

вень составил 16%. Полученные данные подтверждены методами математической обработки данных.

Результаты, полученные в ходе нашего исследования, подтверждают правильность выдвинутой гипотезы, именно опора на ключевые характеристики внимания, его виды и свойства; учет возрастных особенностей развития внимания в младшем школьном возрасте; разработка и реализация программы развития внимания у детей младшего школьного возраста «Будь внимателен!» во внеклассной работе способствуют повышению эффективности процесса развития внимания у детей младшего школьного возраста. Гипотеза исследования подтвердилась.

Галлямова Г.Н., студентка 6 курса ИПО КФУ  
Рыбакова Л.А., к.п.н., доцент

### **СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКИЙ ТРЕНИНГ КАК СРЕДСТВО ФОРМИРОВАНИЯ НАВЫКОВ ОБЩЕНИЯ В ПОДРОСТКОВОМ ВОЗРАСТЕ**

Сложность переходного периода в развитии общества, масштабность и острота его социальных, культурных и экономических проблем обуславливают актуальность активного поиска оптимальных путей подготовки молодого поколения к жизни, развития индивидуальности, потребностей и способностей человека, формирования его ориентации в жизни, стимулирующих самореализацию, умения эффективно взаимодействовать с другими людьми. Обращение ученых к проблеме общения выдвинуло в разряд остроактуальных вопросы изучения формирования навыков общения у детей на различных возрастных этапах развития.

Общение представляет сторону социального бытия человека, его способ жизни. Поэтому, когда мы изучаем образ жизни конкретного индивида, мы не можем ограничиться анализом только того, что и как он делает, мы должны исследовать также и то, с кем и как он общается, т.е. сферу, формы, способы общения.

Степень разработанности темы в отечественных и зарубежных психологических и педагогических исследованиях можно проследить в трудах Д.Б.Эльконина, Т.В.Драгуновой, Л.И.Уманского, А.И.Захарова, Л.С.Выготского, С.Л.Рубинштейна, А.А.Леонтьева и др.; К.Левин-Строс, М.Фуко, Ж.Лакан, Ж.Деррида, М.Робер, Ф.Тильман и др.

Тем не менее, несмотря на многочисленные исследования, вопросы формирования навыков общения в подростковом возрасте остаются не достаточно изученными. В основном имеющиеся исследования посвящены изучению общего феномена общения, его специфики, барьеров общения. Необходимость создания программ по формированию навыков общения у подростков очевидна. Современная школа должна помочь каждому ученику в опре-

делении себя как ответственной, свободной в своем творческом выборе, активной и инициативной личности. Это вызывает необходимость изучения и разработки средств повышения эффективности учебно-воспитательной работы по формированию навыков общения в подростковом возрасте. Одним из таких средств на наш взгляд, является социально-психологический тренинг. Вопросы влияния социально-психологических тренингов на личность рассматривались в работах А.С.Прутченкова, Н.И.Козлова, Е.В.Коротаева, В.И.Леви, Г.С.Абрамовой, А.А.Вербицкого и др.

Мы выяснили, что понятие «общение» имеет различные трактовки. Например, А.С.Золотнякова принимала общение как социально- и личностно-ориентированный процесс, в котором реализуются не только личные отношения, но и установки на социальные нормы. Общение она видела как процесс передачи нормативных ценностей. Вместе с тем она подавала «общение» как социальный процесс, через который общество влияет на индивида. Если соединить эти два положения, то можно увидеть, что для неё общение было процессом коммуникативно-регулятивным, в котором не только передается сумма социальных ценностей, но и регулируется их усвоение социальной системой.

А.А.Бодалев предлагает рассматривать общение как взаимодействие людей, содержанием которого является обмен информацией с помощью различных средств коммуникации для установления взаимоотношений между людьми.

Б.Ф.Ломов рассматривает общение как систему межличностного взаимодействия.

Мы рассматриваем общение, как сложный процесс взаимодействия между людьми, заключающийся в обмене информацией, а также в восприятии и понимании партнерами друг друга.

Также мы рассмотрели особенности общения, его специфику, формы общения.

В подростковом возрасте общение со сверстниками активизируется и углубляется, при этом для мальчиков особенно важна групповая принадлежность, членство в какой-то группе или компании, тогда как девочки дружат парами, ценя в подруге, прежде всего, возможность делиться своими тайнами. Позднее появляется потребность в близком друге противоположного пола, желание нравиться друг другу. Взаимная привязанность может быть очень эмоциональной, занимать большое место в жизни подростка.

Мы определили понятие социально-психологический тренинг, как форму специально организованного общения, психологическое воздействие которого основано на активных методах групповой работы. В ходе тренинга значительно эффективнее решаются вопросы развития личности, успешно формируются коммуникативные навыки.

Нами были рассмотрены принципы организации тренинговой работы с подростками, правила групповой работы, формы и роли тренера в проведении социально-психологического тренинга.

Констатирующий эксперимент показал, что в группе подростков преобладает низкий уровень общительности (44% испытуемых), эти дети замкнуты, неразговорчивы, предпочитают одиночество, поэтому у них мало друзей. Новые виды деятельности и необходимость новых контактов ввергают их в панику, надолго выводят из равновесия.

В группе подростков до эксперимента преобладает низкий уровень самоконтроля в общении, такие подростки в общении имеют устойчивое поведение, не считают нужным изменяться в зависимости от ситуаций, способны к искреннему самораскрытию в общении, прямолинейны.

Также мы выяснили, что в группе подростков преобладает низкий уровень коммуникативных склонностей (38%).

На основании анализа литературы мы посчитали, что наиболее эффективным средством формирования навыков общения является социально-психологический тренинг, который мы решили разработать, основываясь на различные теории тренинговых работ, на собственный опыт и обеспечить его эффективную работу.

После проведения формирующего эксперимента в группе подростков низкий уровень общительности понизился с 44% до 16%, уровень ниже среднего понизился с 28% до 12%, средний уровень повысился с 12% до 34%, уровень выше среднего повысился с 4% до 22%, высокий уровень общительности повысился с 12% до 16%. После проведения формирующего эксперимента высокий уровень самоконтроля в общении повысился с 12% до 42%, средний уровень повысился с 24% до 38%, низкий уровень понизился с 64% до 20%. После проведения формирующего эксперимента в группе испытуемых появился очень высокий уровень коммуникативных склонностей, высокий уровень повысился с 12% до 32%, средний уровень понизился с 34% до 16%, уровень ниже среднего остался на прежнем показателе – 16%, низкий уровень понизился с 38% до 12%.

В ходе формирующего эксперимента нами была подтверждена гипотеза, основанная на предположении о том, что процесс формирования навыков общения у подростков будет эффективным при использовании социально-психологического тренинга. Эти данные подтверждены методами математической обработки данных, в частности, *t*-критерием Стьюдента.

Таким образом, можно сделать вывод о том, что социально-психологический тренинг является эффективным средством формирования навыков общения у подростков.