**ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗВАНИЯ**

**«КУБАНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ, СПОРТА И ТУРИЗМА»**

направление подготовки Психолого-педагогическое образование

направленность (профиль) Психология образования

кафедра психологии

КУРСОВАЯ РАБОТА

по дисциплине «Психодиагностика в сфере образования»

**КОЛГАН ВИКТОРИИ АНДРЕЕВНЫ**

**ОСОБЕННОСТИ ВЗАИМОСВЯЗИ УРОВНЯ РАЗВИТИЯ КОММУНИКАТИВНЫХ НАВЫКОВ И СУБЪЕКТИВНОГО БЛАГОПОЛУЧИЯ У ПОДРОСТКОВ**

Научный руководитель:

Босенко Ю. М., к.псх.н,

доцент**\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

 (подпись)

«\_\_» \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_2020г.

Дата защиты: «\_\_» \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_2020г.

 Оценка: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Краснодар 2020

**ОГЛАВЛЕНИЕ**

[ВВЕДЕНИЕ 3](#_Toc9544505)

[1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ВЗАИМОСВЯЗИ УРОВНЯ РАЗВИТИЯ КОММУНИКАТИВНЫХ УМЕНИЙ И СУБЪЕКТИВНОГО БЛАГОПОЛУЧИЯ У ПОДРОСТКОВ 6](#_Toc9544506)

[1.1 Характеристика коммуникативных умений 6](#_Toc9544507)

[1.2 Феномен «субъективное благополучие» личности 1](#_Toc9544508)3

[1.3 Психологические особенности развития в подростковом возрасте 21](#_Toc9544509)

[Резюме](#_Toc9544511) 26

[2 МЕТОДЫ И ОРГАНИЗАЦИЯ ИССЛЕДОВАНИЯ 28](#_Toc9544512)

[2.1 Методы исследования](#_Toc9544513) 28

[2.2 Организация исследования 3](#_Toc9544514)2

[3 РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ И ИХ ОБСУЖДЕНИЕ 3](#_Toc9544515)3

[3.1 Особенности развития коммуникативных умений в подростковом возрасте 3](#_Toc9544516)3

[3.2 Особенности субъективного благополучия подростков](#_Toc9544517) 38

[3.3 Особенности взаимосвязи уровня развития коммуникативных умений и субъективного благополучия у подростков 4](#_Toc9544518)1

[ВЫВОДЫ](#_Toc9544520) 45

[ЗАКЛЮЧЕНИЕ 47](#_Toc9544521)

[СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ 48](#_Toc9544522)

# ВВЕДЕНИЕ

**Актуальность.** Агрессивность современной реальности социальных систем ежедневно подвергает индивида давлению со стороны общества. Способность противостоять внешнему воздействию и адаптироваться к условиям коммуникации социальных субъектов является необходимым минимумом обеспечения психологического здоровья человека. Ключевую роль в сохранении субъективного благополучия личности играет умение индивида вступить в качественную коммуникацию, что обусловлено социальной природой человека. Однако способность выстраивать и вести диалог находится в значительной зависимости от внутреннего настроя и уверенности субъекта общения, что предопределяет зависимость констант контактности и самоощущения. Данные аспекты порождают необходимость эмпирического рассмотрения особенностей развития коммуникативных навыков и субъективного благополучия.

Кроме того, психологические особенности развития в подростковом возрасте, помимо прочего, определяют эмоциональную нестабильность и коммуникативную зависимость личности, что делает актуальным рассмотрение особенностей взаимосвязи развития коммуникативных навыков и субъективного благополучия в данном возрасте.

Коммуникативные навыки в структуре коммуникативной компетентности рассматриваются в работах В.Н. Мясищева [22], Е.А. Смирновой [34], А.Г. Самохваловой [33], И.А. Королевой [14], Быстровой Е.А. [1], К.Д. Халиновой [40], Т.В. Капустиной [10], В.В. Соколовой [35] и пр.

Изучению проблематики субъективного благополучия и его конструктов посвящены труды А.Ю. Власовой [5], Я.И. Павлоцкой [27], Г.А. Виноградовой [4], Л.В. Левицкой и С.С. Стародубцевой [18], Б.Е. Пахоль [28] и др.

 Н.И. Новик [23] провела исследование особенностей развития коммуникативных навыков у подростков с отклоняющимся поведением, в свою очередь, А.В. Мантикова [21] исследовала влияние тренинга коммуникативных навыков на развитие соответствующих компетенций у подростков.

Между тем, теоретическая база по проблеме исследования развита слабо. Эмпирические модели изучения взаимосвязи уровня развития коммуникативных навыков и субъективного благополучия в подростковом возрасте единичны.

**Объект исследования** – особенности коммуникативных навыков подростков.

**Предмет исследования** – взаимосвязь уровня развития коммуникативных навыков и субъективного благополучия в подростковом возрасте.

**Цель исследования** – выявить особенности взаимосвязи уровня развития коммуникативных навыков и субъективного благополучия в подростковом возрасте.

 **Гипотеза исследования.** В исследовании предполагалось, что между уровнем развития коммуникативных навыков и уровнем субъективного благополучия существует взаимосвязь: чем выше уровень удовлетворенности жизнью, тем выше контактность подростков и ниже агрессивность в ситуации общения.

**Задачи исследования:**

1. Теоретически обосновать возможность существования взаимосвязи между уровнем развития коммуникативных навыков и субъективным благополучием;
2. Выявить особенности развития коммуникативных навыков у подростков разного пола;
3. Исследовать субъективное благополучие у подростков разного пола;
4. Выявить гендерные особенности взаимосвязи уровня развития коммуникативных навыков и субъективным благополучием в подростковом возрасте.

Для решения поставленных задач автор использовал следующие общетеоретические и эмпирические **методы исследования:**

1. Анализ научно-методической литературы;
2. Методы психодиагностики (методика «Шкала субъективного благополучия» в адаптации М.В. Соколовой и опросник «Тест коммуникативных умений» Л. Михельсона в адаптации Ю. З. Гильбуха).
3. Метод математической статистики.

**Структура и объем работы.** Основной текст изложен на 53 страницах компьютерного текста, иллюстрирован 3 таблицами и 9 рисунками. Состоит из введения, трех глав, резюме, выводов, заключения, списка литературы. Список литературы включает 41 источник.

**1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ВЗАИМОСВЯЗИ УРОВНЯ РАЗВИТИЯ КОММУНИКАТИВНЫХ УМЕНИЙ И СУБЪЕКТИВНОГО БЛАГОПОЛУЧИЯ У ПОДРОСТКОВ**

1.1 Характеристика коммуникативных умений

Физическое и психологическое благополучие детей и подростков является необходимым условием сохранения их здоровья и достижения высоких результатов обучения, воспитания и развития. В связи со стремительным повышением количества и разнообразия рисков, содержащихся в социальной среде, ребенок довольно часто находится в ситуации, предъявляющей повышенные требования к его способности: противостоять различным негативным влияниям и угрожающей его субъективному благополучию.

Особым условием сохранения психологического благополучия подростка является высокий уровень развития коммуникативных компетенций ребенка, как залог установления и сохранения устойчивых и доверительных отношений с окружающими. Для того, чтобы с точностью определить роль коммуникативных навыков в системе межличностного взаимодействия подростков необходимо более подробно остановиться на понятийных особенностях конструкта.

В современной педагогике и психологии понятие коммуникативных способностей рассматривается с разных точек зрения. В. Н. Мясищев уделяет особое внимание именно речевым способностям человека, используя которые он устанавливает коммуникативные связи с окружающими [22].

Ряд других авторов (Е. А. Смирнова, А. Г. Самохвалова, Я. М. Колкер и др.) склонны рассматривать коммуникативные способности с психологических аспектов, определяя не инструментарий, а общую способность, готовность человека вступить в акт коммуникации и с успехом достигнуть поставленных целей в общении ввиду каких-либо индивидуальных особенностей личности [1].

Так, исследования Е. А. Смирновой показывают, насколько велико значение возможности и условий общения для развития коммуникативных способностей ребенка. Дети, испытывавшие стеснение при вступлении в акт общения, еще в дошкольном возрасте, могут стать впоследствии агрессивными, равнодушными к чувствам других людей, неуспешными при разрешении конфликтов [34].

При установлении контактов с незнакомыми людьми, они с трудом достигают равноправного общения, занимая либо превосходящую позицию, либо позицию ниже партнера. Такие дети не способны адекватно оценивать себя и других, а при построении дружеских отношений данные качества необходимы. При депривации общения со сверстниками, ребенок так и не научается выстраивать дружественные, партнерские отношения с незнакомыми людьми. При дефиците общения со взрослым, он склонен впоследствии вырабатывать зависимость от мнения вышестоящих лиц, более взрослых людей, родителей, руководителей и т. д.

Тем не менее, одной из особенностей коммуникативных способностей выступает индивидуально-личностный аспект, который основывается на том или ином типе темперамента и характера ребенка, а также на внешних условиях и особенностях общения, с которыми ребенок сталкивался по мере взросления.

Исследователь А. Г. Самохвалова пишет о том, что тот или иной тип темперамента закладывает основную базу для развития коммуникативных способностей. Но следует отметить, что на конечный результат их формирования, по её мнению, влияют стиль воспитания родителей, качество установленных связей с близкими и друзьями ребенка еще в период дошкольного детства [33].

В свою очередь, К.Д. Халина выделяет следующие показатели высокоразвитых коммуникативных способностей: высокая интенсивность общения личности, активность личности при установлении, поддержании, завершении акта коммуникации, характер длительности и включенности личности в процесс коммуникации, общий размер круга общения, успешность личности при разрешении конфликтных ситуаций в общении [40].

Особый взгляд на проблемы коммуникации определяется в различных теоретических разработках в области социальной психологии и педагогики, где коммуникация рассматривается лишь как межсубъектное взаимодействие [25, 35, 36]. В этих работах отсутствует строгая терминологическая дифференциация понятий «коммуникативная компетентность», «коммуникативная способность», «коммуникативные умения». Иными словами, область научного знания, связанная с социальной психологией и педагогикой, принимает тождественность понятий «коммуникативные навыки, способности и умения).

Некоторые исследователи, изучавшие педагогические способности в их структуре, наряду с организаторскими, конструктивными и гностическими способностями, выделяют и коммуникативные (Кузьмина Н.В.; Батаршев А.В.).

В педагогике коммуникативные способности понимают как способность устанавливать правильные взаимоотношения с детьми и перестраивать их в соответствии с вариативностью коммуникативной ситуации [12].

В классической психологии коммуникативные способности определяют как способность к образованию межличностных отношений, обеспечивающих успешную коллективную деятельность и нахождение в ней своего места [24].

Ряд исследователей (Ананьев Б.Г.; Бетгер В.В. и др.) рассматривают «коммуникативный потенциал», «эффективную коммуникацию», «коммуникативную способность», «коммуникативную компетентность», «способность к общению», «способы общения» как синонимичные понятия. Коммуникативную компетентность сводят к способностям личности правильно использовать язык в разнообразных ситуациях, а способы общения и общительности как коммуникативные свойства личности [7].

Особое значение в изучение вопроса развития коммуникативных компетенций субъекта социального (коммуникационного) действия играют исследования российских философов. Роль коммуникативных навыков, в данном контексте, определяется прямой зависимостью успешности реализации коммуникативной деятельности от уровня коммуникативных способностей личности. Кроме того, по мнению Д.М. Гаджикурбанов, без коммуникативной деятельности неосуществимы никакие другие виды человеческого труда, т.к. «она выступает не только как их своеобразная инфраструктура, но и как условие реализации социальных связей в процессе информационного обмена между субъектами». Таким образом, коммуникация есть способ реализации и развития общественного производства в целом [[25](http://cheloveknauka.com/kommunikativnye-sposobnosti-lichnosti#ixzz63kPghxt9)]. В структуре коммуникативных способностей автор выделяет коммуникативные знания и умения, коммуникативная компетентность, коммуникабельность в области межличностных информационных взаимодействий.

Другого мнения, рассматривая структуру и содержание понятия «коммуникативные навыки», придерживается И.А. Королева, выделяющая существенные и отличительные признаки, характеризующие понятия «умения» и «навыки».

По мнению автора, элементарное умение - действие, которое образуется сознательно на основе знаний и повторение которого со временем преобразуется в навык. Навык, в свою очередь, действие, которое совершается быстро, легко, уверенно, по привычке, не задумываясь [14].

Таким образом, коммуникативные умения, в понимании И.А. Королевой, ничто иное как осознанные коммуникативные действия субъектов педагогического общения (на основе знаний структурных компонентов умений и коммуникативной деятельности) и их способность правильно строить свое поведение, управлять им в соответствии с задачами общения.

В целом, коммуникативные умения по структуре являются сложными образованиями и включают в себя простейшие (элементарные) умения. По своему содержанию коммуникативные умения объединяют в себе информационно-коммуникативные, регуляционно-коммуникативные и аффективно-коммуникативные группы умений.

Группа  информационно-коммуникативных умений состоит из умений  вступать в процесс общения (выражать просьбу, приветствие, поздравление, приглашение, вежливое обращение); ориентироваться в партнерах и ситуациях общения (начать говорить со знакомым и незнакомым человеком; соблюдать правила культуры общения в отношениях с детьми, коллегами; понять ситуацию, в которую ставятся партнеры, намерения, мотивы общения); соотносить средства вербального и невербального общения (употреблять слова и знаки вежливости; эмоционально и содержательно выражать мысли, используя жесты, мимику, символы; получать и снабжать информацией о себе и других вещах; пользоваться рисунками, таблицами, схемами, группировать содержащийся в них материал).

Группа регуляционно-коммуникативных умений  состоит из умений согласовывать свои действия, мнения, установки с потребностями партнеров по общению; доверять, помогать и поддерживать тех, с кем общаешься; применять свои индивидуальные умения при решении совместных задам (использовать речь, математические символы, музыку, движение, графическую информацию для выполнения заданий с общей целью, для фиксирования и оформления результатов своих наблюдений, целенаправленного пользования художественной, научно-популярной, справочной литературой, словарем в учебнике); оценивать результаты совместного общения (оценить себя и других критически, учитывать личный вклад каждого в общение, принимать правильные решения, выражать согласие (несогласие), одобрение (неодобрение), оценить соответствие вербального поведения невербальному).

Группа аффективно-коммуникативных умений основывается на умениях делиться своими чувствами, интересами, настроением с партнерами по общению; проявлять чуткость, отзывчивость, сопереживание, заботу к партнерам по общению; оценивать эмоциональное поведение друг друга [[26](https://ozlib.com/811272/psihologiya/kommunikativnye_umeniya_soderzhanie_struktura_kommunikativnyh_umeniy_bazovye_umeniya_professionalnogo_)].

Е.В. Козлова в структуре социальной деятельности личности выделяет коммуникативный потенциал, который, являясь сложной иерархической системой, состоит из четырех взаимосвязанных уровней: базовый, содержательный, инструментальный и рефлексивный [11]. Именно эти уровни определяют особые аспекты коммуникативной деятельности личности:

* базовый уровень коммуникативного потенциала определяет общую направленность и мотивацию коммуникативных действий подростка, включает в себя внутренние установки и ценностные ориентации в коммуникативной сфере;
* содержательный уровень обеспечивает построение коммуникативных программ и планов с целью разрешения конкретной коммуникативной ситуации;
* инструментальный уровень представляет собой систему коммуникативных умений и навыков личности призван обеспечить выполнение необходимых коммуникативных действий в ходе практической реализации коммуникативных планов;
* рефлексивный уровень обеспечивает анализ и оценку подростком собственных коммуникативных действий.

Исследование Р.С. Дуюсовой, направленное на выявление основных трудностей общения у старшеклассников,показало, что наиболее часто нарушения в межличностных отношениях вызваны отсутствием у них коммуникативных навыков. Это обуславливает основные направления социально-педагогической деятельности с подростками по формированию коммуникативных навыков [8].

Автор определила, что технология социально-педагогической деятельности с подростками по формированию коммуникативных навыков предполагает выделение в деятельности трех составляющих:

–  диагностику индивидуальных особенностей учащихся (психологическая составляющая);

–  обучение учащихся технологии общения (образовательная составляющая);

–  работу с другими субъектами деятельности по оказанию социально-педагогической помощи учащимся в процессе их самоопределения (посредническая составляющая).

Следовательно, социально-педагогическая деятельность с учащимися по формированию коммуникативных навыков осуществляется в три этапа [7]:

1. Психодиагностический (социальный педагог проводит диагностическое исследование с целью изучения индивидуально-психологических особенностей развития личности подростков);

2. Психолого-педагогический (социальный педагог организует и участвует в приведении мероприятий, формирующих коммуникативные умения, в соответствии с намеченным планом, который должен быть ориентирован на выработку у подростков системы личностных ресурсов);

3. Коррекционная работа (основывается на диагностике трудностей общения и их устранения).

Н.И. Новик провела исследование особенностей развития коммуникативных навыков у подростковс отклоняющимся поведением, которое показало значительно отставание в уровне развития коммуникативных навыков у респондентов (в отличие от обычных подростков), что, возможно, является и причиной и следствие поведенцеской девиации [23].

В свою очередь, А.В. Мантикова исследовала влияние тренинг коммуникативных навыков на развитие соответствующих компетенций у подростков. В результате эксперимента было установлено, что проведение системной работы по социально-психологическому сопровождению способствует оптимизации социально-психологической адаптации сташих подростков и может сохраняться достаточно длительное время по завершению тренинга [21].

Таким образом, коммуникативные навыки – сложный психолого-социальный конструкт, определяющий способности личности правильно использовать язык в разнообразных ситуациях и влияющий на эффективность социального действия личности. В систему коммуникативных навыков включены информационно-коммуникативные, регуляционно-коммуникативные и аффективно-коммуникативные группы умений. Актуальность развития коммуникативных умений у подростков определяет необходимость корректной социально-педагогической деятельности.

* 1. Феномен «субъективное благополучие» личности

Сложность и многогранность социальной действительности не может содержать субъективной оценки ее качества для каждого отдельного члена общества. Личностное понимание качества собственной жизни, ее психолого-социальное соответствие индивидуальным запросам личности отражает субъективное благополучие индивидуума.

Впервые термин был введен зарубежным исследователем Э. Динером, которой рассматривал субъективное благополучие с точки зрения его триединой сущности проявления в процессе самооценки личности: как удовлетворение, приятные эмоции и неприятные эмоции.

Он представлял психологическое благополучие как единство когнитивного и эмоционального самовосприятия, через последовательность проявления обоих процессов: интеллектуальная самооценка порождает определенную эмоциональную реакцию, характер которой может носить как позитивный, так и негативный вид [5].

Психологический конструкт «субъективное благополучие» как эмоциональная характеристика осознания и оценки собственной жизни получил отражение в научной психологической науке лишь во второй половине XX века.

На начальном этапе исследований благополучия изучалось как эмоциональное ощущение счастья. Несколько позже, Н. Брэдбурн предложил шкалу интенсивности переживания счастья и начал оценивать баланс между положительными и отрицательными оценками эмоционального отношения личности.

Однако оказалось, что данные конструкты не в состоянии описать сложную субъективную картину восприятия и оценки реальности, поскольку благополучие касается различных сторон жизни человека [27].

Особое внимание в теории Э. Динера уделяется рассмотрению субъективного благополучия как одной из составляющих психологического благополучия в его непосредственном влиянии на второе. Не стоит оставлять без внимания то, что иногда современные теории не рассматривают данный аспект, выделяя в структуре субъективного благополучия психологическую сторону вопроса [27].

В целом, в настоящее время существует несколько концепций детерминации субъективного благополучия, которые отражены в Таблице 1 [4, 16, 18, 27].

Таблица 1 – Теоретические подходы к пониманию сущности субъективного благополучия

|  |  |
| --- | --- |
| Концепция  | Характеристика СБ |
| Зарубежные теории |
| Модель ПБ Н. Брэдбурна | ПБ заключается в балансе двух различных по эмоциональному наполнению аффектов (Н. Брэдбурн) |
| Гедонический подход | СБ – часть ПБ. Совокупность СБ состоит из трех составляющих (Э. Динер) |
| Эвдемонистический подход | ПБ приравнивается к субъективному. Совокупность ПБ: принятие себя, гармоничные отношения с окружающим миром, автономия, контроль наде окружающей действительностью, жизненная цель, саморазвитие (К. Рифф) |
| Эвдемонистический подход Р. Райана | Свокупность СБ состоит из трех составляющих: самодетерминация; компетентность; позитивные отношения (Р. Райан и Е. Деси) |
| Теория самодетерминации | СБ состоит из: компетентности, автономии (самодетерминации), положительных взаимоотношений с людьми (Г. М. Райан) |
| Теория качества жизни | Благополучие означает «качество жизни». СБ включает физические, психологические и социальные составляющие взаимодействия личности с социумом (Р. Дж. Кук) |
| Отечественные теории |
| МодельЛ.В. Куликова | Система СБ – это совокупность пяти составляющих. ПБ – часть субъективного (Л.В. Куликов) |
| Интегративный подход | Психосоматическое, психическое, психологическое здоровье - как составляющие ПБ (А.В. Воронина) |

Примечание – СБ – субъективное благополучие, ПБ – психологическое благополучие

На сегодняшний день не сформировано единого мнения относительно понимания сущности благополучия и существует многообразие используемых конструктов. До сих пор не сложилась единая точка зрения на соотношения и определения субъективного и психологического благополучия: не прекращаются споры о тождестве данных понятий.

В отличии от представителей гедонистического подхода, эвдемонисты отмечают психологическое благополучие частью субъективного, поскольку второе охватывает удовлетворённость жизнью в общем, а психологический аспект затрагивает исключительно вопросы человеческого развития и экзистенциальные проблемы. К. Рифф считает, что не все, что соответствует удовлетворенности жизнью, способствует достижению психологического благополучия. Более того, жизненные трудности, отрицательный, даже травмирующий опыт могут в определенных случаях выступать основой для повышения психологического благополучия человека через глубокое осмысление жизни, осознание собственных жизненных целей [28].

Отечественные ученые П. Фесенко и Т. Шевеленкова приравнивают понятия субъективного и психологического благополучия, так как психологическое благополучие – субъективное понятие, которое отражает оценку собственной жизни. Оно связано с основополагающими человеческими ценностями и потребностями и положительным функционированием личности [37].

Таким образом, психологическое благополучие напрямую зависит от совокупностисубъективных оценок самого автора данного переживания, а потому его суть совпадает с концептом субъективного благополучия.

В рамках исследования термины субъективного и психологического благополучия будут использоваться как тождественные категории эмоционально-рациональной оценки.

Отсутствие единого подхода к детерминации рассматриваемого явления рождает необходимость самостоятельного анализа современных адаптаций понятия.

По мнению Г.А. Виноградовой, субъективное благополучие не что иное, как самоощущение, самочувствие, переживания личности, которые выражаются в удовлетворенности или неудовлетворенности жизнью вообще и трудом в частности [4].

По мнению автора психологическое благополучие – часть субъективного (что роднит ее теорию с представлениями Л.В. Куликова). Она выделяет три уровня субъективного благополучия: высокий (позитивный), средний (нейтральный) и низкий (негативный).

Р.М. Шамионова рассматривает субъективное благополучие как понятие, выражающее собственное отношение человека к своей личности, жизни и процессам, имеющим важное значение для личности с точки зрения усвоенных нормативных представлений о внешней и внутренней среде и характеризующееся ощущением удовлетворенности. Автор выделяет различные сферы деятельности, в которых человек переживает удовлетворенность, при этом также, как и Л.В. Куликов, отмечает возможность компенсации неудовлетворенности в одной сфере удовлетворенностью в другой [41].

По мнению Б.Е. Пахоля, благополучие это относительно устойчивое интегральное многокомпонентноепонятие, характеризующееся состоянием оптимальной деятельности человека, зависящее от многих факторов, в числе которых: совокупность личностных ценностей и представлений об окружающем мире, поведенческие и эмоциональные стереотипы, всевозможные коммуникативные навыки, качества личности, жизненные цели и интеллектуальный уровень [28].

М. Бельски утверждает, что индикаторами субъективного благополучия (по К. Муздыбаеву) служат: настроение в последние дни, ощущение счастья, удовлетворенность социальным положением, чувство усталости, чувство отверженности и т.д. Данная градация подтверждает теорию об отнесении психологического благополучия к ряду субъективного интегрального показателя.

Более узкое и специализированное определение понятию находит Л.И. Галиахметова, которая связывает понятие субъективного благополучия с «удовлетворенностью жизнью» [6].

Если снова рассматривать структуру субъективного благополучия, необходимо сказать о том, что основополагающая теория Е. Динера в части определения структурной характеристики СБ изменилась в последних публикациях ученого. Тенденция изучения благополучия в различных областях жизни обусловила появление в системе СБ еще одного компонента – удовлетворенности в определенных сферах жизни (удовлетворенность трудом, браком, свободным времяпрепровождением или своим здоровьем) [28].

Наибольшее распространение в отечественной психологической науке получила концептуальная модель рассмотрения системы субъективного благополучия Л.В. Куликова. По мнению автора, СБ характеризуется наличием пяти компонентов-индикаторов, в числе которых [17]:

* социальное благополучие как отражение удовлетворенности своим социальным статусом и состоянием общества, к которому принадлежит индивид; удовлетворенность межличностными связями и статусом в микросоциальном окружении;
* духовное благополучие как принятие и рефлексия смысла своей жизни, наличие веры – в Бога или в себя, в судьбу (предопределенность;
* физическое благополучие как физическое самочувствие, телесный комфорт, ощущение сил и здоровья, удовлетворенность физической формой;
* материальное благополучие, выражающееся в удовлетворённости материальной стороной своего существования, полнотой своей обеспеченности, надежностью финансового состояния;
* психологическое благополучие – гармония сферы чувств и эмоций, ощущение внутреннего равновесия.

Исходя из вышесказанного, можно сделать вывод, что Л.В. Куликов называет психологическое благополучие составляющей субъективного, ставя значимость этого критерия в зависимость от жизненных условий. Автор считает, что невозможность достижениявысоких результатов в одной сфере балансируетсяуспехами в другой. Иными словами, недостаток материального блага может быть компенсировано стремлением к духовному благополучию. Человек вместе с тем стремится к «глобальному» субъективному благополучию, которое для него принимает очевидные очертания в процессе становления личности [15].

Именно этот подход является популярным среди российских исследователей, поскольку наиболее полно отражает сущность субъективного благополучия.

М.Селигман, О.А. Елисеева, Д.Г. Орлова считают, что в состав субъективного благополучия не может входить тревожность, депрессия, а так же жизненные достижения и хорошие отношения в семье

Таким образом, субъективное благополучие – есть психическое состояние, основывающееся на оценочном отношении к себе, своей личности, способностям, компетентности, к внешнему миру и возможности реализации себя в нем, а также осмысленности своей жизни и целей в ней.

Субъективное благополучие отражает соответствие актуальных потребностей субъективным возможностям человека по их удовлетворению в каждой из сфер жизни. Иначе говоря, одновременное наличие высоких потребностей и низких (согласно самооцениванию) возможностей их удовлетворения у индивида вызывает субъективное неблагополучие, в то время как обратное соотношение ведет  к благополучию [26].

Обобщение вышеизложенного свидетельствует о целесообразности выделения в системе субъективного благополучия двух основных компонента: когнитивный (рефлексивный) – представления  об отдельных сторонах своего бытия, и  эмоциональный – доминирующий эмоциональный тон отношений к этим сторонам.

Следовательно,  главными критериями психологического благополучия личности выступают объективная  успешность (социальное, физическое, психологическое  и т.д.) и  субъективное переживание  благополучия, проявляющееся  в  ощущении счастья и удовлетворенности  жизнью в целом. Уровень психологического благополучия определяют различные  субъективные и объективные факторы, в  том  числе характеристики окружающей среды, степень  влияния  которых
определяется их значимостью  для  личности [9].

Когнитивный  компонент  благополучия возникает  при  целостной, относительно непротиворечивой картине  мира у  субъекта, понимании текущей жизненной  ситуации. Эмоциональный компонент благополучия предстает как переживание, объединяющее чувства, которые обусловлены успешным (или неуспешным) функционированием всех сфер личности. Дисгармония в любой сфере личности вызывает одновременно и эмоциональный дискомфорт. Именно в нем достаточно полно отражено неблагополучие в разных сферах личности [20].

В общем, изучение научно-методической литературы по вопросу исследования выявил определенное содержательное упущение – отсутствие необходимых эмпирических исследований. Теоретические наработки по данной теме представлены в основном информативными теоретико-методологическими материалами зарубежных ученых, а адаптированныеинструменты диагностики вовсе отсутствуют.

Я.И. Павлоцкая исследовала психологическое благополучие и его связи с социально-психологическими характеристиками личности. Автор ввела понятие психологического благополучия как самостоятельного конструкта – как «социально-психологическое образование, характеризующее позитивное функционирование личности, выражающееся в субъективном ощущении удовлетворенности жизнью, реализации собственного потенциала, высокой интегрированности и опосредованное доминирующими отношениями (к другим людям, к себе)» [27].

Среди выявленных эмпирико-значимых работ выделяем исследования Е.Е. Бочаровой, рассматривающей взаимосвязь психологического благополучия и саморегуляции и пришедшей к выводу, что уровень СБ влияет на структуру и особенности саморегуляции юношей. В частности, высокий уровень субъективного благополучия отражает согласованность и совершенность структуры саморегулции в юношеском возрасте [3].

Исходя из вышеизложенного, можно заключить, что общий подход к детерминации понятия «субъективное благополучие» на данный момент отсутствует. Лучшие умы до сих пор спорят о взаимодействии терминов психологического и субъективного благополучия. Одновременно в рамках исследования субъективное благополучие определяется как психическаяхарактеристика, которая основывается на оценке себя, своих личностных качеств, способностей, компетентности к внешнему миру и возможности самореализации, а также осмысленности своей жизни и постановки целей. Категории «психологическое» и «субъективное» благополучие рассматриваются как тождественные, хотя современные исследования все чаще относят первое к структуре субъективного. Индикаторами СБ выступают: настроение в последнее время, ощущение счастья, удовлетворенность положением в обществе, усталость, чувство отверженности и т.д.

1.3 Психологические особенности развития в подростковом возрасте

Подростковый возраст – особенный период в психологическом становлении личности. Именно в этом возрасте ребенок познает себя в качестве самостоятельного участника социального взаимодействия и нуждается в построении собственной линии поведения, базисом которой является психологическая культура.

Для этого возраста характерно формирование идентичности, становление творческого и независимого «Я», объединяющего разного рода компоненты личности подростка. Иначе говоря, человек в подростковом возрасте сталкивается с необходимостью «выстраивания» своего внутреннего «Я», сущность которого загадочна и неуловима для подростка. Проблема познания себя в этом возрасте заключается в необходимости наличия особого «психологического материала» или психологической культуры, без которых процессы саморегуляции невозможны [29].

К тому же, в этом возрасте круг общения начинает активно расширяться, ввиду чего подростку просто необходимо совершенствовать свои коммуникативные навыки.

Необходимость формирования психологической культуры у подростка обусловлена построением его внутреннего «Я» как индивидуального, неповторимого образа поведения, сущностных человеческих свойств [10].

Одним из важнейших компонентов психологического формирования подростка является коммуникативный аспект, или коммуникативные навыки. Коммуникативные навыки, в самом общем виде, являются возможностями и способностями человека при коммуникации с социумомадекватно интерпретировать полученную информацию, а также правильно ее обрабатывать и воспроизводить. В системе психологической культуры коммуникативные навыки являются одновременно, и функцией ПК, и одним из её структурных составляющих. Компетенция в коммуникацииявляется отражением коммуникативных навыков через умение личности устанавливать и поддерживать контакты с социумом, и, как система навыков, отличается индивидуальной структурой, совокупностью показателей и источников формирования.

Важное место в данном процессе занимает коммуникативная компетентность как неотъемлемая часть психологической культуры и условие успешной социализации подростка и включения в референтную группу. Формирование коммуникативных способностей личности в данном возрасте может осуществляться, как естественным способом (путем получения определенного опыта в результаты межличностного взаимодействия), так и посредством психолого-педагогического воздействия на подростка.

Важность установления подростком качественной коммуникации предопределяет необходимость своевременного формирования у взрослеющего человека коммуникативных навыков и компетентности в ситуации общения [13].

 Многие отечественные теоретики (А.В. Петровский, И.А. Зимняя и пр.) отмечали корреляционную связь между полноценным многогранным человеческим общением и счастливой жизнью. Наличие коммуникативной компетентности необходимо для дальнейшего профессионального самоопределения, уверенного поведения в различных ситуативных ролях, выстраивания межличностных отношений, поскольку ближайшее окружение (друзья семья), перспектива удачного трудоустройства и личные интересы занимают важное место в жизни подростка, более того, они являются продуктом успешного овладевания коммуникативными навыками [23].

Кроме того, обострение потребности общения со сверстниками в подростковом возрасте диктует необходимость скорейшего формирования коммуникативных навыков и умений для установления прочных межличностных взаимодействий. Формирование психологической культуры начинается уже с первых месяцев жизни ребенка, что обуславливается непрерывной коммуникацией с матерью. Особенное значение данный процесс приобретает в подростковом возрасте, где значимость формирования психологической культуры определяет систему внутриличностного формирования человека. Иными словами, в подростковом возрасте психологическая культура влияет на способность подростка познавать свой внутренний мир, выбирать свой жизненный путь, получать удовлетворение от жизни.

Поскольку воспитание коммуникативной компетентности у подростков является преимущественно психолого-педагогической задачей обучения, важно создать определенные условия развития данных навыков в контексте школьной работы с подростками [31].

К таким факторам относится непосредственное взаимодействие подростков друг с другом; обусловленность, посредственность взаимодействия (через игру, тренинг и т.д.); ситуационность и мотивация общения: «только в ситуации высокой значимости, старший подросток сможет почувствовать себя комфортно и самостоятельно выстраивать линии общения со взрослыми и сверстниками» [13].

Не последнюю роль в развитии коммуникативных навыков играет информационная подкованность (грамотность, достаточный словарный запас и др. навыки речевого общения), которая достигается посредством регулярных тренировок и частым коммуникативным взаимодействием [32].

Правильно организованные условия формирования коммуникативной компетентности (КК) не определяют успешность протекания процесса усвоения коммуникативных навыков. Исследователи выделяют ряд трудностей, усложняющих и замедляющих возможность достижения взаимопонимания в межличностном общении подростков, и, как следствие, появление личностной стагнации. Затруднение развития коммуникативной компетентности вызывают [38]:

* трудности, связанные с неумением вести себя, незнанием, что и как сказать;
* трудности, связанные с непониманием и неприятием партнера общения;
* трудности, вызванные непониманием партнера общения, т.е. недостаточной сформированностью собственной перцептивной стороны общения;
* трудности, связанные с переживанием неудовольствия, даже раздражения по отношению к партнеру;
* трудности, вызванные общей неудовлетворенностью человека общением.

Предусмотрение и нейтрализация данных трудностей имеет важное практическое значение при работе с формированием коммуникативных навыков у подростков.

Неоднократно замечено, что коммуникативные черты (уровень взаимодействия и характер аффиляции) имеют отличительные черты по гендерному признаку: мальчики общительней девочек, но качество таких коммуникаций остается за девочками и проявляется в излишней аккуратности и избирательности [23].

Непосредственное участие подростка в коммуникативном процессе имеет несколько отличительных черт, которые присущи взаимодействию в модели «подросток-подросток»:абстрактность мышления в момент общения (подростку важно отношение оппонента к нему) и перманентное сравнение (подросток оценивает свои навыки и умения в сравнении со сверстниками, в то время как взрослый человек для него недосягаемый идеал). Оценка самого себя подростком себя диктует ему необходимость перенимать и подражать сверстникам (например, перенимать их коммуникационные навыки) [30].

Иными словами, сам по себе коммуникативный процесс способствует формированию определенных навыков, умений и компетентности, но не беспорядочно, а с учетом уже имеющихся коммуникативных черт личности.Данные аспекты важно учитывать при организации работы по формированию КК.

В научной литературе встречается большое количество механизмов (мероприятий) формирования коммуникативной компетентности у подростка. К таким мероприятиям относят коллективные занятия в виде социально-психологических тренингов, ролевых игр и групповых дискуссий [39].

В общем виде процесс формирования коммуникативных навыков в подростковом возрасте представляется нам следующим образом:

1. Попадание подростка в ситуацию общения;
2. Получение коммуникативного опыта;
3. Рефлексия;
4. Закрепление умений в новой ситуации общения.

Таким образом, психологические особенности развития в подростковом возрасте заключаются в изменении качества мышления и, соответственно, способа коммуникации. Подросток стремится синтезировать и упорядочивать поступающую к нему информацию, выделить и интегрировать самые значимые аспекты своего анализа, что порождает логическую связь между окружающим миром и его явлениями. Этот же вид мышления делает его независимым от ситуации, позволяет сепарироваться отвнешних связей. Иными словами, подростокспособенобособить внутренние, существенные связи, не данные изначально, и организовать свою деятельность и коммуникативное поведение исходя из них.

**Резюме**

Коммуникативные навыки – сложный психолого-социальный конструкт, определяющий способности личности правильно использовать язык в разнообразных ситуациях и влияющий на эффективность социального действия личности. В систему коммуникативных навыков включены информационно-коммуникативные, регуляционно-коммуникативные и аффективно-коммуникативные группы умений. Коммуникативный потенциал личности определяется четырьмя уровнями навыков: базовым, содержательным, инструментальным и рефлексивным.

Актуальность развития коммуникативных умений у подростков определяет необходимость корректной социально-педагогической деятельности.

В свою очередь, субъективное благополучие определяется как психическая характеристика, основанная на оценке себя, своих личностных качеств, способностей, компетентности к внешнему миру и возможности самореализации, а также осмысленности своей жизни и постановки целей. Категории «психологическое» и «субъективное» благополучие рассматриваются как тождественные, хотя современные исследования все чаще относят первое к структуре субъективного. Индикаторами субъективного благополучия выступают: настроение в последнее время, ощущение счастья, удовлетворенность положением в обществе, усталость, чувство отверженности и т.д. Психологическое благополучие личности является обязательным условием профессионального роста и развития человека.

Психологические особенности развития в подростковом возрасте заключаются в изменении качества мышления и, соответственно, способа коммуникации. Подросток стремится синтезировать и упорядочивать поступающую к нему информацию, выделять и интегрировать самые значимые аспекты своего анализа, что порождает логическую связь между окружающим миром и его явлениями. Этот же вид мышления делает его независимым от ситуации, позволяет сепарироваться от внешних связей. Иными словами, подросток способен обособить внутренние, существенные связи, не данные изначально, и организовать свою деятельность и коммуникативное поведение исходя из них.

Таким образом, преобразование эмоциональной сферы подростка и стремление к сепарации от внешних связей обостряют актуальность данного исследования.

**2. МЕТОДЫ И ОРГАНИЗАЦИЯ ИССЛЕДОВАНИЯ**

2.1 Методы исследования

Для организации и проведения настоящего исследования были использованы следующие методы:

1. Метод анализа научной и методической литературы.

2. Методы психологической диагностики.

3. Методы математической статистики.

Метод анализа научной и методической литературы позволил уточнить терминологический аппарат исследования, проследить и проанализировать опыт проведения исследований в области определения особенностей взаимосвязи уровня развития коммуникативных умений и субъективного благополучия у подростков.

Методы психологической диагностики включали в себя проведение следующих методик: методика «Шкала субъективного благополучия» (в адаптации М.В. Соколовой) и опросник «Тест коммуникативных умений» Л. Михельсона (в адаптации Ю. З. Гильбуха).

Для измерения состояния субъективного благополучия была использована «Шкала субъективного благополучия» в адаптации М.В. Соколовой [19].

Авторы методики: Перюде-Баду, Мендельсона и Шише. Русскоязычная адаптация представлена автором М.В. Соколовой.

 Шкала разработана французскими психологами Perrudent-Badox, Mendelsohn и Chiche и впервые использована в 1988 году (адаптирована к русской выборке в НПЦ «Психодиагностика» Ярославского государственного университета им. П.Г. Демидова). Причиной создания шкалы послужило появление исследований в области психологии стресса и его определения причин его влияния на здоровье индивида. Изучая влияние хронических болезней на эмоциональное состояние личности, основатели методики столкнулись с необходимостью разработки скринингового метода, определяющего оценку индивидуумом собственного состояния эмоционального фона.

Измерение субъективного благополучия происходит через три составляющих: эмоциональное состояние, социальное положение и некоторые физические симптомы.

Шкала опросника состоит из 17 пунктов (по сути – это моно-шкалы), содержание которых связано с самим эмоциональным состоянием, социально обусловленным поведением и разного рода физической симптоматикой. На данные утверждения испытуемые должны ответить по семи балльной шкале, в соответствии с которой 1-полное согласие, 7-полное несогласие. Средний балл по тесту, переведенный в стандартную оценку по шкале стенов (среднее значение - 5,5, стандартное отклонение - 2), является основанием для интерпретации результатов теста.

В методики используются следующие кластеры:

1. Напряженность и чувствительность - переживание субъективное тяжести выполняемой работы; нужность взаимодействия с другими; потребность в уединении;

2. Признаки, сопровождающие ключевую психиатрическую симптоматику (нарушение сна; субъективно переживаемые чувства беспредметного беспокойства; чрезмерные острота реакций на любое незначительное препятствие и неудачу; нарастающие переживания усиления рассеянности);

3. Изменения в настроении (снижение настроения; значительные снижения оптимистического модуса восприятия действительности);

4. Значимость собственного социального окружения (совместное решение проблем, переживания чувства одиночества, отношение с семьей и друзьями);

5. Самооценка здоровья (общее переживание здоровья, вопрос физической «формы»);

6. Степень удовлетворенности повседневной деятельностью - переживания скуки в деятельности повседневной, настроения по утрам, собственно удовлетворенность деятельностью повседневной.

Интерпретация результатов происходит в соответствии с ключом ответов по «прямым» и «обратным» пунктам. Далее баллы суммируются в итоговый балл.

Для определения уровня коммуникативной компетентности и качества сформированности основных коммуникативных умений у подростков был использован Тест коммуникативных умений Л. Михельсона в адаптации Ю. З. Гильбуха [2].

Автор: Л. Михельсон. Русскоязычный перевод Ю.З. Гильбуха.

Данный тест представляет собой разновидность теста достижений, т. Е. построен по типу задачи, у которой есть правильный ответ. В тесте предполагается некоторый эталонный вариант поведения, который соответствует компетентному, уверенному, партнерскому стилю. Степень приближения к эталону можно определить по числу правильных ответов. Неправильные ответы подразделяются на неправильные "снизу" (зависимые) и неправильные "сверху" (агрессивные).

Для прохождения теста респонденту предлагается внимательно прочитать каждый из 27 предложенных тезисов и выбрать только один, наиболее характерный для опрашиваемого, вариант поведения. Нельзя выбирвать два или более вариантов или приписывать вариант, не указанный в опроснике.

Авторами предлагается ключ, с помощью которого можно определить, к какому типу реагирования относится выбранный вариант ответа: уверенному, зависимому или агрессивному. В итоге предлагается подсчитать число правильных и неправильных ответов в процентном отношении к общему числу выбранных ответов.

Все вопросы разделены авторами на 5 типов коммуникативных ситуаций:

* ситуации, в которых требуется реакция на положительные высказывания партнера;
* ситуации, в которых подросток (старшеклассник) должен реагировать на отрицательные высказывания;
* ситуации, в которых к подростку (старшекласснику) обращаются с просьбой;
* ситуации беседы;
* ситуации, в которых требуется проявление эмпатии (понимание чувств и состояний другого человека.

В результате обработки ответов респондента определяются наиболее выраженные в его поведении навыки общения: умение оказывать и принимать знаки внимания (комплименты) от сверстника; реагирование на справедливую критику; реагирование на несправедливую критику; реагирование на задевающее, провоцирующее поведение со стороны собеседника; умение обратиться к сверстнику с просьбой; умение ответить отказом на чужую просьбу, сказать «нет»; умение самому оказать сочувствие, поддержку; умение самому принимать сочувствие и поддержку со стороны сверстников; умение вступить в контакт с другим человеком, контактность; реагирование на попытку вступить с тобой в контакт.

Кроме того, определяются типы реакций, которых в концепции теста семь:зависимая, пассивная, компетентная, «на равных», уверенная, агрессивная, оказывающая давление. Компетентность в общении характеризуется позицией «на равных», без давления сверху и без зависимости.

Методы математической статистики включали в себя подсчет t-критерия по Стьюденту, корреляционный анализ по Пирсону. Метод корреляционного анализа по Пирсону использовался для выявления достоверной взаимосвязи между уровнями эмпатии и конфликтности у студентов разных направлений подготовки.

Метод корреляционного анализа по Пирсону использовался для выявления достоверной взаимосвязи между индикаторами субъективного благополучия и развитостью тех или иных типов коммуникативных умений у подростков разного пола.

2.2 Организация исследования

Исследовательская работа проходила с сентября по декабрь 2019 г. в несколько этапов:

* + - 1. На данном этапе был проведен анализ методической литературы по проблеме исследования. Велась работа над понятийном аппаратом, происходило уточнение методологической основы, автором формулировалась гипотеза исследования, а также производился отбор методов и методик для проведения исследовательской части работы.
			2. В рамках второго этапа автор провел диагностику с использование выбранного инструментария исследования.

Исследование проводилось в октябре-ноябре 2019 года.

Обработка полученных в результате исследования данных, в ходе которой применялись методы математической статистики, производилась с использованием компьютерной программы Microsoft Excel.

* + - 1. На данном этапе автором проводилась систематизация и интерпретация результатов исследования, а также обобщение и анализ данных.

 Описание выборки. В исследовании приняли участие 42, обучающихся в 9-11 классах в составе: 21 девочка и 21 мальчик.

Возрастной диапазон испытуемых составил от 15 до 17 лет.

**3. РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ И ИХ ОБСУЖДЕНИЕ**

3.1 Особенности развития коммуникативных умений в подростковом возрасте

Значительную роль в процессе становления подросткового самосознания играют межличностные отношения, как фактор успешной социализации подростков. Индикатором эффективности установления коммуникации являются коммуникативные навыки.

Проведенное исследование развития коммуникативных умений у девочек в подростковом возрасте показало средний уровень развития компетентного стиля общения (Рисунок 1).

Рисунок 1 – Средние значения показателей стилей общения у девочек

подросткового возраста (в баллах)

Средние значения показателя компетентности свидетельствуют о сформированности коммуникативных навыков у девочек данной возрастной группы, что также определяется показателями выраженности согласно Рисунку 2. Так, зависимое поведение наиболее выражено в пониженных значениях (66,67%), что характеризует девочек как независимых от взглядов окружающих, мнения и оценок других людей. Такие девочки самостоятельны в суждениях и обладают достаточным уровнем коммуникативной компетентности для аргументации своей позиции.

Рисунок 3 – Частота встречаемости низких, пониженных, средних, повышенных и высоких показателей стилевой ориентации в общении девочек подросткового возраста (в %)

Никто из опрошенных в стиле поведения не отмечается значительная восприимчивость к словам и комментариям окружающих – в 0% случаев стиля поведения определяется зависимостью. Однако 4,76% поведенческих реакций девочек сопровождается исполнением чужих замечаний и просьб без выражения собственного мнения, излишней конформности.

Средний уровень зависимости встречается в 19,05% случаев, что определяет девочек склонными к учету точки зрения большинства при сохранении ориентации на реализацию собственных интересов (14,29% случаев выраженности низкого уровня зависимости).

Коммуникативная компетентность в общении встречается в 4,76% стилевой модели коммуникации, что свидетельствует об умении девочек в большинстве случаев вступать в контакт с другими людьми, выражать положительные чувства и оценки по отношению к ним, обращаться за помощью и поддержкой и самому ее оказывать.

38,10% коммуникативных решений характеризуются повышенным уровнем компетентности, что позволяет субъекту взаимодействия говорить «Нет!» в случае необходимости, контролировать себя в конфликтных ситуациях.

Наибольшей выраженностью компетентность обладает в средний значениях – 76,19% стилевых ориентаций определяют поведение девочек в тенденции к адекватному реагированию на поведение окружающих в зависимости от ситуации. Они могут теряться в ситуации общения, но склонны к самостоятельному поиску выхода из ситуации.

Пониженный и низкий уровень компетентности регистрируется в 19,05% и 4,76% случаев, что свидетельствует о не выраженности коммуникативного невежества и определяет подобные ситуации общения как неадекватные, ущемляющие интересы субъекта.

Наибольшую выраженность в структуре агрессивной стилевой ориентации поведения имеет низкий уровень проявления враждебности по отношению к собеседнику: в 90,48% случаев девочки избегают проявлений резкости, раздражения, гнева, категоричности суждений, негативных оценок людей и событий, которые могут задевать других людей. При этом, у 9,52% респондентов эта тенденция менее выражена, что говорит об их эмоциональном стремлении отстаивать свою позицию.

Никто из опрошенных не обладает средним, повышенным и высоким уровнем агрессивности.

Иными словами, комбинация стилевых особенностей поведения девочек детерминирует разного рода реакции в рамках ситуации общения. В рамках одной коммуникации субъект может выражать, как высокий уровень коммуникативной компетентности, так и низкий уровень агрессивности. В целом, поведение человек можно охарактеризовать как компетентное с низким уровнем зависимости и агрессивности по отношению к оппоненту.

Обратимся к результатам исследования особенностей развития коммуникативных навыков в группе выборки мальчиков подросткового возраста (Рисунок 3).

Рисунок 3 – Средние значения показателей стилей общения у мальчиков подросткового возраста (в баллах)

Средние значения показателей показывают средний уровень развития коммуникативной компетентности подростков при сохранении никой агрессивности и зависимости. Данные подтверждаются при анализе частоты встречаемости низких, пониженных, средних, повышенных и высоких показателей стилевой ориентации в общении мальчиков подросткового возраста, отраженной на Рисунке 4.

Рисунок 4 – Частота встречаемости низких, пониженных, средних, повышенных и высоких показателей стилевой ориентации в общении мальчиков подросткового возраста (в %)

Так, выраженность зависимости в общении мальчиков регистрируется преимущественно в пониженных (61,90%) и низких (33,33%) значениях, что свидетельствует о самостоятельности суждений и действий парней. Только 4,76% мальчиков не определяют мнение окружающих решающим, но прислушиваются к нему и доверяют. Никто из опрошенных не выделяется высокой зависимостью от позиций и взглядов его окружения.

Компетентность у мужской группы выборки выражена в средних значениях (71,43%), что говорит о партнерском стиле общения сверстников. У 19,05% респондентов отмечается уверенность в коммуникациях, выражающаяся в умении выстраивать качественные коммуникации, управлять разговором и держать под контролем эмоции. Для 28,57% мальчиков составляет трудность вступать в контакт с другими людьми, выражать положительные чувства и оценки по отношению к ним. Ни для кого из опрошенных не характерны абсолютные значения коммуникативной компетентности и некомпетентности.

Обращаясь к показателям агрессивности, отмечаем отсутствие выраженной агрессивности в адрес собеседников. Для мальчиков в подростковом возрасте не характерно проявление резких раздражительных реакций: 0% опрошенных с высоким и повышенным показателем агрессивности.

Средний уровень поведенческой агрессии определен в 4,76% случаев, что определяет доброжелательность мальчиков по отношению к партнеру по общению. В редких случаях возможны вспышки гнева и категоричности суждений, которые в силу возрастных особенностей воспринимаются как нормальное явление.

Пониженный уровень агрессивности имеют 19,05% мальчиков, выраженный высокий – 76,19%. Следовательно, мальчики, в своем большинстве, неконфликтны и доброжелательны. Не имеют негативных предубеждений и стараются расположить собеседника в параллель «партнер-партнер».

В целом, мальчики, также как и девочки, независимы в своих мыслях и действиях, прибегают в партнерскому типу общения, эмоционально настраивают беседу в дружелюбном русле.

Обратимся к анализу достоверности различий между выборками девочек и мальчиков подросткового возраста, представленному в Таблице 2.

Таблица 2 – Средние значения показателей развития коммуникативных навыков мальчиков и девочек подросткового возраста

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Шкалы | Девочки(n=21) | Мальчики(n=21) | Достоверность различий |
| Зависимый | 8,90±4,17 | 7,57±2,37 | P ≤ 0,05 |
| Компетентный | 15,05±3,96 | 13,71±3,34 | - |
| Агрессивный | 3,05±2,31 | 5,71±2,61 | - |

В ходе исследования особенностей развития коммуникативных навыков у мальчиков и девочек подросткового возраста были выявлены существенные различия по октанте зависимый. Так, для девочек в большей степени характерна зависимость от общественного мнения, хотя, в целом, подростки относительно самостоятельны в суждениях, обладают необходимой для построения качественной коммуникации компетентностью и не агрессивны.

3.2 Особенности субъективного благополучия подростков

В ходе анализа результатов исследования субъективного благополучия было выявлено, что общий уровень субъективного благополучия у девочек подросткового возраста оценивается как выше среднего, у мальчиков – в средних значениях (Рисунок 5). Установлено, что у подростков субъективное благополучие находится в пределах нормы.

Рисунок 5 – Средние значения показателей уровня развития субъективного благополучия в подростковом возрасте (стены)

Что касается частоты встречаемости: у девочек выраженность имеет завышенный уровень развития субъективного благополучия – 57,14%, что свидетельствует об умеренном эмоциональном комфорте испытуемого, который не испытывает серьезных эмоциональных проблем, достаточно уверен в себе, активен, успешно взаимодействует с окружающими, адекватно управляет своим поведением (Рисунок 6).

Рисунок 6 – Частота встречаемости низких, ниже среднего, средних, выше среднего и высоких показателей субъективного благополучия у мальчиков и девочек подросткового возраста (%)

Средний уровень развития субъективного благополучия отмечается у 33,33% девочек. Для подростков со средним уровнем субъективного благополучия характерна, в целом, удовлетворенность своим физическим, социальным и материальным положением при адекватной самооценке.

Для девочек с уровнем субъективного благополучия ниже среднего (4,76%) является нормальным неадекватная самоидентификация с окружающей средой, а также внутреннее ощущение неравновесия.

Ни у кого их опрошенных не выявлен низкий уровень показателя, что говорит о том, что среди девочек подростков не наблюдается искажение Я-образа в ракурсе самоидентификации как неудачника, изгоя социальной действительности. Напротив, 4,76% респондентов обладают высоким уровнем субъективного благополучия, что определяет их как эмоционально стабильных, не имеющих серьезных психологических проблем. Такие девочки, скорее всего, обладает позитивной самооценкой, не склонны высказывать жалобы на различные недомогания, оптимистичны, общительны, уверены в своих способностях, эффективно действуют в условиях стресса.

В мужской группе выборки выраженность критерия отмечается по средним и завышенным показателям у 47,62% и 42,86% опрошенных соответственно. Они переживают благополучие, выражающееся в редких приступах счастья и, в целом, умеренной удовлетворенностью жизнью при сохранении в некоторых случаях эмоционального дискомфорта.

Среди респондентов 4,76% мальчиков характеризуются уровнем субъективного благополучия ниже среднего, что говорит о склонности к депрессивным состояниям, пессимизме, замкнутости, зависимости, плохой переносимости стрессовых ситуации.

В 4,76% случаев подросток эмоционально стабилен и удовлетворён. Очень низких показателей не обнаружено.

Весомым критерием субъективного благополучия в исследуемой выборке остается материальная несамостоятельность и духовная неопределенность (неточность выбора жизненного пути, определения смысла и целей).

Для подтверждения достоверности различий результатов исследования обратимся к сравнительному анализу особенностей субъективного благополучия в подростковом возрасте (Таблица 3).

Таблица 3 – Средние значения показателей субъективного благополучия в подростковом возрасте

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Субъективное благополучие | Девушки(n=21) | Юноши(n=21) | Достоверность различий |
| 3,0±1,71 | 4,0±1,74 | - |

Таким образом, различия между уровнем субъективного благополучия девушек и юношей не значимы. Следовательно, субъективное благополучие у мальчиков и девочек находится в значениях нормы с выраженностью завышенных показателей, что выражается в более ощутимом удовлетворении собственной жизнью, признание самоценности, частом нахождение в ситуации ощущения «счастья».

3.3 Особенности взаимосвязи уровня развития коммуникативных умений и субъективного благополучия у подростков

Корреляционный анализ уровня развития коммуникативных навыков и субъективного благополучия у девочек подросткового возраста показал наличие связи между агрессивностью и субъективным благополучием (Рисунок 7).



Рисунок 7 – Взаимосвязь уровня развития коммуникативных навыков и субъективного благополучия у девочек в подростковом возрасте

Чем выше удовлетворённость девочек повседневной деятельностью, тем выше их агрессивность в ситуации несправедливой критики со стороны окружающих. Напротив, низкий уровень удовлетворенности жизни ведет к ухудшению механизмов эмпатии и социальной конформности, отсутствию реакции на замечания в свой адрес.

Обратимся к результатам корреляционного анализа в группе выборки испытуемых мужского пола (Рисунок 8).



Рисунок 8 – Взаимосвязь уровня развития коммуникативных навыков и субъективного благополучия у мальчиков в подростковом возрасте

В мужской группе выборки была выявлена устойчивая корреляционная связь между элементами субъективного благополучия и уровнем развития коммуникативных навыков. Так, уровень агрессивности зависит от степен удовлетворенности повседневной жизнью (как и у девочек), изменения настроения и самооценки здоровья. Иными словами, чем агрессивность по отношению к собеседнику возникает в ответ на отрицательные высказывания в свой адрес, как реакция на несправедливую критику и задевающее, провоцирующее поведения оппонента. Чем выше субъективная удовлетворенность жизнью, динамичность эмоциональных состояний и самооценка физического состояния, тем выше реакция индивида на негатив в свой адрес. Такую зависимость возможно сравнить с уровнем самоотношения, что может служить основой для последующих исследований.

С другой стороны, скорость и резкость перепадов настроения и высокая самооценка здоровья отражают низкий уровень коммуникативной компетентности, что выражает зависимость контактности мальчиков от субъективного благополучия. Так, резкие перепады настроения, вызванные эмоциональной нестабильностью, ведут к неадекватной реакции на положительные высказывания (подросток не способен распознать искренность), снижают способность личности вступить в качественную коммуникацию и искажают поведение подростка в ситуации общения.

Высокий уровень самооценки собственного физического состояния ведет к обострению реакций на обращение с просьбой (мальчики подростки меньше сопереживают и чаще отказывают), резко негативному реагированию на несправедливость и критику, снижает восприимчивость подростка к проявлению в его адрес сочувствия и поддержки.

Для завершения анализа полученных в ходе исследования данных и систематизации зарегистрированных результатов был проведен корреляционный анализ исследуемых конструктов по общей группе выборки подростков обоих полов (Рисунок 9).



Рисунок 9 – Взаимосвязь уровня развития коммуникативных навыков и субъективного благополучия в подростковом возрасте

Анализ взаимосвязи уровня развития коммуникативных навыков и субъективного благополучия в подростковом возрасте показал наличие достоверной связи между исследуемыми понятиями в подростковом возрасте: уровень агрессивности, как октанта коммуникативности личности, связан с уровнем удовлетворенности жизнью, в то время как компетентность снижается при увеличении эмоциональных колебаний и по мере усиления неадекватности самооценки. Иными словами, чем выше субъективное благополучие подростков, что выражается в удовлетворённости повседневной жизни, низкой амплитуде смены настроений и адекватности физической самооценки, тем выше его коммуникативные навыки.

Таким образом, выдвинутая нами гипотеза о существовании связи между субъективным благополучием и уровнем развития коммуникативных навыков в подростковом возрасте подтвердилась.

# ВЫВОДЫ

1. Теоретические обоснована возможность существования взаимосвязи между уровнем развития коммуникативных навыков и субъективным благополучием. Коммуникативные навыки представляют собой способность индивида вступать в коммуникацию, управлять диалогом, достигать своих целей. Субъективное благополучие, в данном контексте, выступает регуляторов внутренних переживаний человека, отражением его удовлетворенностью жизнью и собой. Взаимосвязь уровня коммуникативной компетентности и субъективного благополучия проявляется в определяющем значении самооценки человека для выстраивания межличностных отношений.
2. Выявлены особенности развития коммуникативных навыков в подростковом возрасте, которые заключаются в зависимости девочек от общественного мнения, хотя, в целом, подростки относительно самостоятельны в суждениях, обладают необходимой для построения качественной коммуникации компетентностью и не агрессивны. Обе группы выборки, как правило, прибегают к партнерскому типу общения, эмоционально настраивают беседу в дружелюбном русле.
3. Исследовано субъективное благополучие подростков у мальчиков и девочек, которое находится в значениях нормы с выраженностью завышенных показателей, что определяется в более ощутимом удовлетворении собственной жизнью, признанием самоценности, эмоциональной уравновешенности.
4. Выявлены особенности взаимосвязи уровня развития коммуникативных навыков и субъективным благополучием в подростковом возрасте. Анализ взаимосвязи уровня развития коммуникативных навыков и субъективного благополучия в подростковом возрасте показал наличие достоверной связи между исследуемыми понятиями в подростковом возрасте: уровень агрессивности связан с уровнем удовлетворенности жизнью, в то время как компетентность снижается при увеличении эмоциональных колебаний и по мере усиления неадекватности самооценки, что связано с половозрастными особенностями личности.

М.Б. не писать «Выявлены» «Исследовано» А начать с констатации феномена. Н-р:

3. У подростков независимо от пола доминирует компетентный стиль общения. В параметрах коммуникативных навыки подростков, выражены проявления зависимости девочек от общественного мнения, хотя, в целом, подростки относительно самостоятельны в суждениях, обладают необходимой для построения качественной коммуникации компетентностью и не агрессивны.

# ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Подростковый возраст – особенный период в психологическом становлении личности, характеризующийся становлением самостоятельности ребенка как участника социальных отношений. В данном возрасте круг общения начинает активно расширяться, что определяет потребность подростка совершенствовать свои коммуникативные навыки. В данном контексте важным условием психического созревания личности выступает адекватная оценка собственной жизни и себя. Восприятие окружающих явлений, оценка их влияния на «Я» и самоопределение формируют субъективное благополучие, являющееся базисом психологического здоровья личности. Поскольку только психологически здоровый субъект способен выстраивать качественные коммуникации, преследовать собственные цели общения и расширять свое социальной окружение, что является потребностью подросткового развития, тема взаимосвязи уровня развития коммуникативных навыков и субъективного благополучия у подростков подтверждает свою актуальность.

Проведенное исследование показало зависимость компонентов коммуникативной компетентности, выражающихся в стилевых стратегиях поведения, от субъективного комфорта личности. Высокий уровень психологического благополучия подростков, выражающийся в удовлетворённости повседневной жизнью, низкой амплитуде смены настроений и адекватности физической самооценки, определяет высокий уровень развития коммуникативных навыков вне зависимости от пола.

Таким образом, выдвинутая нами гипотеза о существовании связи между субъективным благополучием и уровнем развития коммуникативных навыков в подростковом возрасте подтвердилась.

#

# СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ

1. Быстрова Е. А. Коммуникативная методика в формировании коммуникативных навыков // Воспитание в детском саду. 1996. № 1. С. 3-8.
2. Велецкая А. Н. Развитие коммуникативной компетентности у подростков: дисс. … канд. психол. наук. Екатеринбург, 2017. 214 с.
3. Величко В. Н. Психологические закономерности личности в юношеском возрасте // ППМБПФВС. 2007. №11. С. 100-103.
4. Виноградова Г. А. Субъективное благополучие личности студента в условиях социально-экономического кризиса // Поволжский педагогический вестник. 2015. №3 (8). С. 10-11.
5. Власова А. Ю. Психологические особенности субъективного благополучия у лиц с разным уровнем эмоциональной устойчивости: дис. … канд. психол. наук. Ростов-на-Дону, 2016. 91 с.
6. Галиахметова Л.И. Благополучие, субъективное благополучие, удовлетворенность жизнью: проблема взаимосвязи // Вестник Башкирск. ун-та. 2015. №3. С. 19-20.
7. Долгова В. И., Мельник Е. В., Карахан Н. Понятие коммуникативной компетентности в психолого-педагогических исследованиях // Научно-методический электронный журнал «Концепт». 2015. Т.31. С. 81-85.
8. Дуюсова Р. С. Развитие коммуникативных умений у подростков с девиантным поведением: дисс. … канд. психол. наук. Магнитогорск, 2017. 169 с.
9. Ефремова Ю. Е. Субъективное благополучие человека как фактор социально-экономического развития общества // РППЭ. 2014. №6 (44). С. 20-27.
10. Исследование психологической культуры подростков / Н.В. Пожиткина, Е.В. Селезнева, Е.А. Капустина ; под. ред. Н.В. Пожиткина // Психология, социология и педагогика. 2012. № 6. С. 14.
11. Козлова Е. В. Коммуникативный потенциал личности как самоорганизующейся психологической системы // ИТС. 2006. №1. С.59.
12. Коммуникативные способности учителя / Кузьмина Н.В. – Режим доступа:<https://studme.org/83535/psihologiya/kommunikativnye_sposobnosti_uchitelya>
13. Кон И. С., Фельдштейн Д. И. Отрочество как этап жизни и некоторые психолого-педагогические характеристики переходного возраста. Хрестоматия по возрастной психологии. М. 2007. 263 с.
14. Королева И. А. Развитие коммуникативных навыков у школьников // Проблемы развития территории. 2012. №6. С. 44-47.
15. Костенко К. В. Субъективная картина жизненного пути и удовлетворенностью жизнью в позднем возрасте (на материале проживающих в домах-интернатах): дисс….канд.псих. наук. Краснодар, 2005. 153 с.
16. Кузубова В. О. Особенности агрессивного поведения в юношеском возрасте (на примере студенчества) // Инновационная наука. 2016. №8 (1). С. 104-106.
17. Куликов Л. В. Психогигиена личности. Вопросы психологической устойчивости и психопрофилактики. СПб.: Питер, 2004. 464 с.
18. Левицкая Л. В., Стародубцева С. С. Половые особенности проявления агрессии в юношеском возрасте // Общество: социология, психология, педагогика. 2016. №12. С. 17-25.
19. Лепшина А. А. Корреляты субъективного благополучия студентов разных специальностей: дисс. … канд. психол. наук. СПб, 2016. 214 с.
20. Люсова О. В. Субъективное благополучие в контексте жизнедеятельности российской семьи // LogosetPraxis. 2017. №4. С. 55-59.
21. Мантикова А. В. Исследование психологической эффективности тренинга коммуникативных навыков у старших подростков // Вестник КемГУ. 2015. №2-1 (62). С. 67-69.
22. Мясищев В. Н. О взаимосвязи общения, отношения и общения как проблеме общей и социальной психологии. СПб. Речь. 2010. С. 34–45.
23. Новик Н. Н. Коммуникативные навыки и их формирование у подростков с отклоняющимся поведением // Вестник ТГГПУ. 2012. №1. С 15-17.
24. Осипова О. А. Формирование коммуникативных навыков у подростков // Материалы V Международной студенческой научной конференции «Студенческий научный форум». 2013. С. 132-134. ССЫЛКА <https://scienceforum.ru/2013/article/2013007791>
25. Основы педагогической коммуникации / А.А. Максимова. – Режим доступа: <https://ozlib.com/811272/psihologiya/kommunikativnye_umeniya_soderzhanie_struktura_kommunikativnyh_umeniy_bazovye_umeniya_professionalnogo_>
26. Орлова Д. Г. Психологическое и субъективное благополучие: определение, структура, исследования (обзор современных источников) // Вестник ПГГПУ. Серия № 1. Психологические и педагогические науки. 2015. №1. С. 36-39.
27. Павлоцкая Я. И. Психологическое благополучие и социально-психологические характеристики личности: Волгоград: Издат-во Волгоградского института управления, 2016. С. 94-99.
28. Пахоль Б.Е. Субъективное и психологическое благополучие: современные и классические подходы, модели и факторы // Украинский психологический журнал. 2017. №1 (3). С. 80-104.
29. Психологическая культура: возможности становления / Т. Е. Егорова, С. Л. Семенова // Образование и наука. [Электронный ресурс] 2006. №4. Режим доступа: https://cyberleninka.ru/article/n/psihologicheskaya-kultura-vozmozhnosti-stanovleniya
30. Психологическая культура школьника / А. А. Бузмакова // Муниципальное образование: инновации и эксперимент. [Электронный ресурс]. 2012. №6. 8 с. Режим доступа: <https://cyberleninka.ru/article/n/psihologicheskaya-kultura-shkolnika>
31. Развитие навыков общения у подростков с отклоняющимся поведением в учреждении дополнительного образования посредством коммуникативных игр / Т. П. Гаврилова, Н. С. Трясцина // Психологические и педагогические науки. [Электронный ресурс]. 2015. №2. Режим доступа: <https://cyberleninka.ru/article/n/razvitie-navykov-obscheniya-u-podrostkov-s-otklonyayuschimsya-povedeniem-v-uchrezhdenii-dopolnitelnogo-obrazovaniya-posredstvom>
32. Родина И. П. Структурно-содержательные и уровневые характеристики психологической культуры личности // Ученые записки. 2014. № 7. С. 5.
33. Самохвалова А. Г. Коммуникативные трудности ребенка. Проблемы, диагностика, коррекция. СПб. Речь. 2011. 432 с.
34. Смирнова Е. А. Формирование коммуникативной компетентности: Теория и практика проблемы. Монография. Шуя. Издательство «Весть». 2006. 132 с.
35. Формирование коммуникативных способностей обучающихся в условиях развивающей среды НОЦ ИСЭРТ РАН / В. В. Соколова // Экономика качества [Электронный журнал]. 2015. № 1(9). Режим доступа:<http://eq-journal.ru/pdf/09/%D0%A1%D0%BE%D0%BA%D0%BE%D0%BB%D0%BE%D0%B2%D0%B0.pdf>
36. Социология коммуникации / Конецкая В. П. – Режим доступа: <https://www.gumer.info/bibliotek_Buks/Sociolog/koneck/01.php>
37. Фесенко П. П. Осмысленность жизни и психологическое благополучие личности : автореф. дисс…. канд. псих.наук. М., 2005. 24 с.
38. Философский и социально-психологический аспекты проблемы общения / А.И. Усмонов, Н.М. Хошимова // Ученые записки Худжандского государственного университета им. академика Б. Гафурова. Гуманитарные науки. [Электронный ресурс]. 2013. №2. Режим доступа: <https://cyberleninka.ru/article/n/filosofskiy-i-sotsialno-psihologicheskiy-aspekty-problemy-obscheniya>
39. Формирование психологической культуры у подростков важный механизм профилактики нарушений в развитии личности / Н.Г. Камилова // Образование через всю жизнь: непрерывное образование в интересах устойчивого развития. [Электронный ресурс]. 2015. №9. 4 с. Режим доступа: https://cyberleninka.ru/article/n/formirovanie-psihologicheskoy-kultury-u-podrostkov-vazhnyy-mehanizm-profilaktiki-narusheniy-v-razvitii-lichnosti.
40. Халина К. Д., Капустина Т. В. Коммуникативные способности как фактор успешного общения // Молодой ученый. 2017. №6. С. 209-213.
41. Шамионов Р. М. Субъективное благополучие личности как субъекта социального бытия // Изв. Сарат. ун-та Нов.сер. Сер. Философия. Психология. Педагогика. 2014. №1. С 54-55.