

УДК 316.6:316.77

**Олена Боровець,**  
кандидат педагогічних наук,  
доцент кафедри педагогіки  
початкового навчання  
Рівненського державного  
гуманітарного університету

## **ТРЕНІНГ ФОРМУВАННЯ КОМУНІКАТИВНОЇ КОМПЕТЕНТНОСТІ ПІДЛІТКІВ**

*У статті розкриваються можливості формування комунікативної компетентності сучасних підлітків у процесі тренінгових занять.*

*Ключові слова: тренінг, комунікативна компетентність, підліток.*

*В статье раскрываются возможности формирования коммуникативной компетентности современных подростков в процессе тренинговых занятий.*

*Ключевые слова: тренинг, коммуникативная компетентность, подросток.*

*The article reveals the opportunities of forming communicative competence of modern teenagers in the process of trainings.*

*Key words: training, communicative competence, teenagers.*

У сучасному світі технічного прогресу надшвидкими темпами розвиваються засоби масової інформації та комунікації, комп'ютерні технології, змінюються способи задоволення інформаційних потреб людини, форми проведення дозвілля. Як наслідок, все менше часу людина приділяє міжособистісному спілкуванню віч-на-віч. Особливо це стосується дітей підліткового віку, які значну частину життя проводять за іграми в мобільних телефонах, ігрових приставках, комп'ютерах. Така ситуація негативно позначається, як свідчать дані медичних досліджень, на здоров'ї дітей, а також стає загрозою для формування умінь підлітків успішно діяти у соціальних ситуаціях, які передбачають згоду, дружні стосунки, спільну діяльність. Почуваючись комфортно у віртуальному світі, діти у реальному житті часто переживають почуття тривожності, невпевненості, самотності.

Психологи пояснюють це тим, що незадоволеною залишається одна із важливих потреб підліткового віку – міжособистісне спілкування. У психолого-педагогічній літературі є чимало робіт, присвячених проблемі міжособистісної взаємодії, комунікації, характеристиці функцій та особливостей спілкування у підлітковому віці. Різноманітні аспекти цієї

проблеми досліджували М. Каргіна, Я. Коломинський, І. Кон, А. Реан та інші. Особливості спілкування учнів у процесі виховання особистості розглядають у своїх працях А. Мудрик, О. Скрябіна. У сучасних педагогічних працях акцентується увага на внесенні таких змін у зміст освіти, які забезпечують оволодіння дітьми необхідними компетентностями, у тому числі й комунікативними (Д. Іванов, А. Дербеньова, І. Родигіна та інші). Компетентнісний підхід як один із напрямів реформування та вдосконалення освітніх систем розглядається як продуктивний спосіб оволодіння сучасними підлітками комунікативними компетентностями.

Форми, методи, прийоми формування комунікативних вмінь та навичок представлені у науково-методичних дослідженнях, авторами яких є А. Гольдштейн, Т. Гончаренко, Д. Джонсон, В. Хомик, К. Фопель та інші. У цих працях особлива увага звертається на інтерактивні ігри, вправи, тренінгові заняття, які, за твердженнями дослідників, є найбільш ефективними у процесі формування комунікативних вмінь та навичок особистості.

Мета нашої статті – проаналізувати можливості формування комунікативної компетентності підлітків у процесі організації і проведення спеціальних тренінгових занять.

Сьогодні одним із шляхів модернізації освіти є впровадження компетентнісного підходу до організації навчально-виховного процесу, що означає «переорієнтацію з процесу на результат освіти в діяльнісному вимірі, розгляд цього результату з погляду затребуваності в суспільстві, забезпечення спроможності випускника школи...мати відповідний потенціал для практичного розв'язання життєвих проблем, пошуку свого «Я» в професії, в соціальній структурі» [5, с. 47]. Результатом такого процесу є формування загальної компетентності людини, яка характеризується знаннями, вміннями, ставленням, досвідом діяльності, поведінковою моделлю особистості.

Досі не існує єдиного тлумачення поняття «компетентність». Більшість авторів у це поняття вкладають такий зміст: компетентність – це характеристика, яка дається людині в результаті оцінки ефективності (результативності) її дій, спрямованих на вирішення певного кола значущих для даного суспільства проблем [4, с. 6]. Компетентнісний підхід передбачає спрямованість освітнього процесу на формування та розвиток ключових (базових, надпредметних) та предметних компетентностей особистості. Ключові компетентності – це багатовимірне утворення, що є спеціально структурованим комплексом якостей особистості, які дають змогу здійснювати складні поліфункціональні, поліпредметні, культуродоцільні види діяльності, ефективно брати участь у різних соціальних сферах [5, с. 93].

До ключових відносять соціальну компетентність, яка включає в себе комунікативну, і передбачає здатність особистості до визначення мети

комунікації, застосування ефективної стратегії спілкування залежно від ситуації, вміння емоційно налаштуватися на спілкування з іншими; продуктивно співпрацювати в групі, проявляти ініціативу у спілкуванні, керувати власними взаєминами з іншими.

Комунікативна компетентність передбачає вміння спілкуватися як усно, так і писемно, доводити власну думку, адаптуватися у мовному середовищі у будь-якій соціальній ситуації; вона забезпечує можливість безпосереднього спілкування. Саме тому оволодіння комунікативною компетентністю є надзвичайно важливим у підлітковому віці. Адже у цей віковий період спілкування – одна із найважливіших потреб, яка супроводжується сукупністю переживань. У працях І. Кона виділяється три основних функції спілкування підлітків: 1) важливе специфічне джерело інформації; 2) специфічний вид міжособистісних стосунків, який виробляє необхідні навички соціальної взаємодії; 3) специфічний вид емоційного контакту, який дає відчуття емоційного благополуччя [7, с. 266].

Реалізуючи ці функції, спілкування з однолітками дедалі більше виходить за межі шкільного життя і навчальної діяльності, захоплюючи нові інтереси, види діяльності, стосунки, виділяючись в окрему, самостійну і надзвичайно важливу для підлітка сферу життя. Воно набуває такої цінності, що нерідко відсуває на другий план і навчання, і навіть стосунки з рідними. Для підлітків, як підтверджують результати нашого дослідження, важливо не просто бути разом з однолітками, вони прагнуть зайняти в їх середовищі те становище, яке б відповідало їхнім домаганням. Для одних це бажання бути лідером, для інших – користуватись авторитетом у певній справі, треті намагаються знайти близького друга і т.д.

Підлітки відкриті для спілкування як з однолітками, так і дорослими. Діти підліткового віку вже, як правило, не погоджуються на характерні для дитинства стосунки як такі, що не відповідають їхнім уявленням про власну дорослість. Вони вимагають поваги до власної особистості, довіри та самостійності, тобто істотно обмежують права дорослого та розширюють свої власні. Нові форми взаємин поступово витісняють старі, але вони тривалий час співіснують, часто зумовлюючи конфлікти, взаємонепорозуміння та труднощі у спілкуванні дорослого з підлітком.

Спонукають підлітка до спілкування з оточуючими, встановлення та підтримування стосунків, ініціації нових знайомств комунікативні нахили особистості. Передумовою виникнення таких нахилів є стійкий інтерес до спільної діяльності та спілкування з оточуючими. Дослідження комунікативних нахилів дітей 12–13 років свідчать, що високий рівень розвитку комунікативних нахилів демонструють 45,32 % підлітків. Їм характерні такі риси: мають постійну потребу в комунікативній діяльності, виявляють здатність орієнтуватися у будь-якій новій групі чи складній ситуації; легко налагоджують контакти з новими людьми. 29,64 %

опитаних дітей підліткового віку переконані, що спілкування потрібне для досягнення певного особистого успіху; вони часто відчують труднощі, коли виникає потреба спілкування з малознайомими людьми. 10,56 % підлітків мають досить вузьке коло друзів; відчують певні труднощі у налагодженні контактів з однолітками та дорослими, роль ініціатора спілкування беруть на себе вкрай рідко. За результатами наших досліджень, у підлітковому віці виділяється група дітей, які виявляють дуже низький рівень комунікативних нахилів. Таких підлітків ровесники характеризують як відчужених, непопулярних чи сором'язливих. Замкнутість таких дітей переважно зумовлена відчуттям, що їх не розуміють, переживанням несправедливості чи неповаги до себе, відсутністю близької людини. Характерною особливістю є те, що їм важко переборювати комунікативні труднощі, серед яких найпоширенішими є сором'язливість, невпевненість у власних комунікативних здібностях та можливостях. Для боротьби з цим недоліком у підлітків існують свої прийоми: вони діють на «уявну аудиторію», вигадують неправдиві факти власної біографії [7, с. 275]. Так, наслідки сором'язливості дитини можуть бути серйозними: перешкода у налагодженні контактів та знайомстві з людьми, утримування від висловлювань власної думки, неможливість вільно і ефективно спілкуватися, переживання самотності, тривожності, депресії [3, с. 15]. Саме такі підлітки потребують особливої педагогічної уваги щодо формування їх комунікативної компетентності.

Компетентнісний підхід в освіті пов'язаний з особистісно орієнтованим і діяльнісним підходами до навчання і виховання, оскільки стосується особистості дитини і може бути реалізований тільки у процесі виконання конкретним учнем певного комплексу дій. Ключові компетентності за своїм характером є наскрізними і вони досягаються через усі без винятку навчальні предмети та виховні заходи.

Одним із ефективних методів формування комунікативної компетентності та набуття навичок міжособистісного спілкування є соціально-психологічний тренінг [8, с. 5]. Це один з методів активного навчання та психологічного впливу на особистість. Особливість цієї форми організації заняття полягає у тому, що вихованець не просто засвоює готові знання, а здобуває їх самостійно шляхом активної участі у процесі групової взаємодії. За цих умов у процесі спілкування учасникові надається можливість оцінити свою індивідуальність, навички спілкування і при необхідності внести певні корективи.

Основними ідеями проведення занять методом соціально-психологічного тренінгу є: рівність позицій всіх учасників, визнання активної ролі в процесі пізнання, включення в процесі взаємодії елементів дослідження, актуалізація потенціалу особистості кожного учасника.

Для підвищення ефективності процесу формування комунікативної компетентності підлітків важливе значення має та особливість тренінгу,

що приймаючи участь у груповій взаємодії з вирішення ситуативно-рольових завдань, учасники самі роблять для себе відкриття. Такий спосіб отримання знань відрізняється від традиційного і характеризується: поєднанням з практикою, осмисленістю, особистісною зацікавленістю та значущістю, емоційним забарвленням. Тренінг як форма навчання передбачає отримання знань, як правило, не в готовому вигляді, а через власне здобування за допомогою керівника і групи.

Система тренінгів формування комунікативної компетентності основана на реалізації специфічних принципів: принцип рівності позицій, принцип активності, принцип дослідницької позиції, принцип зворотного зв'язку, принцип довірливого спілкування в групі, принцип закритості групи. Комплексна реалізація перерахованих принципів дозволяє досягти мети, створити атмосфери доброзичливості, емоційної комфортності кожного учасника.

Тематика та зміст тренінгових занять підпорядковуються основній меті – формування комунікативної компетентності особистості. Орієнтовні теми: «Ти і суспільство навколо тебе», «Ти – частка людського соціуму», «Спілкування з однолітками», «Спілкування з людьми інших вікових категорій», «Вербальне та невербальне спілкування» тощо. Проведення означених занять має на меті сприяти формуванню уявлень підлітків про їх місце у системі соціальних стосунків, розвивати емпатійні тенденції, вміння перейматися проблемами іншої людини; з'ясувати значення спілкування у житті людини; допомагати підліткам оцінювати власні комунікативні здібності та нахили; визначати основні труднощі у спілкуванні; шукати шляхи подолання цих труднощів; поглиблювати знання про вербальні та невербальні засоби спілкування, розвивати комунікативні вміння підлітків.

В основі побудови системи тренінгів лежить положення про те, що розвиток комунікативності відбувається поступово. На думку С. Мусатова, при цьому можливі три шляхи розвитку: запозичення відповідного соціально-психологічного досвіду (наслідування); ініціативне здобуття власного досвіду в ході спілкування; «змішаний» шлях. На тренінгах підліткам вказуються основні способи і перспективи саморозвитку та самовдосконалення, подаються рекомендації і поради психологів [6, с. 36].

Особливістю методики проведення соціально-психологічного тренінгу є те, що акцент ставиться на активних методах, які протягом усього тренінгу підтримують учасників на високому рівні функціонування мислення, психічних пізнавальних процесів, спрямованих на результат у вигляді нових знань, умінь, навичок, ставлення. Найбільш поширеними, апробованими методами роботи, які відповідають вимогам тренінгу і віковим особливостям дітей підліткового віку, є ігрові методи (рольова, ділова, творча, імітаційна гра та ін.), метод проблемних ситуацій, мозковий штурм, групова дискусія. Крім цього, підвищують ефективність занять танцювальні вправи,

використання музичних записів. Так, ігри «Я серед людей», «Ідеальне суспільство» сприяють подоланню напруженості учасників. Під час гри процес навчання проходить природно, цікаво для підлітків; закріплюються нові навички поведінки, тренуються вербальні та невербальні комунікативні навички. У грі створюються умови для саморозкриття особистості, прояву щирості, відкритості. На думку В.Федорчука, «гра є універсальним методом для дітей і дорослих, вона виступає сильним психокорекційним, психотерапевтичним інструментом, за допомогою якого розв'язуються різноманітні людські проблеми» [8, с. 25]. У ході проведення вправ «Міміка», «Обличчя», «Поза», «Зобрази емоцію» підлітки вправлялися у майстерності користуватися невербальними засобами спілкування, вмінні визначати емоційний стан іншої людини за її жестами, виразом обличчя.

Як свідчать дослідження, отриманий у процесі рольової гри досвід зберігається довгий час і дає змогу учасникам використовувати досвід у реальних життєвих ситуаціях, адже виконуючи певну роль, учасник здобуває знання, отримує досвід, і власні переживання запам'ятовуються надовго. У ході рольової гри учасниками засвоюються та закріплюються різноманітні соціально схвальні моделі поведінки.

Доцільним є використання методу проблемних ситуацій (метод кейсів), який полягає в наступному – учасникам пропонується ознайомитися із набором обставин, в основі яких лежать реальні чи уявні ситуації. Існують три варіанти застосування методу кейсів: 1) діагностика проблеми; 2) діагностика проблеми чи декількох проблем та напрацювання учасниками шляхів їх вирішення; 3) оцінка учасниками існуючих проблем та їх наслідків. У кожному з варіантів навчання відбувається через викладення інформації у вигляді проблем чи серії проблем за допомогою заздалегідь підготовлених вербальних та візуальних засобів.

Метод кейсів є близьким до методу аналізу конкретних ситуацій. Під час вирішення проблеми підліткам надається можливість оцінювати, обговорювати, пропонувати власні рішення. Вправи будуються таким чином, щоб учасники могли ідентифікувати себе із запропонованими проблемними ситуаціями та шляхами їх вирішення. Підбір ситуацій спрямований на відпрацювання таких елементів поведінки, які є соціально значущими і властиві реаліям життя. Учасникам пропонується змоделювати ситуації спілкування. Наприклад, їм потрібно продемонструвати вміння вислухати проблему іншої людини, вміння висловлювати вдячність тощо. Для цього підбирається такий матеріал, що відображає проблеми, з якими учасники можуть зустрітися у реальному житті. Підлітки вчаться бути уважними слухачами та цікавими співбесідниками, оцінювати власну стратегію психологічного захисту в спілкуванні; під час проведення ігор та вправ з'ясовуються умови, які сприяють якісному спілкуванню між людьми.

Мозковий шторм – найбільш вільна форма дискусії, головна функція

якої – генерування ідей. Ефективність проведення мозкового штурму забезпечується дотриманням таких основних правил: відсутність критики, захоплення ідей, рівноправність, свобода асоціацій, запис усіх ідей, час для осмислення [1].

У ході проведення тренінгів розвиваються навички встановлення ефективних стосунків з оточуючими, які вимагають від особистості розкривати себе перед іншими людьми, щоб дати їм можливість розпізнавати себе як неповторну особистість; викликати довіру в інших людей; ефективно ділитися з іншими своїми ідеями та думками; передавати свої почуття як через словесні, так і несловесні засоби; прислухатися до проблем інших людей і конструктивно реагувати на них; позитивно розв'язувати конфлікт з іншою особою; тримати під контролем негативні емоції; цінувати самотність індивідів; долати внутрішні бар'єри, які перешкоджають спілкуванню [2, с. 15]. З метою узагальнення та підведення підсумків слід організовувати заключне заняття, на якому підлітки повинні проаналізувати зміни, які відбулися з ними за період проведення тренінгів, підсумувати результати, скласти плани на майбутнє.

Система спеціальних тренінгових занять сприяє формуванню комунікативної компетентності сучасного підлітка. Подальших досліджень потребує вивчення можливостей навчальних предметів у загальноосвітній школі щодо формування комунікативної компетентності школярів.

### **СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ**

1. Гольдштейн А., Хомик В. Тренінг умінь спілкування: як допомогти проблемним підліткам / Пер. з англ. В. Хомика. – К.: Либідь, 2003. – 520 с.
2. Джонсон Д. Соціальна психологія: тренінг міжособистісного спілкування / Пер. з англ. В. Хомика. – К.: Вид. дім «КМ Академія», 2003. – 288 с.
3. Зимбардо Ф. Застенчивість / Пер. с англ. – М.: Педагогика, 1991. – 208 с.
4. Иванов Д. Компетенции и компетентностный подход в современном образовании // Управление современной школой. завуч. – 2008. – № 1. – С. 4–24.
5. Компетентнісний підхід у сучасній освіті: світовий досвід та українські перспективи / Під. заг. ред. О. Овчарук. – К.: К.І.С., 2004. – 112 с.
6. Мусатов С. Психологія педагогічної комунікації: теоретико-методологічний аналіз. – Київ-Рівне: Ліста – М, 2003. – 176 с.
7. Психология подростка / Под. ред А. Реана. – СПб.: Прайм-ЕВРОЗНАК, 2003. – 480 с.
8. Федорчук В. Соціально-психологічний тренінг «Розвиток комунікативної компетентності викладача». Навч.-метод. пос. – Кам'янець-Подільський: Абетка, 2003. – 240 с.