправи:

1. Учасники анонімно описують на листочках конфліктні ситуації з власного досвіду.

2. Листочки збираються і обговорюються колективно для пошуку оптимальних шляхів вирішення.

3. Аналізуємо можливі альтернативні підходи та наслідки кожного способу вирішення конфлікту.

4. Рефлексія: 5 хвилин.

Вправа «Дискусія в ролях один одного» (50 хвилин)

Мета: отримати зворотний зв'язок від групи та розвинути навички емпатії й усвідомлення власної поведінки через моделювання ролей.

Хід вправи:

1. Група ділиться на внутрішнє коло (учасники дискусії) та зовнішнє коло (спостерігачі).

2. Кожен учасник внутрішнього кола отримує картку з ім'ям іншого учасника, роль якого він має відтворити у дискусії. Картка з власним ім'ям не використовується.

3. Спостерігачі визначають, кого саме грає кожен учасник дискусії.

4. Ведучий задає тему дискусії (наприклад: «Чи потрібні вдома тварини?», «Що особливо приваблює або відштовхує в людях?»). Дискусія триває 5–10 хвилин.

5. Після дискусії спостерігачі озвучують свої припущення щодо ролей, а учасники дискусії підтверджують або спростовують їх. Обговорюються точність та ефективність відтворення ролей, а також спостереження групи.

6. Коло змінюється, і процес повторюється, забезпечуючи всім учасникам можливість як грати роль, так і спостерігати.

7. Рефлексія: 5 хвилин. Учасники обговорюють власні емоційні реакції, почуття та відкриття, отримані під час вправи.

Блок 4. Підбиття підсумків тренінгу

Мета блоку: забезпечення усвідомлення учасниками результатів тренінгової роботи, сприяння рефлексії власного досвіду та оцінки ефективності засвоєних навичок.

Вправа «Найбільше мені сподобалося» (30 хвилин)

Мета: отримати комплексний зворотний зв'язок від учасників щодо вражень, досягнень та результатів тренінгу; сприяти саморефлексії та обговоренню процесу навчання.

Методика проведення:

Учасники групуються у велике коло, що створює умови для відкритої комунікації та безпечного обміну думками. Кожен учасник по черзі має можливість поділитися своїми враженнями від тренінгу, зазначити найбільш цікаві або корисні вправи, висловити побажання щодо покращення занять, а також задати питання будь-якому учаснику або тренеру.

Очікувані результати:

1. Формування усвідомлення індивідуальних досягнень та отриманих навичок.
2. Усвідомлення того, як набуті знання та вміння можна застосовувати у реальному житті та соціальних взаємодіях.
3. Підвищення рівня взаєморозуміння між учасниками та закріплення позитивного досвіду групової взаємодії.
4. Створення умов для аналізу власного емоційного стану та розвитку компетенцій саморегуляції.

Рефлексія та обговорення:

Після висловлювань проводиться обговорення загальних висновків тренінгу, оцінюється динаміка групової роботи, емоційний клімат та ефективність реалізації навчальних цілей. Важливим аспектом є заохочення учасників до самостійного аналізу власних сильних сторін та зон для розвитку у сфері комунікативних та соціальних компетенцій.

Висновки до третього розділу

Дослідження проблеми розвитку комунікативних здібностей підлітків надає можливість більш глибокого розуміння механізмів впливу соціального середовища на формування та вдосконалення комунікативних навичок у молодих людей. Воно також дозволяє своєчасно створювати оптимальні умови для проведення ефективної профілактичної та корекційної роботи щодо попередження можливих порушень у процесі спілкування. Незважаючи на те, що вітчизняна та зарубіжна психологічна і педагогічна література детально розглядають особливості розвитку комунікаційних умінь у різні вікові періоди, питання безпосередньої соціально-педагогічної діяльності, спрямованої на формування комунікативних навичок саме у підлітків, досліджене недостатньо та залишається актуальним для практичної педагогіки.

На підставі теоретичного аналізу проблеми була розроблена програма розвитку комунікативних здібностей підлітків, яка передбачає системну роботу з формування навичок міжособистісної взаємодії, ефективного вирішення конфліктних ситуацій та адекватного вираження емоцій. У межах програми використовуються спеціально підібрані тренінгові вправи ігрового характеру, що дозволяють учасникам не лише опанувати комунікативні стратегії, а й практично застосовувати їх у ситуаціях соціальної взаємодії, тим самим формуючи цілісну систему комунікативної компетентності.

ВИСНОВКИ

В результаті теоретичного та емпіричного дослідження, ми можемо зробити наступні висновки:

1. Взаємодія є фундаментальною категорією для розуміння процесів як у природі, так і в соціумі, зокрема в контексті людського спілкування. Вона передбачає участь щонайменше двох сторін, які одночасно впливають одна на одну, інтегруючи когнітивні, емоційні, мотиваційні та поведінкові компоненти. Спілкування, як специфічна форма взаємодії, забезпечує координацію дій, обмін інформацією та організацію спільної діяльності. Характер взаємодії визначається індивідуально-психологічними особливостями учасників і може проявлятися у двох основних формах: кооперації, що сприяє співробітництву та досягненню спільних цілей, та конкуренції, яка породжує протиріччя й перешкоди. Ефективність взаємодії залежить від усвідомлення ролей, мотивацій та потреб партнерів, а також від здатності до адаптації та узгодження дій у процесі спільної діяльності.

2. Комунікативні здібності виступають ключовим фактором ефективності міжособистісної взаємодії та спілкування. Вони охоплюють знання, навички, компетентність і комунікабельність, що забезпечують здатність встановлювати контакти, координувати дії та досягати колективних цілей. Психологічно ці здібності розглядаються як інтегральна частина особистості, яка об'єднує індивідуально-психологічні, емоційні та поведінкові характеристики. Високий рівень комунікативних здібностей сприяє конструктивним міжособистісним стосункам, адаптації до різних соціально-комунікативних ситуацій та ефективному виконанню соціально значущих завдань. При цьому терміни «комунікативні здібності», «здатність до спілкування» та «комунікативна здатність» часто використовуються як взаємозамінні, хоча між ними існують тонкі відмінності, що потребують чіткого визначення у науковому контексті.

3. У підлітковому віці спілкування виступає головним механізмом соціалізації та водночас проявом процесу адаптації особистості до соціального

середовища. Теоретичний аналіз показує, що ефективність комунікації між підлітками значною мірою визначається індивідуально-психологічними особливостями кожного учасника, що іноді ускладнює формування ефективної міжособистісної взаємодії.

4. В результаті емпіричного дослідження ми дійшли наступних висновків:

1) більшість респондентів демонструють середній або високий рівень соціальної активності, здатність налагоджувати контакти та підтримувати конструктивні стосунки. Дівчата вирізняються більшою комунікабельністю, готовністю до співпраці та мирного врегулювання конфліктів, тоді як хлопці частіше проявляють схильність до конкурентної, агресивної та психомоторно активної поведінки.

2) дівчата переважно орієнтовані на співробітництво та компроміс, а хлопці частіше застосовують суперництво або уникнення. Дослідження емоційності підтвердило, що психомоторна емоційність більш виражена у хлопців, інтелектуальна емоційність є високою в обох групах, а комунікативна емоційність значно перевищує показники у дівчат, що відображає їхню здатність до емпатії та увагу до емоційного стану оточення.

3) у хлопців переважають агресивні та унікальні стратегії, тоді як у дівчат – миролюбство та орієнтація на співпрацю. Отримані результати свідчать про диференційовану структуру комунікативних здібностей, емоційних реакцій та захисних стратегій підлітків, що має враховуватися при розробці програм розвитку соціально-емоційних компетентностей та формуванні навичок ефективної міжособистісної взаємодії.

4) Математичний аналіз результатів дослідження дозволяє зробити висновок про диференційовану вираженість та сформованість комунікативних здібностей у підлітків залежно від гендерної приналежності. Дівчата-підлітки характеризуються вищим рівнем комунікабельності, ефективної емоційної регуляції та готовністю до співпраці й мирного вирішення конфліктів. Це свідчить про більш розвинуті соціально-комунікативні навички та здатність підтримувати конструктивні міжособистісні взаємодії.

Хлопці-підлітки демонструють більш виражену схильність до суперництва, агресивної поведінки та психомоторної емоційної активності, що вказує на тенденцію до прямого або конкурентного стилю взаємодії та потребу у подальшому розвитку навичок партнерства й емоційної саморегуляції.

Таким чином, отримані дані підтверджують наявність гендерних відмінностей у прояві комунікативних здібностей: дівчата орієнтовані на співробітництво та підтримання гармонійних стосунків, тоді як у хлопців переважає конкурентна й емоційно експресивна поведінка, що підтверджує нашу гіпотезу.

5. Дослідження проблеми розвитку комунікативних здібностей підлітків є важливим для сучасної педагогіки та психології, оскільки дозволяє глибше усвідомити механізми впливу соціального середовища на формування комунікативної компетентності молодих людей. У цьому контексті соціальні взаємодії виступають не лише як об'єкт вивчення, а й як фактор, який активно впливає на розвиток мовленнєвих, емоційних та соціальних навичок підлітків. Такий підхід дозволяє своєчасно визначати можливі ризики порушень у процесі спілкування та створювати оптимальні умови для їх запобігання або корекції.

Незважаючи на те, що як вітчизняна, так і зарубіжна наукова література детально висвітлює особливості розвитку комунікаційних умінь у різні вікові періоди, питання ефективної соціально-педагогічної роботи з формування комунікативних навичок у підлітків досі залишається недостатньо вивченим. Особливо недостатньо розкритими є практичні аспекти організації діяльності соціальних педагогів і психологів щодо розвитку здатності підлітків до ефективної взаємодії, вирішення конфліктів та адекватного вираження емоцій у міжособистісних контактах.

6. На основі проведеного теоретичного аналізу проблеми була розроблена спеціальна програма розвитку комунікативних навичок підлітків, яка поєднує сучасні підходи до соціально-педагогічної роботи та використання інтерактивних тренінгових методик. Програма передбачає системне формування ключових компонентів комунікативної компетентності, серед яких: навички

міжособистісної взаємодії, уміння конструктивно вирішувати конфлікти, здатність до саморегуляції емоцій та адекватного прояву внутрішнього стану.

Практична цінність програми полягає в інтеграції ігрових та тренінгових вправ, які дозволяють підліткам активно застосовувати здобуті знання та навички у моделюваних та реальних соціальних ситуаціях. Впровадження такої програми сприяє не лише розвитку комунікативних здібностей учасників, але й формує у них стійкі соціально-психологічні компетенції, необхідні для ефективної взаємодії у школі, родині та ширшому соціальному оточенні.

Таким чином, запропонована програма має як наукову, так і практичну значущість: з одного боку, вона доповнює існуючі теоретичні підходи до розвитку комунікаційної компетентності підлітків, з іншого — надає соціальним педагогам і шкільним психологам ефективні інструменти для реалізації цільових завдань розвитку міжособистісної взаємодії у молодіжному середовищі.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Академічний тлумачний словник української мови : в 11 томах. Том 1, 1970. С. 345. Том 2, 2011. С. 325.
2. Бакланова О. В., Струтинська О. М. Взаємозв'язок комунікативної компетентності та мотивації у студентів-психологів. *Психологія і особистість*. 2017. Т. 3. С. 9-19.
3. Барчій М. С., Фозекош А. В. Комунікативна культура як складова психологічної компетентності майбутніх психологів. *Вісник Національного університету оборони України*. 2014. № 4 (41). С. 156-161.
4. Бедлінський О. І. Проблема періодизації підліткового віку в сучасному суспільстві. *Практична психологія та соціальна робота*. К. 2011. № 2. С.49-54.
5. Бех І. Д. Виховання особистості : підручник. К. : Либідь, 2008. 548 с.
6. Боровець.О. Тренінг формування комунікативної компетентності підлітків. *Збірник наукових праць Уманського державного педагогічного університету*. 2009. Ч.3. С.23-29.
7. Бульба Р. Міжособистісне спілкування в підлітковому віці. *Матеріали міжнародної науково-практичної конференції «Педагогічні та психологічні науки і сьогодення»*, (8 серпня 2014 року). Київ: ГО «Київська наукова організація педагогіки та психології», 2014. 108 с.
8. Винославська О. В.: Психологія: навч. посіб. Київ: Інкос, 2005. 417 с.
9. Вікова психологія : підручник / за ред. проф. Г.С. Костюка. К. : Рад. школа, 2006. 268 с.
10. Вікова та педагогічна психологія : навч. посіб. О. В. Скрипченко, Л. В. Долинська, З. В. Огороднійчук [та ін.] К. : Просвіта, 2001. 416 с.
11. Вітюк Н. Р. Основні психологічні підходи до визначення категорії “комунікативні здібності особистості”. *Вісник прикарпатського університету: Філософські і психологічні науки: зб. наук. праць, ІваноФранківськ: Плай, 2002. Вип. 3. С. 158 –167.*

12. Власенко І. А. Формування конфліктологічної компетентності студентів: практика кінотренінгу. *Проблеми саморозвитку особистості в сучасному світі* : матер. міжнар. наук.-практ. конф., 15 лист. 2019 р. Нац. юрид. ун-т ім. Ярослава Мудрого. Харків. 2019. С. 225–229.

13. Волкова Н. П. Професійно-педагогічна комунікація: навч. посіб. Київ: ВЦ “Академія”, 2006. 256 с.

14. Волошина Н. В. До питання про структуру комунікативних здібностей особистості. *Вісник Київського національного університету імені Т. Шевченка. Соціологія. Психологія. Педагогіка*. К.: КНУ, 2012. –№12. С. 114-117. 3.

15. Волошина Н. В. Дослідження комунікативної компетентності осіб підліткового віку. *Вісник Київського національного університету імені Т. Шевченка. Соціологія. Психологія. Педагогіка*. К.: КНУ, 2012. № 14. С. 38-40.

16. Волошина О. В. Використання активних методів навчання при викладанні дисциплін педагогічного циклу. *Наукові записки Вінницького державного педагогічного університету імені Михайла Коцюбинського. Серія: Педагогіка і психологія*, 2016. Випуск 48. С.26-231.

17. Волошина О. В. Педагогіка інновацій у вищій школі. Навчально-методичний посібник. Вінниця: ТОВ «Нілан-ЛТД», 2014. 161 с.

18. Гельбак А. М. Розвиток комунікативних навичок підлітків засобами фасилітаційного впливу : дис. ... канд. психол. наук : 19.00.07; Нац. пед. ун-т. Київ, 2011. 245 с. Режим доступу: <https://uacademic.info/ua/document/0411U001295>

19. Гончарук Н. Психологічні особливості комунікативних умінь та навичок у підлітків. *Проблеми сучасної психології*. 2019. Вип. 16. Режим доступу: <https://ujdvc.com.ua/index.php/2227-6246/article/view/160381>

20. Демченко Н. І., Литвинчук Н. Б., Проблеми формування комунікативної компетентності у майбутніх практичних психологів. *Вісник Національного авіаційного університету. Серія: Педагогіка*. 2018. Вип. 13(1). С. 9–13.

21. Доценко Л. В., Каряка І. В., Волошина О. О. Дискусія як метод розвитку комунікативної компетентності студентів практичних психологів. *Актуальні проблеми психології: Збірник наукових праць Інституту психології імені Г. С.*

Костюка НАПН України. Київ, Ніжин: ПП Лисенко. 2020. Том IX Загальна психологія. Етнічна психологія. Випуск 13. С.98-106.

22. Єзерська Н. В. Психологічні особливості розвитку особистості підліткового віку. *Щомісячний науковий журнал №7(22)/2015 Молодий вчений*. Серія: Психологічні науки. 2015. Ч.2. Х.: Вид. Дім Гельветика, 2015. С. 108.

23. Запорожець О.М. Формування комунікативних здібностей у процесі професійної підготовки майбутніх психологів. *Педагогіка вищої та середньої школи*. 2014. № 41. С. 272-277.

24. Зеленевиц Х. М. Особливості комунікативних навичок з різним рівнем самооцінки : дипломна робота; Нац. авіац. ун-т. Київ, 2022. 74 с. Режим доступу: <https://er.nau.edu.ua/handle/NAU/55440>

25. Іванова І. Ф. Вплив рівня розвитку комунікативних здібностей на формування професійної спрямованості. *Психологічні науки : збірник наукових праць*. 2013. Т. 2. Вип. 10 (91). С. 121-125.

26. Ільїна Т. В., Шаповалова, О. М. Взаємозв'язок комунікативної компетентності та мотивації у студентів-психологів. *Педагогіка вищої та середньої школи*. 2019. Т. 57. С. 37-43.

27. Касьянова О. В. Формування комунікативної компетентності молодших підлітків у громадських дитячих об'єднаннях : автореф. дис. ... канд. пед. наук: 13.00.07 теорія і методика виховання. К., 2011. 21 с.

28. Кліш П.А., Хом'як А.П. Комунікативні здібності: сутність, зміст, структура. *Педагогічний пошук*. 2015. № 2. С. 37-39.

29. Коваленко Н. І. Взаємозв'язок комунікативної компетентності та мотивації студентів-психологів до професійної діяльності. *Науковий вісник Інституту професійно-технічної освіти НАПН України*. 2018. Вип. 18. С. 77-84.

30. Коваль О. А. Психологічні особливості підлітків старшого віку студентів вищих навчальних закладів. *Актуал. пробл. сучасн. мед. : Вісн. Укр. мед. стомат. акад. : науково-практичний журнал*. 2024. Т. 24, № 2. С. 170-175.

31. Ковальова О. А. Модель соціально-комунікативної компетентності. *Освіта та розвиток обдарованої особистості*. 2014. № 11(30). С. 27-33.

32. Ковальчук Н. П. Комунікативна культура як умова вдосконалення професійної підготовки майбутніх фахівців у ВНЗ. *Наукові записки Національного університету "Острозька академія"*. Серія "Філологічна". 2015. Вип. 57. С. 185-187.
33. Корніяк О.М. Психологія комунікативної культури школяра. К. : Міленіум, 2006. 336 с.
34. Король А. М. Розвиток комунікативних здібностей учнів: теоретичний аналіз. *Молодь і ринок*. 2019. № 2. С. 54–59. Режим доступу: <https://elibrary.kdpu.edu.ua/handle/123456789/3286>
35. Кузьменко В., Міськова Г. Теоретичний аналіз проблеми розвитку комунікативних здібностей підлітків. *Міжнародний науковий форум: соціологія, психологія, педагогіка, менеджмент*. Київ, 2012. Вип. 10. С. 95-103.
36. Куніцина В. Н. Міжособистісне спілкування. К., 2015. 544 с.
37. Максименко С. Д. Розвиток психіки в онтогенезі : в 2 т. Т.1 : Теоретико-методологічні проблеми генетичної психології : монографія. К. : Форум, 2002. 319 с.
38. Малкіна-Пих І. Г. Психосоматика: Довідник практичного психолога. К. 2005. 992 с.
39. Мацюк З., О. Хвесик. Комунікативні здібності як домінуюча характеристика мовленнєвої особистості дитини. *Педагогічний часопис Волині*. 2017. Вип. № 1. С. 88-94.
40. Мащенко В. Моніторинг індивідуального розвитку особистості підлітка. *Психолог*. 2003. № 28. С. 11-15.
41. Нісімчук А. С., О. С. Падалка: Сучасні педагогічні технології : навч. посіб. Київ: Просвіта. 2000. 368 с.
42. Обозов Н. Н. Психологічна культура взаємин. К. : Шкільний світ, 2014. 298 с.
43. Окушко Т. К. Формування соціальної ініціативності підлітків у дитячому громадському об'єднанні. *Теоретико-методичні проблеми виховання дітей та*

учнівської молоді : зб. наук. праць. Кіровоград : Імекс ЛТД. 2013. Вип. 17, кн. 2. С. 44–52.

44. Омельчинко Я., Кісарчук З. Психологічна допомога дітям з тривожними станами. К.: Шкільний світ. 2008. 112 с.

45. Орбан-Лембрик Л. Е. Психологія професійної комунікації: навч. посіб. Чернівці. 2010. 528 с.

46. Основи практичної психології. В. Г. Панок, Т. М. Титаренко, Н. В. Чепелева [та ін.] : підручник. К. : Либідь, 2009. 536 с.

47. Павельчук І. Розвиток комунікативних навичок у старшій школі // *Молодий вчений*. 2023. № 1.1 (113.1). Режим доступу: <https://molodyivchenyi.ua/index.php/journal/article/view/5733>

48. Пилипенко В. Д. Особистісно орієнтовані технології у школі. *Психологія вирішення педагогічних конфліктів*. Н. І. Пов'якель. К. : Шк. світ, 2008. 128 с.

49. Позашкільна педагогіка: пошук і проблеми. *Матеріали Всеукраїнської науково-практичної конференції*. К., 20-24 вересня 2004 р.: Тези доповідей та виступів /Ред. кол.:С.В.Кириленко(керівник)та ін.– К.: ІСДО,2005.- 264 с.

50. Поліщук В. М. Вікова та педагогічна психологія (програмні основи, змістові модулі, інформаційне забезпечення) : навч.-метод. посіб. Суми : ВТД «Університетська книга», 2007. 330 с.

51. Поліщук С. А. Навчально-методичний посібник : методичний довідник з психодіагностики. Суми : ВТД «Університетська книга», 2009. 442 с.

52. Психологія особистості: Словник-довідник. За ред. П. П. Горностая, Т. М.Титаренко. Київ: Рута, 2001. 320 с.

53. Рудницька О. П. Педагогіка: загальна та мистецька. Тернопіль : Навчальна книга-Богдан, 2005. 360 с.

54. Савчин М В. Вікова психологія : навч. посіб. К. : Академвидав, 2005. 360 с.

55. Сарапулова Є. Г., Панченко Т.Д. Самопізнання та етика спілкування як засоби формування комунікативних вмінь у представників молодого покоління. *Педагогіка толерантності*. 2008. № (45). С. 57–65.

56. Сербова О. В., Спащенко К. С. Актуальність проблеми розвитку соціально-комунікативних навичок у підлітків з особливими освітніми потребами в умовах інклюзивного навчання. *Сімдесят дев'яти економіко-правові дискусії* : зб. наук. праць. Київ : КПІ ім. І. Сікорського, 2023. С. 105–108.

57. Серга О. О., Краєвська Т.О. Психологічні особливості прояву комунікативних навичок у підлітків, які знаходяться на індивідуальному навчанні. *Всеукраїнська науково-практична конференція «Психологічні засади розвитку, психодіагностики та корекції особистості в системі неперервної освіти»*. Вінниця. 2020. С. 236-240.

58. Сергієнко І. М. Корекція підліткових відносин. *Актуальні проблеми психології*. пр. Зб наук. Інститут психології імені Г.С.Костюка НАН України. За ред.С.Д.Максименка, З.Г.Кісарчук. К.: Міленіум, 2003. Т. 3: Консультативна психологія та психотерапія. Випуск 2. С. 115-122.

59. Сухарева Є. М. Розвиток самоствалення і самооцінки у підлітковому віці. *Сучасна наука: тенденції та перспективи: матеріали регіональної інтернетконференції молодих учених*, 15-19 трав. 2017 р. С. 277-280.

60. Толстокорова А. Гендерні проблеми спілкування підлітків. *Психолог*. 2012. № 34. С. 8-10.

61. Чіп Р. Становлення особистості сучасного підлітка в умовах соціокультурних змін: гендерний аспект. *Гуманітарний вісник Державного вищого навчального закладу «Переяслав-Хмельницький державний педагогічний університет ім. Г. Сковороди»*. Психологія. 2016. Вип. 38. С. 142-150.

62. Чорна І. М. Психолого-педагогічна профілактика девіантної поведінки: метод. посіб. Тернопіль Вид-во ТНПУ, 2012. 56 с.

63. Якимчук Ю. В. Розвиток когнітивного компонента комунікативних здібностей у студентів вищих навчальних закладів. *Психологічні науки. Вісник національної академії Державної прикордонної служби України*. 2010. № 4. С. 68-73.

64. Adler A. *The Individual Psychology of Alfred Adler A Systematic Presentation in Selections from His Writings Basic Books, New York. 1956. 503 p.*

65. Hall C. M., Chinn C. A., & Goin L. I. Assessing communicative competence in an undergraduate biology course. *Journal of Microbiology & Biology Education*. 2015. 16 (1). P. 28-37.

66. Maslow A. H. *Motivation and personality* (2nd ed.). New York: Harper & Row. 1970.



Звіт подібності

метадані

Назва організації

Melitopol State Pedagogical University named after V.Khmelnyskyi

Заголовок

Борисенко_Диплом_Психологічні_засади_розвитку_комунікативних_здібностей

Автор

Науковий керівник / Експерт

БорисенкоОлександр Непша

підрозділ

Melitopol State Pedagogical University named after V.Khmelnyskyi

Обсяг знайдених подібностей

Коефіцієнт подібності визначає, який відсоток тексту по відношенню до загального обсягу тексту було знайдено в різних джерелах. Зверніть увагу, що високі значення коефіцієнта не автоматично означають плагіат. Звіт має аналізувати компетентна / уповноважена особа.

**15311**
Кількість слів**124182**
Кількість символів