

Министерство образования и науки Российской Федерации  
Федеральное государственное автономное образовательное учреждение  
высшего образования  
«СИБИРСКИЙ ФЕДЕРАЛЬНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»

ЛЕСОСИБИРСКИЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ ИНСТИТУТ –  
филиал Сибирского федерального университета

Педагогика и психологии

факультет

Педагогика

кафедра

**ВЫПУСКНАЯ КВАЛИФИКАЦИОННАЯ РАБОТА**  
направление 44.03.02 Психолого-педагогическое образование профиль  
44.03.02.05 Психология и социальная педагогика  
код и наименование направления подготовки, специальности

Психолого-педагогические условия формирования гражданской идентичности  
младших школьников  
тема

Руководитель

  
подпись

О.Б. Лобанова

инициалы, фамилия

Выпускник

  
подпись

А.Н. Ефимов

инициалы, фамилия

Лесосибирск 2016

Министерство образования и науки Российской Федерации  
Федеральное государственное автономное образовательное учреждение  
высшего образования  
«СИБИРСКИЙ ФЕДЕРАЛЬНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»

ЛЕСОСИБИРСКИЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ ИНСТИТУТ –  
филиал Сибирского федерального университета

Педагогика и психологии  
факультет  
Психологии развития личности  
кафедра

**ВЫПУСКНАЯ КВАЛИФИКАЦИОННАЯ РАБОТА**  
направление 44.03.02 Психолого-педагогическое образование  
профиль 44.03.02.05 Психология и социальная педагогика  
код и наименование направления подготовки, специальности

Психолого-педагогические условия формирования гражданской идентичности  
младших школьников  
тема

Работа защищена « 22 » июня 20 16 г. с оценкой « удовлетв »

Председатель ГЭК

  
подпись

И.О. Логинова  
инициалы, фамилия

Члены ГЭК

  
подпись

Н.В. Басалаева  
инициалы, фамилия

  
подпись

Л.И. Ермушева  
инициалы, фамилия

  
подпись

Н.П. Кириченко  
инициалы, фамилия

  
подпись

С.В. Митросенко  
инициалы, фамилия

  
подпись

Е.Н. Сидорова  
инициалы, фамилия

Руководитель

  
подпись

О.Б. Лобанова  
инициалы, фамилия

Выпускник

  
подпись

А.Н. Ефимов  
инициалы, фамилия

Лесосибирск 2016

## СОДЕРЖАНИЕ

Введение.....	5
1 Теоретические аспекты изучения проблемы коммуникативных навыков личности.....	9
1.1 Понятие коммуникации, коммуникативных навыков .....	9
1.2 Составляющие коммуникативных навыков в структуре коммуникативной компетенции .....	14
1.3 Социально-психологический тренинг как средство развития коммуникативных навыков.....	19
2 Экспериментальное исследование возможности формирования коммуникативных навыков студентов посредством социально-психологического тренинга .....	26
2.1 Организация и методы экспериментального исследования. Результаты первичной диагностики.....	26
2.2 Социально-психологический тренинг: структура, описание структуры занятий .....	32
2.3 Результаты повторной диагностики. Оценка эффективности проведенной тренинговой работы.....	44
Заключение.....	49
Список использованных источников.....	53
Приложение А Результаты первичной диагностики .....	57
Приложение Б Результаты повторной диагностики .....	58

## ВВЕДЕНИЕ

Формирование коммуникативных навыков студентов является одним из необходимых факторов становления их как профессионалов. Одной из задач высшей школы выступает формирование профессиональных компетенций в рамках коммуникативных навыков, которые необходимы высококвалифицированному специалисту.

Источниками коммуникативных навыков выступают как биологические (экстравертированность – интровертированность), так и социальные факторы: воспитание, жизненный опыт, общая эрудиция и специальные методы обучения. Профессиональные коммуникативные навыки не могут быть сформированы стихийно, необходимы специальная психолого-педагогическая работа и создание психологических условий. Условия и средства развития коммуникативных навыков рассматриваются в работах И. Р. Алтуниной [1], Т. Ю. Артюховой [2], Н. В. Басалаевой [2], А. Ш. Гусейнова [7], Н. Г. Жарких [12], Т. В. Казаковой [13], И. Б. Лисовской [23] и др.

Многие авторы отмечают, что в условиях ВУЗа наилучший обучающий эффект в развитии коммуникативных навыков дает социально-психологический тренинг.

*Цель* нашей выпускной квалификационной работы – теоретико-экспериментальное исследование коммуникативных навыков и их формирование у студентов посредством социально-психологического тренинга.

*Объект исследования:* коммуникативные навыки.

*Предмет исследования:* формирования коммуникативных навыков студентов посредством их включения в социально-психологический тренинг.

*Гипотеза исследования:* мы полагаем, что участие студентов в социально-психологическом тренинге будет способствовать формированию их коммуникативных навыков.

Цель, предмет и объект исследования определили следующие *задачи исследования:*

1. Проанализировать литературу по теме исследования, рассмотрев понятие и составляющие коммуникативных навыков; охарактеризовав социально-психологический тренинг как средство развития коммуникативных навыков.

2. Провести диагностику коммуникативных навыков студентов педагогического института и проанализировать результаты констатирующего эксперимента.

3. Составить и апробировать программу социально-психологического тренинга.

4. Осуществить повторное диагностическое обследование участников экспериментального исследования с целью оценки результативности проведенной тренинговой работы.

Для реализации цели исследования и решения поставленных задач использовался комплекс взаимодополняющих *методов исследования*:

- 1) анализ литературы по проблеме исследования;
- 2) методы сбора эмпирических данных: тестирование, констатирующий эксперимент;
- 3) методы количественной и качественной обработки полученных результатов;
- 4) методы активного социально-психологического обучения (социально-психологический тренинг).

В экспериментальной работе нами использовался комплекс диагностических *методик*: методика «Измерение коммуникативной и социальной компетентности» (КОСКОМ) В.Н. Куницыной [21], методика «Диагностика коммуникативной социальной компетентности» (КСК), тест коммуникативных умений (авт. Л. Михельсон, адапт. Ю.З. Гильбуха).

Теоретико-методологической основой выпускной работы являются исследования отечественных психологов по проблеме коммуникативной компетентности Ю. М. Жуков [13], Н. С. Колмогорова [16], И. В. Макаровская [20], О. И. Муравьева [22], Э. Э. Жамбеева [11] и др.; разработки авторов в

области методов активного социально-психологического обучения (Емельянов Ю.Н. [10], Морева Н.А. [22], Петровская Л.А. [26], Соколов А.В. [35], Долгова В.И.[8], Голодованская И.Б [6]. и др.).

База исследования: исследование проводилось на базе Лесосибирского педагогического института – филиала федерального государственного автономного образовательного учреждения высшего образования «Сибирский федеральный университет».

В экспериментальной работе принимали участие студенты пятого курса факультета педагогики и психологии. Выборка исследования составила 13 респондентов.

Исследование проводилось в несколько этапов:

Первый этап (сентябрь – декабрь 2015г.) – анализ научных публикаций и основных концепций по теме исследования, обработка понятийного аппарата исследования, постановка цели, определение объекта, предмета и задач исследования, выбор методов исследования, подбор методик для решения задач исследования.

Второй этап (январь – апрель 2016 г.) – проведение констатирующего эксперимента, разработка и апробация программы социально-психологического тренинга, реализация формирующего эксперимента.

Третий этап (апрель – май 2016 г.) – повторное диагностическое обследование участников экспериментальной работы, анализ эффективности тренинга, оформление выпускной квалификационной работы.

Теоретическая и практическая значимость исследования состоит в том, что нами систематизирован теоретический материал и апробирован набор методик по проблеме исследования, который может использоваться студентами при подготовке к семинарским, практическим и лабораторным занятиям. Полученные диагностические результаты могут быть использованы преподавателями вузов, администрацией образовательных организаций в работе со студентами на разных этапах обучения.

Структура выпускной квалификационной работы отражает логику,

содержание и результаты исследования. Выпускная квалификационная работа состоит из введения, двух глав, заключения, списка использованных источников (40 наименований), приложений. В работе представлено 7 таблиц, 3 рисунок. Объем работы составляет 59 страниц.

# Глава 1 ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ИЗУЧЕНИЯ ПРОБЛЕМЫ КОММУНИКАТИВНЫХ НАВЫКОВ ЛИЧНОСТИ

## 1.1 Понятие коммуникативных навыков

Большинство психологов едины во мнении о том, что общение представляет собой существенную сторону жизнедеятельности человека. В зависимости от выполняемой роли ими выделяются функции общения. Внутренние связи коммуникативной функции психики с когнитивной и регулятивной выделяют три класса функций общения: информационно-коммуникативную, регуляционно-коммуникативную и аффективно-коммуникативную.

Первый класс объединяет процессы, которые объединить по принципу прием – передача информации. Подчеркивая информационный характер взаимодействия, а также необходимость адресации, направленного характера общения. Кроме того, информация в процессе общения не только передается и воспринимается, но и формируется. Такой процесс типичен при совместном решении поставленной задачи. В процессе общения, включенного в совместную деятельность, происходит выравнивание исходной информированности коммуникантов через прямое сообщение некоторых значений, обучение, инструктирование. Целью же этих действий является стремление понять друг друга, достичь согласия, оценить результаты деятельности, оптимизировать ее.

Следующий класс функций связан с регуляцией поведения в общении. Используя общение, человек в состоянии управлять не только своим собственным поведением, но и воздействовать на поведение партнеров и окружающих. Через механизмы обратной связи индивид испытывает ответное воздействие окружающих на себя. В процессе общения осуществляется воздействие на мотив деятельности, ее программу. В зависимости от значимости мотивов и стимулов эффект от взаимодействия может сохраняться

в течение длительного времени или даже оказать влияние на личность человека.

Класс функций общения аффективно-коммуникативный относится к эмоциональной сфере человека. Здесь общение выступает в качестве характеристики состояний человека. Потребность в общении возникает в связи с необходимостью сменить эмоциональное состояние, с целью осуществить эмоциональную разрядку.

В силу многомерности процесса общения его функции можно классифицировать по различным основаниям. Однако во всех приведенных классификациях выделяются такие функции общения, как регулирующая и информационная. Это вызвано тем обстоятельством, что ведущим средством общения является человеческая речь, которой присущи информационная и регулирующая функции. Таким образом, прослеживается функционально-генетическая связь коммуникативной функции речи и функции общения, что подтверждает важность и доминирующий характер речевого общения в деятельности человека. Информационный обмен и регуляция совместной деятельности субъектов составляют ядро, вокруг которого объединяется совокупность явлений, обозначаемая понятием общения.

Понятие коммуникативной деятельности, позволяет раскрыть психологическую природу общения. В основу анализа общения М. И. Лисиной была положена концепция деятельности, разработанная А. Н. Леонтьевым. Согласно указанной концепции деятельность есть реальный процесс, складывающийся из совокупности действий и операций, а основное отличие одной деятельности от другой состоит в специфике их предметов. Проанализировать любой вид деятельности – значит указать, в чем состоит ее предмет, выяснить побуждающие ее потребности и мотивы, описать разновидности составляющих деятельность действий и операций и рассмотреть ее продукт или результат. Потребность в общении, или коммуникативная потребность, состоит в стремлении человека к познанию и оценке других людей, а через них и с их помощью – к познанию и самооценке. Люди узнают о

себе и об окружающих благодаря разнообразным видам деятельности, т.к. человек проявляется в каждой из них. Но коммуникативная деятельность играет в этом отношении особую роль, т.к. направлена прямо другого человека как на свой предмет и, будучи двусторонним процессом (взаимодействием), приводит к тому, что познающий и сам становится объектом познания и отношения другого или других участников общения.

Коммуникативные мотивы – это то, ради чего предпринимается общение. Понимание предмета коммуникативной деятельности приводит к выводу о том, что мотивы общения воплощаются или «опредмечиваются» в тех качествах самого человека и других людей, ради познания и оценки которых данный индивид вступает во взаимодействие с кем-то из окружающих.

Коммуникативное действие – это целостный акт, адресованный другому человеку и направленный на него. Выделяют две основные категории коммуникативных действий: инициативные и ответные действия.

Коммуникативные операции – это средства общения, с помощью которых осуществляются коммуникативные действия. Выделяют три группы средств общения: экспрессивно-мимические; преобразованные предметные действия; вербальные.

Продукты коммуникативной деятельности – образования духовного характера, к которым относятся, прежде всего, взаимоотношения, а также образ самого себя и других людей – участников общения.

В процессе коммуникативной деятельности человек эмоционально и личностно выражает себя и принимает самовыражение других. Такое взаимное самовыражение позволяет сформировать образы себя и другого, которые и являются главными продуктами коммуникативной деятельности. Толкование общения как коммуникативной деятельности выдвигает на передний план его содержательную сторону и ставит в центр внимания его потребностно-мотивационные аспекты, не сводя общение к внешнему поведению общающихся.

Потребность в общении. Коммуникативная потребность – потребность в другом человеке: в его выраженном эмоциональном отношении и через него – в самопознании и самооценке. Потребность в общении со взрослым жизненно важна для ребенка. Она возникает уже в первые два месяца жизни на основе первичных органических нужд детей. Потребность в общении с другими детьми у ребенка возникает в раннем детстве и отчетливо оформляется к третьему году жизни. Первоначальное становление коммуникативной потребности можно проследить, применяя к анализу поведения детей четыре критерия:

- наличие у ребенка внимания к партнеру;
- эмоциональное отношение к его воздействиям;
- инициативные действия в адрес другого человека;
- чувствительность к отношению партнера.

Эти критерии равно применимы к общению ребенка со взрослым и с ровесником. Они свидетельствуют о том, что другой человек стал для ребенка предметом взаимодействия, субъектом этого взаимодействия. Оформившаяся, «ставшая», коммуникативная потребность качественно преобразуется, трансформируется с изменением характера взаимодействия ребенка с другими людьми и широкого контекста его жизнедеятельности.

На каждом возрастном этапе возникает новое содержание потребности в общении: что именно ищет ребенок в других людях, ради чего он к ним обращается и что с их помощью стремиться понять в самом себе.

В общении со взрослым у детей выделяются четыре вида коммуникативной потребности (в порядке возникновения):

- потребность в доброжелательном внимании (два – шесть месяцев);
- потребность в сотрудничестве (шесть месяцев – три года);
- потребность в уважительном отношении взрослого (три – пять лет);
- потребность во взаимоотношении и сопереживании (пять – семь лет).

В общении со сверстниками выделяются следующие виды содержания коммуникативной потребности:

- потребность в соучастии в забавах партнера, а также его внимании и доброжелательности (два – четыре года);
- потребность в сотрудничестве и признании ровесником (четыре – шесть лет);
- потребность в сопереживании и взаимопонимании.

Аналогичная по содержанию коммуникативная потребность в контактах ребенка со взрослым и сверстником имеет ряд специфических особенностей. По мнению А. Рузецкой: «При переходе ребенка к новому этапу развития коммуникативная потребность ее прежние содержания не отпадают. Они выступают теперь как составные элементы более сложного целого».

Итак, рассматривая общение как психологическую категорию, мы интерпретируем его как деятельность, и именно потому синонимом общения является для нас термин коммуникативная деятельность». Выше мы рассмотрели структурные компоненты коммуникативной деятельности. В свою очередь, структуру любой деятельности, в том числе и коммуникативной, составляют подструктуры цели, мотива, способа и результата деятельности. А каждый вид деятельности существует в форме соответствующих действий: трудовая деятельность – в трудовых действиях, учебная деятельность – в учебных действиях, деятельность общения – в действиях (актах) общения. Рассмотренные нами компоненты общения можно представить в виде схемы, предлагаемой Л. В. Лидак.



Рисунок – 1 Компоненты общения по Л. В. Лидак

На рис.1 проиллюстрирован двусторонний характер взаимодействия участников общения. Цель, мотивированная потребностью, достигается при помощи соответствующих средств. В процессе общения происходит передача некоторого содержания, информации с последующей коррекцией поведения или используемых для общения средств. Выбор участниками оптимальных средств общения и адекватного стиля поведения осуществляется при помощи механизмов обратной связи. Приведенная выше схема демонстрирует наличие в общении всех подструктур, характерных для деятельности. Однако данная схема отражает позицию в процессе общения лишь одного его участника. В то время, как взаимодействие, каким является общение, предполагает активность позиций обоих партнеров. Даже предположив, что в процессе общения партнеры по очереди меняются ролями, «объекту общения» так или иначе, отводится активная роль: он источник сигналов, запускающих механизмы обратной связи «субъекта общения», а не выступает пассивным реципиентом информации, которая транслируется партнером по общению.

Таким образом, важное преимущество предлагаемого подхода к общению, как к коммуникативной деятельности, мы видим также в том, что он позволяет соотнести общение с другими видами деятельности человека, понять место общения в их системе и, в конечном счете, определить связь общения с общей жизнедеятельностью индивида.

## **1.2 Составляющие коммуникативных навыков в структуре коммуникативной компетенции**

Комплексное исследование коммуникативной компетентности встречается в работах И. Н. Зотовой [14, 15]. По ее мнению Зотовой: «Коммуникативная компетентность представляет собой комплексное образование, состоящее из трех компонентов: эмоционально-мотивационного, когнитивного и поведенческого».

Эмоционально-мотивационный компонент образуют потребности в позитивных контактах, мотивы развития компетентности, смысловые установки «быть успешным» партнером взаимодействия, а также ценности общения и цели.

В когнитивный компонент входят знания из области взаимоотношений людей и специальные психологические знания, полученные в процессе обучения, а также смыслы, образ другого человека как партнера взаимодействия, социально-перцептивные способности, личностные характеристики, образующие коммуникативный потенциал личности.

На поведенческом уровне – это индивидуальная система оптимальных моделей межличностного взаимодействия, а также субъективного контроля коммуникативного поведения [6].

В результате анализа работ различных авторов, изучающих коммуникативную компетентность, И. Н. Зотова [14] делает вывод, что в структуру коммуникативной компетентности включаются достаточно разноплановые элементы. Вместе с тем, среди этого многообразия четко выделяются следующие компоненты:

- коммуникативные знания;
- коммуникативные умения;
- коммуникативные способности.

Коммуникативные знания – это знания о том, что такое общение, каковы его виды, фазы, закономерности развития. Это знание о том, какие существуют коммуникативные методы и приемы, какое действие они оказывают, каковы их возможности и ограничения. Это также знание о том, какие методы оказываются эффективными в отношении разных людей и разных ситуаций. К этой области относится и знание о степени развития у себя тех или иных коммуникативных умений и о том, какие методы эффективны именно в собственном исполнении, а какие – не эффективны.

Коммуникативные умения – это умения организовывать текст сообщения в адекватную форму, речевые умения, умение гармонизировать внешние и

внутренние проявления, умение получать обратную связь, умение преодолевать коммуникативные барьеры и др. Коммуникативные умения подразделяются на две группы: интерактивные и социально-перцептивные умения.

В группу интерактивных умений включаются: умение строить общение на гуманной, демократической основе, инициировать благоприятную эмоционально-психологическую атмосферу, умение самоконтроля и саморегуляции, умение организовывать сотрудничество, умение руководствоваться принципами и правилами профессиональной этики и этикета, умения активного слушания.

К группе социально-перцептивных умений относятся: умение адекватно воспринимать и оценивать поведение партнера в общении, распознавать по невербальным сигналам его состояния, желания и мотивы поведения, составлять адекватный образ другого как личности, умения производить благоприятное впечатление.

Коммуникативные способности, как индивидуально-психологические свойства личности, должны отвечать требованиям коммуникативной деятельности и обеспечивать ее быстрое и успешное осуществление [15].

В работах других исследователей вышеуказанные компоненты и составляющие коммуникативной компетентности рассматриваются в отдельности. Так же есть исследования, где составляющие коммуникативной компетентности рассматриваются под другим углом.

К примеру, В. А. Лабудская [40], исследуя понятие коммуникативной компетентности, выделяет в ней три составляющие: точность (правильность) восприятия других людей; развитость невербальных средств общения; владение устной и письменной речью [18].

Автор Ю. Н. Емельянов [10] характеризует качественное своеобразие понятия коммуникативной компетентности, считая, что коммуникативная компетентность представляет собой совокупность следующих качеств:

- способность человека брать на себя и исполнять различные социальные роли;

- способность адаптироваться в социальных группах и ситуациях,
- умение свободно владеть вербальными и невербальными средствами общения;
- способность организовывать и управлять «межличностным пространством» в процессе инициативного и активного общения с людьми;
- осознание своих ценностных ориентаций, потребностей;
- техники работы с людьми;
- перцептивные возможности [4].

Другой исследователь, С. А. Езова [9] рассматривает коммуникативную компетентность с точки зрения ее составляющих. Она объединяет все составляющие в три основные группы (рис. 2). Автор считает, что коммуникативная компетентность включает способность человека применять знания, умения, личностные качества:

- а) в построении и передаче сообщения (содержания общения) посредством традиционного и виртуального взаимодействия;
- б) в выстраивании отношений;
- в) в выборе тактики поведения;
- г) в формах общения с партнером [3].

Исследователь Г. С. Васильева в состав коммуникативной компетентности включает три вида таких способностей: гностические, экспрессивные и интерактивные.

По мнению Е. В. Руденского: «Коммуникативная компетентность складывается из способностей:

- 1) давать социально-психологический прогноз коммуникативной ситуации, в которой предстоит общаться;
- 2) социально-психологически программировать процесс общения, опираясь на своеобразие коммуникативной ситуации;
- 3) осуществлять социально-психологическое управление процессами общения в коммуникативной ситуации».

Прогноз формируется в процессе анализа коммуникативной ситуации на уровне коммуникативных установок, под которыми автор понимает

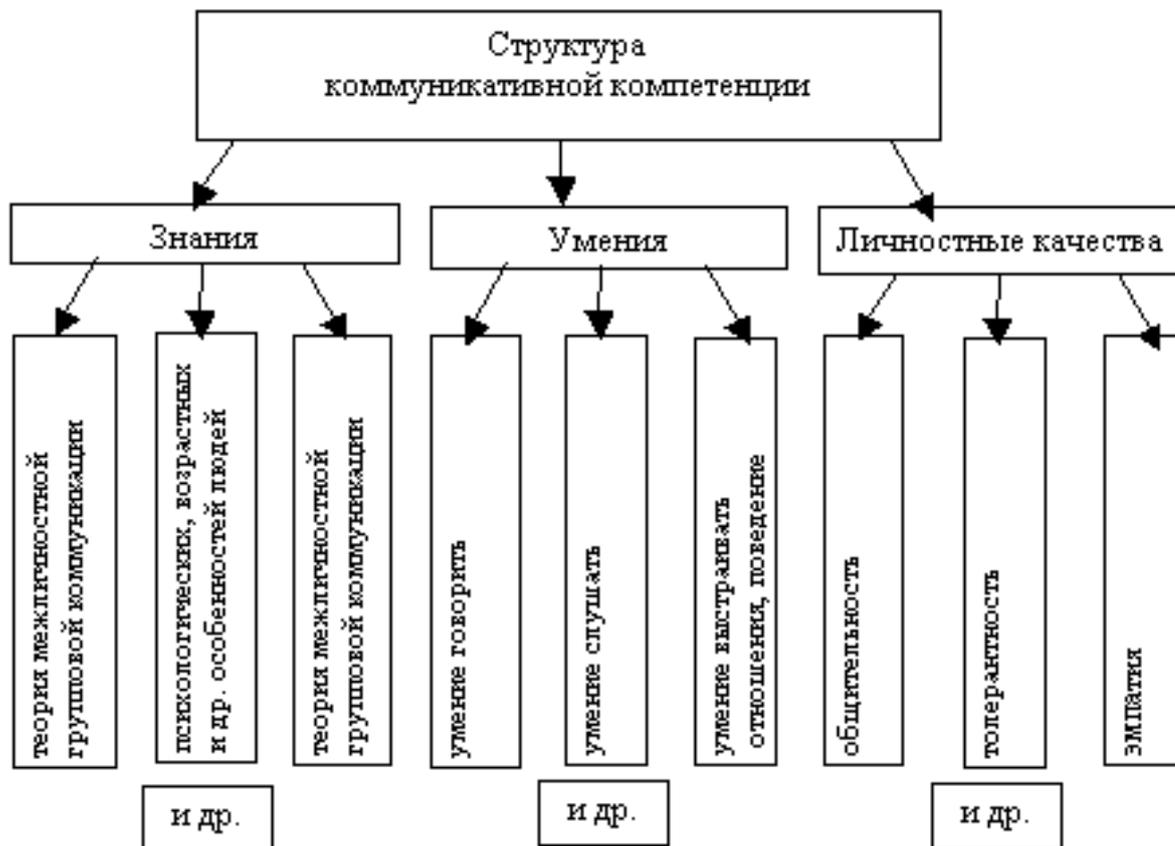


Рисунок –2 Составляющие коммуникативной компетентности (по С.А. Езовой [9]).

своеобразную программу поведения личности в процессе общения. Уровень установки может прогнозироваться в ходе выявления: предметно-тематических интересов партнёра, эмоционально-оценочных отношений к различным событиям, отношение к форме общения, включенности партнёров в систему коммуникативного взаимодействия [21].

Таким образом, несмотря на некоторые разночтения в понятии коммуникативной компетентности, многие авторы приходят к единому мнению, что основной составляющей коммуникативной компетентности являются коммуникативные способности, которые можно успешно развивать.

### **1.3 Социально-психологический тренинг как средство развития коммуникативных навыков**

В настоящее время определений социально-психологического тренинга существует, наверное, столько же, сколько и и авторов, их описывающих. Ю. Н. Емельянов [10] дает такое определение: «Социально-психологический тренинг (далее – СПТ, тренинг) – это группа методов развития способностей к обучению и овладению любым сложным видом деятельности, в частности, общением. И. В. Вачков [7] предлагает такое рабочее определение тренинга: «Совокупность активных методов практической психологии, которые используются с целью формирования навыков самопознания и саморазвития». Ю. Н. Хрящев и С. И. Макшанов [цит. по: 10] определяют тренинг как многофункциональный метод преднамеренных изменений психологических феноменов человек, группы и организации с целью гармонизации профессионального личностного бытия человека. О. Е. Евтихов [10] отмечает, что в настоящее время связать СПТ лишь с общением можно, только лишь расширив данное понятие. Человек формируется и развивается как личность в процессе общения и взаимодействия с другими людьми. Повышение компетентности в общении в широком смысле невозможно без изменения комплекса личностных качеств человека, его социальных установок, а также пересмотра его общего отношения к социальному миру и к себе.

А. А. Осипова [34] поясняет, что в зависимости от приоритета задач, на которые направлен СПТ, он может приобретать различные формы:

1. Ориентироваться на приобретение и развитие специальных навыков, например, умения вести деловую беседу, решать межличностные конфликты и т.д.;

2. Углублять опыт анализа ситуаций общения, например, коррекция формирования развития установок, необходимых для успешного общения, развития способности адекватно воспринимать себя и других, анализировать ситуации группового взаимодействия.

Основные задачи, решаемые в ходе социально-психологического тренинга, можно разделить на пять групп:

1. Приобретение психологических знаний, взглядов различных психологических школ на личность человека, процесс взаимодействия людей, движущие пружины этого взаимодействия, приемы эффективного общения.

2. Приобретение внешне выражаемых умений и навыков общения: в парном взаимодействии, в составе группы, при вступлении в контакт, при активном слушании и т.д., т.е. обогащение техники и тактики общения.

3. Коррекция коммуникативных установок, таких как: партнерство – взаимодействие с позиции силы, искренность – манипуляция, вовлеченность – избегание общения, настойчивость – соглашательство, т.е. выработка собственных стратегий общения.

4. Адекватное восприятие себя и других в ситуациях общения.

5. Развитие и коррекция личности, ее глубинных образований, решение личностных экзистенциальных проблем [29].

Рассмотрим особенности социально – психологического тренинга, которые способствуют решению столь сложных и важных задач.

У социально-психологического тренинга как групповой формы психологической работы существует ряд преимуществ по сравнению с индивидуальной работой. Наиболее полно, на наш взгляд, эти преимущества отражены в книге К. Рудестама [34]. Перечислим эти преимущества:

1) групповой опыт противодействует отчуждению, помогает решению межличностных проблем; человек избегает непродуктивного замыкания в самом себе со своими трудностями, обнаруживает, что его проблемы не уникальны;

2) группа отражает общество в миниатюре, по сути дела в группе моделируется – ярко, выпукло - система взаимоотношений и взаимосвязей, характерная для реальной жизни участников, это дает им возможность увидеть и проанализировать в условиях психологической безопасности

психологические закономерности общения и поведения других людей и самих себя, не очевидные в житейских ситуациях;

3) в группе человек может обучаться новым умениям, возможность получения обратной связи и поддержки от людей со сходными проблемами; в реальной жизни далеко не все люди имеют шанс получить искреннюю, безоценочную обратную связь, позволяющую увидеть свое отражение в глазах других людей, отлично понимающих сущность твоих переживаний, поскольку сами они переживают почти то же самое; возможность «смотреться» в целую галерею «живых зеркал» является, по-видимому, самым важным преимуществом групповой психологической работы, не достижимым никаким другим способом;

4) экспериментировать с различными стилями отношений среди равных партнеров; если в реальной жизни подобное экспериментирование всегда связано с риском непонимания, неприятия и даже наказания, то тренинговые группы выступают в качестве своеобразного «психологического полигона», где можно попробовать вести себя иначе, чем обычно, «примерить» новые модели поведения, научиться по-новому относиться к себе и к людям – и все это в атмосфере благожелательности, принятия и поддержки;

5) взаимодействие в группе создает напряжение, которое помогает прояснить психологические проблемы каждого; этот эффект не возникает при индивидуальной психокоррекционной и психотерапевтической работе; создавая дополнительные сложности для ведущего, психологическое напряжение в группе может (и должно) играть конструктивную роль, подпитывать энергетику групповых процессов; задача ведущего – не дать напряжению выйти из-под контроля и разрушить продуктивные отношения в группе;

6) группа облегчает процессы самораскрытия, самоисследования и самопознания; иначе, чем в группе, иначе, чем через других людей, эти процессы в полной мере невозможны; открытие себя другим и открытие себя

самому себе позволяют понять себя, изменить себя и повысить уверенность в себе [34] .

Рассмотрим особенности социально-психологического тренинга как формы психологической работы со студентами.

Решающее значение в этом процессе играет роль ведущего тренинга, его личностные особенности, знания, умения, которые являются, в определенном смысле, средством развития как отдельного участника, так и группы в целом. Упражнения и приемы, характерные для той или иной психологической школы тренинга, являются не более чем инструментом, результат применения которого зависит не столько от качества этого инструмента, сколько от личности специалиста, с ним работающего.

Следует подчеркнуть, что одной из основных задач является создание в тренинге таких условий, которые обеспечивают удовлетворение потребности каждого участника в формировании необходимых навыков, базирующихся на развитии собственной индивидуальности и ценности своей личности. При позитивном (ценностном) отношении к себе человек воспринимает себя как благополучную личность и ведет себя как благополучная личность.

Таким образом, можно утверждать, что наилучший обучающий эффект в развитии коммуникативных навыков дает социально-психологический тренинг. Группа в целом и каждый участник в отдельности, в наиболее короткие сроки, приобретают необходимые коммуникационные навыки в легкодоступной форме. Работа в группе с равными партнерами, при необходимой квалификации ведущего, развивает способности выстраивания, как горизонтальных связей, так и выстраиванию различных отношений в зависимости от предложенной роли.

## Глава 2 ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ ВОЗМОЖНОСТИ ФОРМИРОВАНИЯ КОММУНИКАТИВНЫХ НАВЫКОВ СТУДЕНТОВ ПОСРЕДСТВОМ СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО ТРЕНИНГА

### **2.1 Организация и методы экспериментального исследования. Результаты первичной диагностики**

В экспериментальной работе принимали участие студенты пятого курса Лесосибирского педагогического института – филиала федерального государственного автономного образовательного учреждения высшего образования «Сибирский федеральный университет».

Чтобы получить представление о коммуникативных навыках в межличностном общении, а также оценить уровень сформированности у студентов, мы использовали комплекс методик, в частности, методику «Измерение коммуникативной и социальной компетентности» (КОСКОМ) В.Н. Куницыной. Данная методика содержит 90 суждений по 15 шкалам, которые измеряют конкретные личностные свойства, знание о себе и склонность работать над собственным обликом, своим имиджем, способность к самопрезентации, отражают широту и требования репертуара ролевого поведения, знание механизмов человеческого взаимодействия, умение решать межличностные проблемы, умение ладить с людьми.

Для получения более полного представления о личности, а также для составления вероятностного прогноза успешности ее профессиональной деятельности мы использовали методику «Диагностика коммуникативной социальной компетентности» (КСК). Она позволяет оценить личность с точки зрения общительности, эмоциональной устойчивости и самоконтроля; эти особенности являются важными чертами личности, для которой характерен высокий уровень коммуникативных навыков.

Помимо этого мы использовали тест коммуникативных умений, для того чтобы определить уровень коммуникативной компетентности и качества сформированности основных коммуникативных умений у студентов

педагогического вуза. Данный тест представляет собой разновидность теста достижений, то есть, построен по типу задачи, у которой есть правильный ответ. В тесте предполагается некоторый эталонный вариант поведения, который соответствует компетентному, уверенному, партнерскому стилю.

Рассмотрим результаты обследования участников экспериментальной работы по вышеописанным методикам.

В нижеприведенной таблице 1 представлены результаты первичной диагностики коммуникативных умений студентов.

Таблица 1 – Результаты первичной диагностики коммуникативных умений студентов

№ п/п	Имя Ф.	Тип коммуникации		
		Зависимый	Компетентный	Агрессивный
1	Антонина Г.	8	13	6
2	Гайса Г.	3	17	5
3	Алексей Г.	8	19	0
4	Юлия Г.	7	17	3
5	Елена Д.	4	20	3
6	Андрей Е.	5	18	4
7	Любовь Ж.	7	12	8
8	Юлия К.	4	18	5
9	Наталья К.	6	13	8
10	Олеся К.	6	16	5
11	Валентина М.	6	19	2
12	Любовь М.	6	14	7
13	Елена Н.	5	19	3
Среднее значение		5,77	16,54	4,54

Анализируя результаты, представленные в таблице 1, в целом можно отметить, что у всех обследованных респондентов преобладает компетентный тип коммуникации. При этом нужно заметить, что показатели по данной шкале намного выше двух других. Большинство людей в группе (Гайса Г., Алексей Г., Юлия Г., Елена Д., Андрей Е., Юлия К., Валентина М., Елена Н.) имеют показатели выше среднего уровня. Средние показатели отмечены у 5 человек (Антонина Г., Любовь Ж., Наталья К., Олеся К., Любовь М.).

Далее рассмотрим результаты первичной диагностики по тесту-опроснику «Диагностика коммуникативной социальной компетентности» (КСК). Результаты, полученные с помощью этого теста, позволяют оценить уровень развития профессионально важных качеств выпускника по направлению подготовки Психолого-педагогическое образование. Рассмотрим результаты, представленные в таблице 2.

Таблица 2 – Результаты первичной диагностики коммуникативной социальной компетентности студентов

№ п/п	Имя Ф.	Фактор								
		Л	А	Д	К	М	Н	В	П	С
1	Антонина Г.	3	7	14	8	12	10	14	11	9
2	Гайса Г.	3	10	11	12	9	10	12	21	11
3	Алексей Г.	8	9	8	11	14	12	16	10	12
4	Юлия Г.	8	11	11	10	10	8	10	15	11
5	Елена Д.	3	14	9	13	8	12	16	19	10
6	Татьяна Д.	2	13	16	13	5	10	12	20	11
7	Андрей Е.	4	15	11	11	11	10	14	12	14
8	Любовь Ж.	11	12	9	11	10	12	14	14	14
9	Юлия К.	4	16	13	13	4	13	14	12	12
10	Наталья К.	8	10	10	10	9	11	10	17	11
11	Олеся К.	6	12	14	11	11	11	12	20	14
12	Любовь М.	3	9	8	10	13	18	12	9	9
13	Елена Н.	2	14	11	13	5	11	14	13	16
Среднее значение		5	11,69	11,15	11,23	9,31	11,38	13,08	14,85	11,85

Условные обозначения:

Л –	Фактор лжи	М –	Фактор независимости
А –	Фактор открытости	Н –	Самоконтроль
Д –	Фактор логического мышления	В –	Логическое мышление
К –	Чувственность /рациональность	П –	Фактор наличия личностных проблем
		С –	Эмоциональная устойчивость

Средний показатель по фактору Л (лжи) равен 5, следовательно, мы можем считать результаты достоверными.

Средний показатель по фактору А равен 11,69, что соответствует среднему уровню. Студенты этой группы, как правило, открыты, однако в некоторых ситуациях могут проявлять замкнутость.

Средний показатель по фактору В равен 13,08, что соответствует высокому уровню. Для студентов этой группы характерна высокая развитость логического мышления и сообразительности.

Средний показатель по фактору С равен 11,85, что соответствует среднему уровню. Студенты этой группы имеют достаточно высокую эмоциональную устойчивость, они способны быть как спокойными, так и изменчивыми, поддаваясь в некоторых случаях эмоциям.

Средний показатель по фактору Д равен 11,15, что соответствует среднему уровню. Большинство студентов этой группы обычно жизнерадостны, беспечны и веселы.

Средний показатель по фактору К равен 11,23, что соответствует среднему уровню. Студенты этой группы, как правило, чувствительные, тянущиеся к другим, с художественным мышлением, однако в некоторых ситуациях могут проявлять рациональность и реалистичность, полагаясь только на себя.

Средний показатель по фактору М равен 9,31, что соответствует среднему уровню. Большинство студентов этой группы предпочитают собственные решения, они независимы и ориентированы на себя.

Средний показатель по фактору Н равен 11,38, что соответствует среднему уровню. Большинство студентов этой группы способны себя контролировать и умеют подчинять себя правилам.

Средний показатель по фактору П равен 14,85, что соответствует норме. Следует так же отметить, что у трех студентов этот показатель превышает норму в 20 баллов. Это может свидетельствовать об определенных личностных проблемах в какой-либо сфере жизни.

Далее рассмотрим диагностические результаты по методике измерения коммуникативной и социальной компетентности (КОСКОМ). Полученные результаты первичной диагностики представлены в приложении А (таблица 5).

Средний показатель по шкале МО составляет 2,08, следовательно, результаты методики можно считать действительными.

Средний показатель по шкале ПЛ составляет 3,54, что свидетельствует о том, что большинство студентов этой группы способны к пониманию окружающих.

Средний показатель по шкале ПС составляет 4,08, большинство студентов этой группы способно правильно понимать педагогические ситуации, и как следствие решать их.

Средний показатель по шкале СН составляет 4,54, что свидетельствует о хорошей развитости сноровки. Наибольшие показатели по данной шкале выявлены у Антонины Г., Алексея Г., Елены Д., Татьяны Д., Андрея Е., Юлии К., Наталии К., Любви М., Елены Н.

Средний показатель по шкале МУ составляет 3,31, что говорит о среднем уровне моральных установок. Наиболее низкие показатели отмечены у Татьяны Д., Елены Н.

Средний показатель по шкале МД составляет 3,23. Высокие показатели отмечаются у Гайсы Г., Любви К. Эти студенты имеют высокую мотивацию достижения.

Средний показатель по шкале ЭС составляет 3,08. Низкий уровень эмоциональной стабильности характерен для Гайсы Г., Любви Ж. Наиболее высокий результат был отмечен у Елены Д.

Средний показатель по шкале ИМ составляет 2,69. Нужно отметить, что это один из наиболее низких показателей характерных для группы. Лишь три студента имеют показатели выше среднего, что говорит об их умение самопрезентации и чувстве имиджа.

Средний показатель по шкале СПК составляет 3,15, что соответствует среднему уровню развитости социально-психологической компетентности. Наиболее высокие результаты отмечены у Андрея Е., Любви М.

Средний показатель по шкале ВК составляет 3, что может свидетельствовать о достаточном уровне владения вербальной

компетентностью. Наиболее низкие показатели были отмечены у Антонины Г., Юлии Г., Олеси К.

Средний показатель по шкале ОСК составляет 2,23. Это свидетельствует о том, что у студентов плохо развита оперативная социальная компетентность.

Средний показатель по шкале ЭК составляет 3,69. Самые низкие показатели выявлены у Антонины Г., Гайсы Г. их эго-компетентность развита посредственно. У остальных студентов показатели выше нормы.

Средний показатель по шкале КК составляет 4,46. Для студентов этой группы характерна высокая коммуникативная компетентность, большинство студентов имеют показатели значительно выше средних.

Средний показатель по шкале УВ составляет 4,15, и говорит о том, что студенты этой группы весьма уверены в себе и своих силах. Низкие показатели отмечены у Гайсы Г., Олеси К.

Средний показатель по шкале ОТ составляет 3,62, для большинства студентов этой группы характерна стабильность человеческих отношений. Наиболее низкие показатели отмечены у Антонины Г., Алексея Г.

Средний показатель по шкале КЛП составляет 4, что позволяет нам сказать о том, что студенты этой группы имеют достаточно высокий коммуникативно-личностный потенциал. Наибольшие показатели отмечены у Любови Ж., Татьяны Д, Елены Н.

Для выявления качественной взаимосвязи между выделенными параметрами, нами проведен факторный анализ с помощью метода: Principal components. Данные представлены в таблице 3.

Четко выделяется два фактора.

Первый фактор образуется такими компонентами, как закрытость, рациональность, зависимость, второй – низкая компетентность и агрессивность в общении. При данных факторах для испытуемых возникают достаточно большие проблемы при установлении коммуникации.

Таблица 3 – Результаты факторного анализа (метод принципиальных компонент)

Variable	Factor Loadings (Unrotated) (Spreadsheet1) (Marked loadings are >,700000)	
	Factor 1	Factor 2
Z	0,685724	0,065627
Comp	-0,504258	-0,808732
Agr	0,175671	0,888075
L	0,286731	-0,597669
A	-0,737307	0,353407
D	-0,349840	0,364939
K	-0,892598	0,084156
M	0,820954	-0,383710
N	0,299820	0,241262
B	-0,081426	-0,021000
P	-0,668397	-0,282002
S	-0,474483	-0,165190
Expl.Var	3,742685	2,382093
Prp.Totl	0,311890	0,198508

Таким образом, можно сделать вывод о том, что студенты 5 курса, участвовавшие в первичном диагностическом обследовании, обладают такими качествами как уверенность в себе, целеустремленность, они эмоционально устойчивы, и в то же время способны к сопереживанию. Также следует отметить, что респонденты обладают достаточно низкими навыками вербальной и социально-психологической компетентности. Тем не менее, некоторые из уже отмеченных свойств желательно развивать до еще более высокого уровня. К таковым относятся умение самопрезентации, эмоциональная стабильность, оперативная социальная компетентность, умение подчинять себя общим правилам, умение работать в коллективе. С целью решения этой задачи нами был разработан и реализован социально-психологический тренинг. Условия и специфика проведения тренинга приводится в следующем параграфе. Подробное содержание тренинга изложено в Приложении С.

## 2.2 Социально-психологический тренинг: структура, описание структуры занятий

Понятие сензитивности включает в себя умение видеть и слышать другого человека, понимать его внутреннее состояние, уметь анализировать его жесты и мимику, иными словами правильно «читать» человека. Нетрудно заметить, что названные умения точно так же можно отнести к более общему понятию коммуникативной компетентности. Таким образом, посредством тренинга сензитивности можно непосредственно развивать общий уровень коммуникативной компетентности.

*Целью* данной тренинговой программы является создание психологических условий для развития коммуникативной компетентности студентов.

Достижение цели возможно в процессе реализации следующих *задач*:

- сформировать у студентов дух исследования, готовность экспериментировать со своей ролью;
- развить аутентичность в межличностных отношениях;
- выработать у студентов способность вести себя с окружающими в сотрудничающей и взаимозависимой манере;
- расширить самосознания участников, связываемое с получением сведений относительно того, как другие воспринимают поведение каждого;
- развить диагностические умения в межличностной сфере, а также умения успешно вмешиваться во внутригрупповые и межгрупповые процессы;
- развить способности индивида анализировать свое поведение для достижения более эффективных и удовлетворяющих межличностных отношений.

Все эти задачи должны рассматриваться в совокупности, как единый комплекс, так как только целостное воздействие на личность студента может привести к устойчивому изменению или формированию определенных психологических феноменов.

*Форма проведения:* тренинг.

Программа предназначена для студентов педагогического вуза, хотя, может использоваться также и в работе с педагогами. Количество участников тренинга – 15-20 человек.

*Количество занятий* – 12, частота встреч – 3 раза в неделю, длительность каждого занятия 1,5 - 2 часа.

Реализация программы происходит в три этапа:

1. Ориентировочный (2 занятия). На этом этапе вводятся правила работы в тренинговой группе, проводятся несложные упражнения, направленные на формирования интереса к занятиям, сплочение группы.

2. Развивающий (8 занятий). Данный этап направлен на развитие основных качеств, входящих в структуру коммуникативной компетентности: аутентичность в межличностных отношениях, способность вести себя с окружающими, диагностические умения в межличностной сфере, способности анализировать свое поведение.

3. Закрепляющий (2 занятия). Подведение итогов, получение обратной связи о проделанной работе, как для участников, так и для тренера.

Структура занятий определена следующим образом:

1. Вводная часть направлена на повышение интереса к занятию, на создание положительно-эмоционального фона. Вводится ритуал. Далее следует «разминка», с целью повышения уровня активности в группе. Разминочные упражнения позволяют активизировать участников.

2. Основная часть занятия представляет собой совокупность психотехнических упражнений и приемов, направленных на решение задач данной программы.

3. Заключительная часть состоит из подведения итогов, рефлексии и ритуала прощания. Рефлексия предполагает ретроспективную оценку в двух аспектах: эмоциональном (понравилось – не понравилось) и смысловом (почему это важно, зачем мы это делали).

*Требования к тренингу:* наличие просторного помещения, оснащенное стульями и столами, где можно передвигаться и проводить различные упражнения. Занятия проводятся в кругу, так как круговое расположение обеспечивает высокий уровень вовлечения в работу. В зависимости от упражнений некоторые занятия подразумевают работу в группах и подгруппах.

Приведем краткое описание тренинговых занятий.

### *Занятие №1*

*Цель:* создание условий для развития коммуникативной компетентности, психологической наблюдательности и умения чувствовать и понимать окружающих людей.

*Задачи:*

1) способствовать осознанию участниками тренинга значимости наблюдательности в процессе установления коммуникативного взаимодействия;

2) способствовать формированию у участников тренинга коммуникативной компетентности.

### *Структура занятия*

*1. Начало тренинговой работы. Приветствие.*

Упражнение «Здравствуй, я рад тебя сегодня видеть...»

*2. Разогревающие упражнения*

Упражнение «Ботанический сад»

Упражнение «Где Я?»

*3. Упражнения, на которые ложится основная нагрузка в достижении*

*цели*

Упражнение «Психологический портрет»

Упражнение «Вчувствование»

Упражнение «Передача эмоции по кругу»

Упражнение «Танец с листком»

Упражнение «Сыщики»

*4. Завершение работы*

Упражнение «Хлопки»

5. Рефлексия занятия

### *Занятие №2*

*Цель:* создание условий для развития коммуникативной компетентности, психологической наблюдательности и умения чувствовать и понимать окружающих людей.

*Задачи:*

1) способствовать осознанию участниками тренинга значимости наблюдательности в процессе установления коммуникативного взаимодействия;

2) способствовать формированию у участников тренинга коммуникативной компетентности.

### *Структура занятия*

1. *Начало тренинговой работы. Приветствие.*

Упражнение «Рукопожатие или поклон»

2. *Разогревающие упражнения*

Упражнение «Ветер перемен»

Упражнение «Растопи круг»

3. *Упражнения, на которые ложится основная нагрузка в достижении цели*

Упражнение «Тактильные ощущения»

Упражнение «Я тебя помню...»

Упражнение «Деление на части»

Упражнение «Угадай эмоцию»

Упражнение «Какого я цвета»

4. *Завершение работы*

Упражнение «Это здорово»

5. Рефлексия занятия

### *Занятие №3*

*Цель:* создание условий для развития коммуникативной компетентности, психологической наблюдательности и умения чувствовать и понимать окружающих людей.

*Задачи:*

1) способствовать осознанию участниками тренинга значимости наблюдательности в процессе установления коммуникативного взаимодействия;

2) способствовать формированию у участников тренинга коммуникативной компетентности.

*Структура занятия*

*1. Начало тренинговой работы. Приветствие.*

Упражнение «Приветствие»

*2. Разогревающие упражнения*

Упражнение «День рождения»

Упражнение «Рулончик»

*3. Упражнения, на которые ложится основная нагрузка в достижении*

*цели*

Упражнение «Найди пару»

Упражнение «Карусель»

Упражнение «Разговор через стекло»

Упражнение «Четыре угла – четыре выбора»

Упражнение «Крокодил»

*4. Завершение работы*

Упражнение «Тух-тиби-дух»

*5. Рефлексия занятия*

*Занятие №4*

*Цель:* создание условий для развития коммуникативной компетентности, психологической наблюдательности и умения чувствовать и понимать окружающих людей.

*Задачи:*

1) способствовать осознанию участниками тренинга значимости наблюдательности в процессе установления коммуникативного взаимодействия;

2) способствовать формированию у участников тренинга коммуникативной компетентности.

#### *Структура занятия*

*1. Начало тренинговой работы. Приветствие.*

Упражнение «Поздоровайся локтями»

*2. Разогревающие упражнения*

Упражнение «Паутина»

Упражнение «Вавилонская башня»

*3. Упражнения, на которые ложится основная нагрузка в достижении цели*

Упражнение «Позиции общения»

Упражнение «Всеобщее внимание»

Упражнение «Дружеская пародия»

Упражнение «Комфортное расстояние»

Упражнение «Звуки»

*4. Завершение работы*

Упражнение «Паровозик»

*5. Рефлексия занятия*

#### *Занятие №5*

*Цель:* создание условий для развития коммуникативной компетентности, психологической наблюдательности и умения чувствовать и понимать окружающих людей.

*Задачи:*

1) способствовать осознанию участниками тренинга значимости наблюдательности в процессе установления коммуникативного взаимодействия;

2) способствовать формированию у участников тренинга коммуникативной компетентности.

#### *Структура занятия*

*1. Начало тренинговой работы. Приветствие.*

Упражнение «Поздороваемся друг с другом»

*2. Разогревающие упражнения*

Упражнение «Поделись со мной»

Упражнение «Ловля моли»

*3. Упражнения, на которые ложится основная нагрузка в достижении цели*

Упражнение «Пустой стул»

Упражнение «Гостиница

Упражнение «Времена года»

Упражнение «Слепой и поводырь»

Упражнение «Я тебя понимаю»

*4. Завершение работы*

Упражнение «Броуновское движение»

*5. Рефлексия занятия*

#### *Занятие №6*

*Цель:* создание условий для развития коммуникативной компетентности, психологической наблюдательности и умения чувствовать и понимать окружающих людей.

#### *Задачи:*

1) способствовать осознанию участниками тренинга значимости наблюдательности в процессе установления коммуникативного взаимодействия;

2) способствовать формированию у участников тренинга коммуникативной компетентности.

#### *Структура занятия*

*1. Начало тренинговой работы. Приветствие.*

Упражнение «Маленькие радости»

2. *Разогревающие упражнения*

Упражнение «Ярмарка достоинств»

Упражнение «Подарок»

3. *Упражнения, на которые ложится основная нагрузка в достижении цели*

Упражнение «Говорю, что вижу»

Упражнение «Интервью»

Упражнение «Пристройка и контрпристройка»

Упражнение «Машина с характером»

Упражнение «Через стекло»

4. *Завершение работы*

Упражнение «Нож в масло»

5. *Рефлексия занятия*

#### *Занятие №7*

*Цель:* создание условий для развития коммуникативной компетентности, психологической наблюдательности и умения чувствовать и понимать окружающих людей.

*Задачи:*

1) способствовать осознанию участниками тренинга значимости наблюдательности в процессе установления коммуникативного взаимодействия;

2) способствовать формированию у участников тренинга коммуникативной компетентности.

#### *Структура занятия*

1. *Начало тренинговой работы. Приветствие.*

Упражнение «Десять секунд»

2. *Разогревающие упражнения*

Упражнение «Восточный рынок»

Упражнение «Стаканчик»

*3. Упражнения, на которые ложится основная нагрузка в достижении цели*

Упражнение «По кругу»

Упражнение «Зеркало»

Упражнение «Описание»

Упражнение «Цифры»

Упражнение «Услышь звуки»

*4. Завершение работы*

Упражнение «Переправа»

*5. Рефлексия занятия*

### *Занятие №8*

*Цель:* создание условий для развития коммуникативной компетентности, психологической наблюдательности и умения чувствовать и понимать окружающих людей.

*Задачи:*

1) способствовать осознанию участниками тренинга значимости наблюдательности в процессе установления коммуникативного взаимодействия;

2) способствовать формированию у участников тренинга коммуникативной компетентности.

### *Структура занятия*

*1. Начало тренинговой работы. Приветствие.*

Упражнение «Здравствуй, уважаемый»

*2. Разогревающие упражнения*

Упражнение «Хвост ослика Иа»

Упражнение «Окажи внимание другому»

*3. Упражнения, на которые ложится основная нагрузка в достижении цели*

Упражнение «Переживания»

Упражнение «Описание»

Упражнение «Разговор по телефону»

Упражнение «Угадай пословицу»

Упражнение «Ситуация»

*4. Завершение работы*

Упражнение «Психологическая дистанция»

*5. Рефлексия занятия*

### *Занятие №9*

*Цель:* создание условий для развития коммуникативной компетентности, психологической наблюдательности и умения чувствовать и понимать окружающих людей.

*Задачи:*

1) способствовать осознанию участниками тренинга значимости наблюдательности в процессе установления коммуникативного взаимодействия;

2) способствовать формированию у участников тренинга коммуникативной компетентности.

### *Структура занятия*

*1. Начало тренинговой работы. Приветствие.*

Упражнение «Коленвал»

*2. Разогревающие упражнения*

Упражнение «Имитатор»

Упражнение «Семерочка»

*3. Упражнения, на которые ложится основная нагрузка в достижении цели*

Упражнение «Каким я тебя вижу»

Упражнение «Дискуссия»

Упражнение «Чувство времени»

Упражнение «Стихотворение»

Упражнение «Наблюдение»

*4. Завершение работы*

Упражнение «Телохранитель»

5. Рефлексия занятия

### *Занятие №10*

*Цель:* создание условий для развития коммуникативной компетентности, психологической наблюдательности и умения чувствовать и понимать окружающих людей.

*Задачи:*

1) способствовать осознанию участниками тренинга значимости наблюдательности в процессе установления коммуникативного взаимодействия;

2) способствовать формированию у участников тренинга коммуникативной компетентности.

### *Структура занятия*

1. *Начало тренинговой работы. Приветствие.*

Упражнение «Перекличка»

2. *Разогревающие упражнения*

Упражнение «Лови кастрюлю»

Упражнение «Спутанные цепочки»

3. *Упражнения, на которые ложится основная нагрузка в достижении цели*

Упражнение «Заблудившийся рассказчик»

Упражнение «Поделись со мной»

Упражнение «Эпизоды»

Упражнение «Я знаю, что тебе приснилось!»

Упражнение «Согласование»

4. *Завершение работы*

Упражнение «Я тебя люблю»

5. Рефлексия занятия

### *Занятие №11*

*Цель:* создание условий для развития коммуникативной компетентности, психологической наблюдательности и умения чувствовать и понимать окружающих людей.

*Задачи:*

1) способствовать осознанию участниками тренинга значимости наблюдательности в процессе установления коммуникативного взаимодействия;

2) способствовать формированию у участников тренинга коммуникативной компетентности.

*Структура занятия*

*1. Начало тренинговой работы. Приветствие.*

Упражнение «Нравится – не нравится»»

*2. Разогревающие упражнения*

Упражнение «Бег ассоциаций»

Упражнение «Однажды в автобусе»

*3. Упражнения, на которые ложится основная нагрузка в достижении цели*

Упражнение «Охота на тигра»

Упражнение «Ты такой же, как я...»

Упражнение «Превращение»

Упражнение «Салочки»

Упражнение «Звуки животных»

*4. Завершение работы*

Упражнение «Передай дальше»

*5. Рефлексия занятия*

*Занятие №12*

*Цель:* создание условий для развития коммуникативной компетентности, психологической наблюдательности и умения чувствовать и понимать окружающих людей.

*Задачи:*

1) способствовать осознанию участниками тренинга значимости наблюдательности в процессе установления коммуникативного взаимодействия;

2) способствовать формированию у участников тренинга коммуникативной компетентности.

#### *Структура занятия*

*1. Начало тренинговой работы. Приветствие.*

Упражнение «Узнай по рукопожатиям»

*2. Разогревающие упражнения*

Упражнение «Броуновское движение»

Упражнение «Числа»

*3. Упражнения, на которые ложится основная нагрузка в достижении цели*

Упражнение «Мяч по кругу»

Упражнение «Узнай по голосу»

Упражнение «Угадай цвет»

Упражнение «Скульптура»

Упражнение «Молва»

*4. Завершение работы*

Упражнение «Биржа»

*5. Рефлексия занятия*

### **2.3 Результаты повторной диагностики коммуникативной компетентности студентов. Оценка эффективности тренинговой работы**

Для того чтобы проверить эффективность проведенного нами тренинга, нами была проведена повторная диагностика, результаты которой мы рассмотрим и проанализируем в данном параграфе.

Первоначально стоит обратить внимание на результаты теста коммуникативных умений, данные по которому представлены в таблице 3.

Таблица 3 – Результаты повторной диагностики коммуникативных умений студентов

№ п/п	Имя Ф.	Тип коммуникации		
		Зависимый	Компетентный	Агрессивный
1	Антонина Г.	4	12	11
2	Гайса Г.	3	23	1
3	Алексей Г.	7	19	1
4	Юлия Г.	5	18	4
5	Елена Д.	2	24	1
6	Андрей Е.	4	21	2
7	Любовь Ж.	7	14	6
8	Юлия К.	2	21	4
9	Наталья К.	3	21	3
10	Олеся К.	11	12	4
11	Валентина М.	2	21	4
12	Любовь М.	4	15	8
13	Елена Н.	4	19	4
Среднее значение		4,46	18,46	4,08

Сопоставляя результаты первичной и повторной диагностики можно отметить общий рост показателей компетентного типа коммуникации (на 12 %). В то же время отмечается снижение показателей зависимого (на 23 %) и агрессивного (на 10 %) типов коммуникации. Полученные результаты могут свидетельствовать о развитии у студентов навыков эффективного общения, а так же таких личностных качеств как эмпатия и толерантность, которые, безусловно, являются важными показателями коммуникативной компетентности.

Для наглядности представим результаты первичной и повторной диагностик в виде диаграмм (рис. 3).

Более подробные изменения мы можем пронаблюдать, обратив внимание на результаты повторной диагностики коммуникативной социальной компетентности, которые представлены в таблице 4. Наиболее значимые изменения наблюдаются по факторам А, Н, и П, наименее заметные по шкалам Д, М и В.

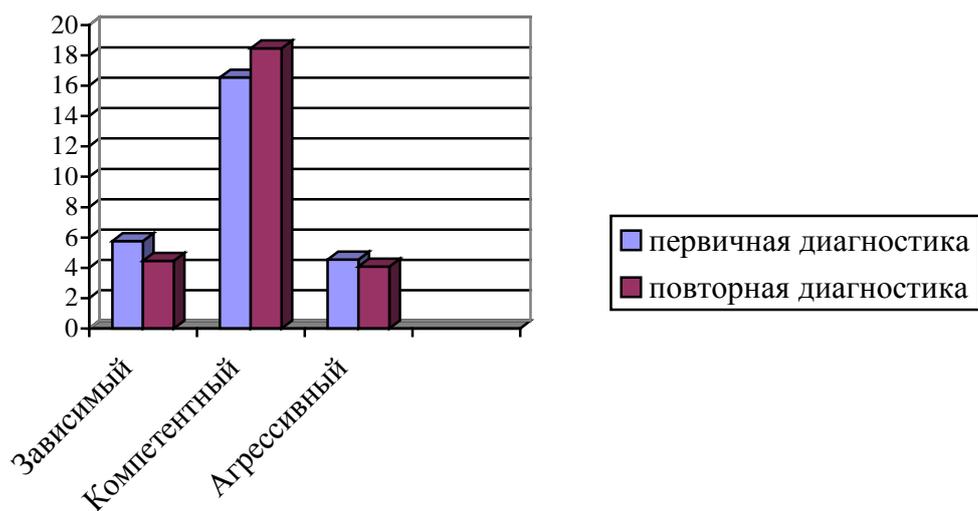


Рисунок – 3 Динамика показателей коммуникативных умений студентов до и после тренинговой работы

Таблица 4 – Результаты повторной диагностики коммуникативной социальной компетентности студентов

№ п/п	Имя Ф.	Фактор								
		Л	А	Д	К	М	Н	В	П	С
1	Антонина Г.	4	7	13	10	11	15	12	15	10
2	Гайса Г.	0	15	11	11	10	8	10	17	13
3	Алексей Г.	5	15	7	12	10	11	18	12	12
4	Юлия Г.	5	14	12	11	9	13	14	10	13
5	Елена Д.	1	7	7	12	13	14	12	10	11
6	Андрей Е.	5	11	15	14	5	11	18	9	12
7	Любовь Ж.	7	17	13	11	9	12	14	10	15
8	Юлия К.	6	13	9	13	11	15	14	11	14
9	Наталья К.	6	19	13	13	5	12	14	8	16
10	Олеся К.	4	12	10	11	7	13	12	15	9
11	Валентина М.	6	13	10	13	11	15	14	11	13
12	Любовь М.	5	10	10	11	11	16	12	16	10
13	Елена Н.	8	18	14	13	11	13	14	14	12
Среднее значение		4,77	13,15	11,08	11,92	9,46	12,92	13,69	12,15	12,31

Средний показатель по фактору А повысился на 12 %, и составил 13,15, что, в свою очередь, означает, что большинство студентов этой группы стали более открыты и легки в общении.

Средний показатель по фактору Н повысился на 14 %, и составил 12,92, следовательно, мы можем говорить о том, что большинство студентов группы способны к самоконтролю и умеют подчинить себя правилам.

Немаловажным является изменение среднего показателя по фактору П, он понизился на 18 % и составил 12,15, что соответствует норме. Напомним, что при первичной диагностике было выявлено 3 студента с показателями выше 20 баллов, при повторной диагностике такого зафиксировано не было.

По остальным факторам изменения колеблются в районе 3-6 %, они практически не изменились.

Средний показатель по фактору Л (лжи) равен 4,77, следовательно, мы можем считать результаты достоверными.

Средний показатель по фактору Д равен 11,08 (снизился на 1 %), что соответствует среднему уровню. Большинство студентов этой группы жизнерадостны, беспечны, веселы.

Средний показатель по фактору К равен 11,92 (повысился на 6 %). Студентам этой группы в равной степени свойственны как творческое, так и рациональное мышление, они чувствительны, но готовы полагаться только на себя, рациональны.

Средний показатель по фактору М равен 9,46 (повысился на 2 %), что соответствует среднему уровню. Большинство студентов этой группы независимы, и ориентируются только на себя, однако в определенных ситуациях могут следовать за общественным мнением, зависеть от группы.

Средний показатель по фактору В равен 13,69 (повысился на 5 %), что соответствует высокому уровню. Студентам этой группы присуща сообразительность и развитое логическое мышление.

Средний показатель по фактору С равен 12,31 (повысился на 4 %), что соответствует среднему уровню. Большинство студентов этой группы спокойны и эмоционально устойчивы, однако порой могут поддаваться чувствам.

Обратим внимание на результаты повторной диагностики коммуникативной и социальной компетентности, которые представлены в Приложении Б (таблица 6).

Наиболее заметны изменения по шкалам ПЛ, ИМ, СПК, ОСК, ЭК. В то же время почти не изменились показатели по шкалам ПС, СН, МД, ВК, КК, УВ.

Средний показатель по шкале МО составляет 2,15 (повысился на 3 %), следовательно, результаты методики можно считать действительными.

Средний показатель по шкале ПЛ составляет 4,08 (повысился на 15 %), что свидетельствует о том, что большинство студентов этой группы способны к пониманию подростков.

Средний показатель по шкале ПС составляет 4,15 (повысился на 2 %), большинство студентов этой группы способно правильно понимать педагогические ситуации, и как следствие решать их.

Средний показатель по шкале СН составляет 4,62 (повысился на 2 %), что свидетельствует о хорошей развитости сноровки.

Средний показатель по шкале МУ составляет 3,54 (повысился на 7 %), что говорит об обычных моральных установках.

Средний показатель по шкале МД составляет 3,38 (повысился на 5 %). Высокие показатели отмечаются у Анастасии И. и Марии Бр.. Эти студенты имеют высокую мотивацию достижения.

Средний показатель по шкале ЭС составляет 3,31 (повысился на 8 %). Большею части группы характерна высокая эмоциональная стабильность.

Средний показатель по шкале ИМ составляет 3,23 (повысился на 20 %). Показатели по этой шкале заметно возросли, теперь почти все студенты имеют показатели выше средних, что говорит об их умении самопрезентовать себя.

Средний показатель по шкале СПК составляет 3,54 (повысился на 12 %), что соответствует среднему уровню развитости социально-психологической компетентности.

Средний показатель по шкале ВК составляет 3,38 (повысился на 13 %), что свидетельствует о среднем уровне владения вербальной компетентностью.

Средний показатель по шкале ОСК составляет 2,92 (повысился на 31 %). Показатель оперативной социальной компетентности значительно повысился, и близок к средним значениям.

Средний показатель по шкале ЭК составляет 4,46 (повысился на 21 %). Большинство студентов имеют показатели выше средних, и лишь у одного студента по-прежнему остался низкий уровень.

Средний показатель по шкале КК составляет 4,62 (повысился на 4 %). Для студентов этой группы характерна высокая коммуникативная компетентность, большинство студентов имеют показатели значительно выше средних.

Средний показатель по шкале УВ составляет 4,31 (повысился на 4 %), и говорит о том, что студенты этой группы весьма уверены в себе и своих силах.

Средний показатель по шкале ОТ составляет 3,92 (повысился на 8 %), для большинства студентов этой группы характерна стабильность человеческих отношений.

Средний показатель по шкале КЛП составляет 4,08 (повысился на 2 %), что позволяет нам сказать, что студенты этой группы имеют достаточно высокий коммуникативно-личностный потенциал.

Значимость различий показателей первичной и повторной диагностики проверялась с помощью t-критерия Стьюдента. Эмпирические значения t-критерия представлены в таблице 5.

Анализируя данные расчета t-критерия, можем отметить, что значимые различия результатов первичной и повторной диагностики получены по следующим параметрам: компетентный тип общения, оперативная социальная компетентность, эго-компетентность, эмоциональная устойчивость, чувствительность.

Таким образом, из представленных результатов мы можем сделать вывод о том, что проведенный социально-психологический тренинг имел ряд положительных эффектов. Во-первых, стоит отметить изменения, касающиеся личностных качеств студентов, а именно: повысилась эмоциональная

устойчивость, студенты стали более открыты и легки в общении. Во-вторых, изменения не

Таблица 5 – Значимость различий среднеарифметических показателей личностных характеристик коммуникативной компетентности студентов

Характеристики	среднеарифметические показатели		значения t-критерия
	первичная диагностика	повторная диагностика	
Зависимый тип общения	5,77	4,46	0,061602
Компетентный тип общения	16,54	18,46	<b>0,043187</b>
Агрессивный тип общения	4,54	4,08	0,544046
Понимание подростков	3,54	4,08	0,291984
Понимание педагогических ситуаций	4,08	4,15	0,869810
Сноровка	4,54	4,62	0,911058
Моральные установки	3,31	3,54	0,386972
Мотивация достижения	3,23	3,38	0,337049
Эмоциональная стабильность	3,08	3,31	0,513311
Самопрезентация	2,69	3,23	0,170078
Соц. -психолог. компетентность	3,15	3,54	0,419886
Вербальная компетентность	3	3,38	0,316010
Оперативная социальная компетентность	2,03	2,46	<b>0,043997</b>
Эго-компетентность	3,69	4,46	<b>0,034816</b>
Коммуникативная компетентность	4,46	4,62	0,501611
Уверенность	4,15	4,31	0,548627
Стабильность человеческих отношений	3,62	3,92	0,415568
Коммуникативно-личностный потенциал	4	4,08	0,869810
Открытость	11,69	13,15	0,137030
Логическое мышление	13,08	13,69	0,883111
Эмоциональная устойчивость	11,85	12,31	<b>0,032329</b>
Жизнерадостность	11,15	11,08	0,845964
Чувствительность	11,23	11,92	<b>0,041924</b>
Независимость	9,31	9,46	0,415568
Контроль себя	11,38	12,92	0,090098

могли не сказаться и на навыках эффективного общения: студенты повысили умение самопрезентации, у них повысились навыки социально психологической и оперативной социальной компетентностей. Кроме того, изменения коснулись и ряда других качеств, не менее важных в работе выпускника направления подготовки психолого-педагогического образования : повысилась вербальная компетентность, умение работать в группе, повысилась эмпатия и способность вчувствоваться в проблемы другого человека, повысились навыки эффективного общения, кроме того был получен богатый

опыт работы в тренинговой группе, что так же немаловажно для будущих специалистов.

С целью определения значимости полученных результатов, применим расчет по непараметрическому критерию Вилкоксона ([http://www.psychol-ok.ru/statistics/wilcoxon/wilcoxon\\_02.html](http://www.psychol-ok.ru/statistics/wilcoxon/wilcoxon_02.html)) (табл.6).

Таблица 6 – Результаты статистической проверки данных **T-критерия Вилкоксона**

Параметр	$p \leq 0,01$	$p \leq 0,05$	$U_{Эмп}$	Уровень значимости
Зависимость	7	13	11	Зона неопределенности
Компетентность			10,5	Зона неопределенности
Агрессивный			35	Не значимо
Открытость			17	Зона неопределенности
Чувственность /рациональность			8	Зона неопределенности
Фактор независимости			30	Не значимо
Эмоциональная устойчивость			22	Не значимо

Для работы нами были выделены параметры, составляющие после первичной диагностики факторы 1 и 2.

Не смотря на то, что значимых показателей на данном этапе нам определить не удалось, но несколько параметров находятся в зоне неопределенности: Зависимость, Компетентность, Открытость, Чувственность /рациональность. Полагаем, что именно в этих особенностях начался процесс изменения, что подтверждается различиями среднеарифметических показателей личностных характеристик коммуникативной компетентности студентов, представленных в таблице 5.

Таким образом, у студентов, участвующих в социально-психологическом тренинге, стали изменяться показатели, составляющие основу коммуникативных навыков.

## ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Имея богатые интеллектуальные знания можно быть отличным собеседником. Зная с кем, о чем и как поговорить, можно добиться больших успехов. Однако всего этого недостаточно чтобы полностью понимать окружающих, да и для большинства это не столь важно. Кроме некоторых профессий, например педагога-психолога. Умение чувствовать переживания другого и правильно наблюдать за его особенностями позволяет уловить не только сказанное собеседником, но и понять его чувства и переживания на этот счет. Подобные умения принято называть сензитивностью, или чувствительностью. Стоит так же заметить, что навыки, включаемые в это понятие, входят в коммуникативную компетентность.

Работу выпускника по направлению подготовки Психолого-педагогического образование можно условно разделить на две части: интеллектуальную и коммуникативную. Первая включает в себя непосредственные знания по профессии, которые накапливаются по мере обучения в институте, вторая же по большей части зависит от личностных качеств. Не секрет, что особенности преподавания в институте предполагают большой объем знаний, в то время как на практику времени отводится значительно меньше. Более того стоит отметить, что далеко не все поступающие по специальности имеют необходимые задатки. Как следствие мы получаем грамотных специалистов, которые зачастую испытывают трудности при общении с клиентом. Именно поэтому встает вопрос о необходимости развития коммуникативной компетентности студентов педагогического вуза.

Для решения этой задачи нами был разработан и апробирован тренинг сензитивности. Результаты тренинга доказывают эффективность выбранного нами метода воздействия. В ходе исследования были выявлены изменения связанные с увеличением у студентов уверенности в себе, с повышением навыка самопрезентации, с развитием различного рода компетенций

(вербальной, социально психологической, коммуникативной). Таким образом, наша гипотеза подтвердилась.

Социально-психологический тренинг находит широкое применение в подготовке различных специалистов. Использование этой формы тренинга позволяет развивать чувствительность к групповому процессу, способность к его более адекватному пониманию и использованию в ходе групповой психотерапии, умение оценивать отношения, установки, психологические проблемы и внутренние конфликты людей на основании анализа межличностного взаимодействия, а также способствует углубленному пониманию собственной личности, собственных установок, позиций, отношений, потребностей и мотивации. Проведение такого рода практических занятий для студентов, обучающихся по специальности педагог-психолог, несет двойную пользу. Помимо выполнения непосредственных целей тренинга, участники получают опыт работы в тренинговых группах, что, несомненно, пригодится им при составлении собственных программ.

Участником нашего тренинга были студенты пятого курса факультета педагогики и психологии. Повторная диагностика показала, что они имеют достаточно высокие показатели коммуникативной компетентности. Несомненно, что проведение таких занятий было бы эффективней начинать уже с ранних курсов. Систематичность проведения тренингов вкупе с получаемыми в процессе обучения знаниями, позволят на выходе иметь грамотного, а главное коммуникативно компетентного специалиста.

Анализ данных, полученных с помощью t-критерия Стьюдента (таблица 5) и T-критерия Вилкоксона (таблица 6) позволяет утверждать, что наша гипотеза исследования о том, что участие студентов в социально-психологическом тренинге будет способствовать формированию их коммуникативных навыков, нашла свое подтверждение, хотя и частичное. Уровень компетентности студентов по результатам участия по программе социально-педагогического тренинга находится в «зоне неопределенности», то «движение» результатов в сторону изменения коммуникативной

компетентности имеют место быть: студенты стали более чувствительны, открыты и коммуникативно компетентны.

Таким образом, мы можем утверждать, что начало изменений в составляющих коммуникативных умений участников социально-психологического тренинга способствовало формированию новых коммуникативных навыков. Цель нашей работы достигнута, но требует, все же, дальнейшего решения.

## СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ

1. Алтунина, И. Р. Мотивы и мотивация социального поведения как проблема социально-психологических исследований/ И. Р. Алтунина // Современная социальная психология: теоретические подходы и прикладные исследования. – 2009. – №1. – С. 7 – 17.
2. Артюхова, Т. Ю., Басалаева Н. В. Тревожность современных подростков / Т. Ю. Артюхова, Н. В. Басалаева // Альманах современной науки и образования. – 2009. – № 4. – Ч 1. – С. 15 – 18.
3. Андреева, Г. М. Социальная психология / Г. М. Андреева. – Москва : Аспект-пресс, 2006. – 376 с.
4. Бодалев, А. А. Личность и общение / А. А. Бодалев. – Москва : Универсум, 2005. – 395 с.
5. Бодалев, А. А. Психологическое общение / А. А. Бодалев. – Москва : Изд-во «Институт практической психологии», Воронеж: Н.П.О, «Модек», 2006. – 256 с.
6. Голодованская И. Б. Коммуникативная компетентность с позиций педагогики / И. Б. Голодованская // Педагогика. – 2008. – № 1. – С. 121 – 123.
7. Гусейнов А. Ш. Протест как фактор деструктивного поведения подростков и молодежи / А. Ш. Гусейнов // Вестник Санкт-Петербургского университета. Сер. 12, Психология. Социология. Педагогика. – 2011. – № 6, Вып. 2. – С. 116-121.
8. Долгова В. И. Принципы организации обратных связей с выпускниками вуза /В. И. Долгова// Alma mater (Вестник высшей школы). – 2015. – №5. –С. 51– 55.
9. Езова, С. А. Коммуникативная компетенция / С. А. Езова // Научные и технические библиотеки. – 2008. – № 4. – С.173.

10. Емельянов, Ю. Н. Активное социально-психологическое обучение/ Ю. Н. Емельянов. – Санкт-Петербург : Питер, 2005. – 166 с.

11. Жамбеева Э. Э. Индивидуальные различия в коммуникативных способностях/ Э. Э. Жамбеева // Психологическая наука и образование. – 2007. – №4. – С. 4 – 12.

12. Жарких, Н. Г. Коммуникативная компетентность студентов в ситуациях фрустрации/ Н. Г. Жарких // Известия Российского государственного педагогического университета им. А. И. Герцена. – 2009. – № 109. – 171 с.

13. Жуков, Ю. М. Введение в практическую и социальную психологию / Ю. М. Жуков, Л. А. Петровская, О. В. Соловьева. – Москва : Смысл, 2006. – 373 с.

14. Зотова, И. Н. Коммуникативная компетентность как аспект социализации личности студента в условиях информатизации общества / И. Н. Зотова // «Актуальные социально–психологические проблемы развития личности в образовательном пространстве XXI века». – Кисловодск : АСП, 2006. – 109 с.

15. Зотова, И. Н. Характеристика коммуникативной компетентности / И. Н. Зотова // Известия ТРГУ. Тематический выпуск «Психология и педагогика». – 2006. – №13(68). – С.225-227.

16. Иванов, В. Д. Социально-перцептивно-коммуникативный тренинг как эффективный фактор формирования коммуникативной компетентности студентов ВУЗа/ В. Д. Иванов. – Челябинск : ЮУГУ, 2003. – 250 с.

17. Кабардов, М. К. Языковые и коммуникативные способности и компетенция / М. К. Кабардов, Е. В. Арцишевская // Вопросы психологии. – 1996. – № 1. – С. 43-48.

18. Казакова, Т. В. Философский анализ генезиса самоосуществления человека/ Т. В. Казакова // Исторические, философские, политические и юридические науки, культурология и искусствоведение. Вопросы теории и практики. – 2009. – №1. – С. 51-54.

19. Колмогорова Н. С. Психология и педагогика / Н. С. Колмогорова, А. В. Сивцова // Раздел «Педагогика». – Часть 1: учебное пособие. – Барнаул : Изд-во АГАУ. – 2010. – 169 с.
20. Кочюнас, Р. Социально-психологический тренинг: проблемы и перспективы / Р. Кочюнас, Ю. М. Жуков // Вопросы психологии. – 1983. – № 7. – С.62-74.
21. Куницына, В. Н. Межличностное общение/ В. Н. Куницына. – Санкт-Петербург : Питер, 2009. – 544 с.
22. Левшунова Ж. А. Взаимосвязь эмоциональной устойчивости и психологического благополучия у старшеклассников / Ж. А. Левшунова // Личность, семья и общество: вопросы педагогики и психологии. – 2013. – № 34. – С. 78-82.
23. Лисовская, И. Б. Психологическое сопровождение профессионального становления студентов как фактор повышения качества образования / И. Б. Лисовская// Вестник. – 2008. – №4. – С. 51-55.
24. Макаровская, И. В. Диалог как средство саморазвития личности / И. В. Макаровская // Саморазвитие и самореализация личности в условиях конкурентной среды. Материалы международной научно-практической конференции. – Елец, 2012. – С. 72-76.
25. Морева, Н. А. Тренинг педагогического общения/ Н. А. Морева. – Москва : Просвещение, 2006. – 304 с.
26. Муравьева О. И. Психология коммуникативной компетентности. Теоретические аспекты / О. И. Муравьева // LAMBERT Academic Publishing. – 2011. – 146 с.
27. Нагимова, Н. И. Формирование и развитие у учащихся базовых компетентностей / Н. И. Нагимова // Профессиональное образование. – 2009. – № 8. – С.21-29.
28. Общение и оптимизация совместной деятельности / под ред. Г. М. Андреевой. – М.: Сфера, 2007. – 297 с.
29. Петровская, Л. . Компетентность в общении. Социально-

психологический тренинг. – Москва : Издательство МГУ, 2009. – 216 с.

30. Рабочая книга практического психолога. Технологии эффективной профессиональной деятельности. / под ред. А. А. Деркача – Москва : Изд. дом «Красная площадь», 2006. – 490 с.

31. Равен, Дж. Компетентность в современном обществе: выявление, развитие и реализация. – Москва : Когито-Центр, 2008. – 400 с.

32. Рейд, М. Как развить навыки успешного общения. Практическое руководство. – Москва : Эксмо, 2007. – 352 с.

33. Рогов, Е.И. Психология общения. – Москва : Владос, 2009. – 335 с.

34. Российская социологическая энциклопедия / под ред. Г. В. Осипова. – Москва : Филинь, 1998. – 560 с.

35. Руденский, Е. В. Социальная психология: Курс лекций. – Москва : ИНФА-М; Новосибирск: ИГАЭиУ, 2007. – 224 с.

36. Селевко, Г. Компетентности и их классификация / Г. Селевко // Народное образование. – 2004. – № 4. – С.138-149.

37. Словарь иностранных слов. – Москва : Славянский дом книги, 2008. – 638 с.

38. Соколов А. В. Общая теория социальной коммуникации / А. В. Соколов. – Санкт-Петербург, 2006. – 461 с.

39. Социальная психология / под ред. А. Н. Сухова, А. Деркача. – Москва : Высшее образование, 2010. – 600 с.

40. Эмоциональные и познавательные характеристики общения / под ред. В. А. Лабунской. – Ростов н/Дону : Феникс, 2009. – 426 с.

Результаты первичной диагностики коммуникативной и социальной компетенции (КОСКОМ)

№ п/п	Имя Ф.	Фактор																
		ПЛ	ПС	СН	МУ	МД	ЭС	ИМ	СПК	ВК	ОСК	ЭК	КК	УВ	ОТ	МО	КЛП	-
1	Антонина Г	3	4	6	6	4	3	2	2	1	3	1	5	4	1	2	2	4
2	Гайса Г.	5	5	4	4	5	1	2	3	3	3	2	4	2	3	0	4	2
3	Алексей Г.	4	4	5	3	2	4	3	3	3	2	4	5	3	1	3	5	4
4	Юлия Г.	3	4	3	4	2	3	1	3	1	2	4	5	3	5	2	3	3
5	Елена Д.	3	4	5	4	4	5	5	2	5	3	5	4	4	4	2	4	2
6	Андрей Е	3	4	5	1	3	3	4	3	4	0	3	6	6	4	3	6	4
7	Любовь Ж.	5	4	5	3	3	3	2	5	2	2	5	3	6	4	1	3	5
8	Юлия К.	2	3	1	4	3	2	3	3	4	4	4	3	4	2	2	6	1
9	Наталья К.	4	6	6	4	6	3	3	4	4	3	5	5	5	5	2	4	6
10	Олеся К.	3	3	6	3	2	3	2	2	5	4	4	5	4	4	3	3	5
11	Валентина М.	3	4	3	4	2	4	2	3	1	1	3	5	2	5	2	3	3
12	Любовь М.	5	4	5	2	3	3	2	5	2	2	5	3	6	4	2	3	4
13	Елена Н.	3	4	5	1	3	3	4	3	4	0	3	5	5	5	3	6	4
Среднее значение		3,54	4,08	4,54	3,31	3,23	3,08	2,69	3,15	3	2,23	3,69	4,46	4,15	3,62	2,08	4	3,62

Результаты повторной диагностики коммуникативной и социальной компетенции (КОСКОМ)

№ п/п	Имя Ф.	Фактор																
		ПЛ	ПС	СН	МУ	МД	ЭС	ИМ	СПК	ВК	ОСК	ЭК	КК	УВ	ОТ	МО	КЛП	-
1	Антонина Г.	5	4	3	5	4	5	3	2	3	3	1	5	4	4	2	2	1
2	Гайса Г.	2	3	3	3	5	3	3	3	3	3	3	3	3	3	1	2	4
3	Алексей Г.	6	4	5	3	3	4	5	3	3	3	3	5	3	1	3	4	5
4	Юлия Г.	5	4	5	4	2	3	2	2	3	2	3	6	4	4	3	3	3
5	Елена Д.	3	4	3	4	4	5	3	1	5	3	5	4	5	3	1	5	2
6	Андрей Е.	6	3	4	2	3	2	3	3	4	2	4	5	6	5	2	4	4
7	Любовь Ж.	5	5	6	4	3	5	5	3	4	3	6	4	5	5	2	6	5
8	Юлия К.	4	6	6	3	3	2	3	6	3	4	6	4	4	4	2	6	5
9	Наталья К.	4	6	6	4	5	4	3	5	5	2	6	6	5	6	1	5	5
10	Олеся К.	1	0	2	4	2	3	3	2	3	4	5	5	3	5	3	1	1
11	Валентина М.	4	6	6	4	3	2	3	6	3	1	6	4	4	4	3	6	5
12	Любовь М.	4	3	5	3	4	3	3	4	2	2	5	4	5	3	2	3	4
13	Елена Н.	4	6	6	3	3	2	3	6	3	0	5	5	5	4	3	6	5
Среднее значение		4,08	4,15	4,62	3,54	3,38	3,31	3,23	3,54	3,38	2,46	4,46	4,62	4,31	3,92	2,15	4,08	3,77

Условные обозначения таблицы 6:

ПЛ –	Понимание людей
ПС –	Понимание ситуаций
СН –	Сноровка, хватка предприимчивость
МУ –	Моральные установки
МД –	Мотивация достижений
ЭС –	Эмоциональная устойчивость
ИМ –	Имидж
СПК –	Шкала социально-психологической компетентности
ВК –	Вербальной компетентности
ОСК –	Шкала оперативной социальной компетентности
ЭК –	Эго-компетентность
КК –	Коммуникативная компетенция
УВ –	Уверенность
ОТ –	Стабильность человеческих отношений
МО –	Шкала лжи (мотивация одобрения)
КЛП –	коммуникативно-личностный потенциал

