Содержание

Введение

Глава I. Проблема развития коммуникативных навыков в психологии

.1 Анализ развития содержания понятие «коммуникативные навыки» в психологии

.2 Структура и особенности развития коммуникативных навыков в период молодости

Выводы по I главе

Глава II. Экспериментальное исследование развитие коммуникативных навыков в период молодости

.1 Организация и методика проведения экспериментального исследования коммуникативных навыков в период молодости

.2 Анализ и обсуждение результатов экспериментального исследования развития коммуникативных навыков в период молодости

Выводы по II главе

Заключение

Список литературы

Введение

Актуальность темы исследования. Современное общество с многообразием межличностных коммуникаций, усиливающейся конкуренцией требует от молодых людей развитых коммуникативных навыков, проявления социальной активности, ориентированности на успешную социальную интеграцию и адаптацию.

Исследование феномена коммуникативных навыков проводилось с различных позиций социальной психологии (А.А. Леонтьев, Г.М. Андреева, В.В. Рыжов, Ю.Н. Емельянов, Л.А. Петровская, А.А. Бодалев, В.А. Лабунская, В.Н. Куницына), дифференциальной психофизиологии (Э.А. Голубева, М.К. Кабардов), педагогической психологии (Н.В.Кузьмина, Н. А. Аминов, Н.Ф. Гоноболин, Л.М. Митина, В.В. Рыжов), психологии труда (Н.В. Александрова, В.Н.Кустов М.В. Иванова, М.И.Марьин, А.В.Осинцева), возрастной психологии (Т.В. Драгунова, А.В. Мудрик, Л.И. Божович, И.С. Кон, Д.И. Фельдштейн).

На современном этапе коммуникативные навыки остаются популярным объектом психологических исследований, большинство работ (И.Р. Алтунина, Е.А. Кукуев, М.И. Скрыпко, Н.А. Воробьева, М.В. Иванова, И.Н. Зотова, А.Ш. Гусейнов, Т.С. Баташева, выполнено в рамках деятельностного подхода, авторы рассматривают способности через призму особенностей коммуникативной деятельности, однако вопрос о природных предпосылках или задатках этих навыков и их связи с личностными образованиями в возрастном контексте остается открытым. В связи с этим не может быть до конца раскрыт вопрос о путях развития коммуникативных навыков без учета индивидуально-типологических и личностных свойств.

В современных исследованиях коммуникативных навыков нет единого взгляда на феноменологию, методологию, классификацию, структуру этих способностей, факторы и механизмы их развития, это рождает потребность поиска такой концептуальной основы, которая могла бы дать целостную картину взаимодействия способностей с различными аспектами индивидуальности.

Таким образом, современное состояние разработки проблемы коммуникативных навыков вызывает необходимость проведения комплексного исследования, ориентированного на определение места и роли целостной совокупности формально-динамических и содержательных свойств личности в развитии коммуникативных навыков в период молодости.

Объектом исследования являются молодые люди в возрасте 23-27 лет.

Предметом исследования являются коммуникативные навыки молодых людей.

Цель исследования - рассмотреть развитие коммуникативных навыков в период молодости.

Задачи исследования:

. Проанализировать развитие содержания понятие «коммуникативные навыки» в психологии;

. Изучить структуру и особенности развития коммуникативных навыков в период молодости;

. Провести экспериментальное исследование развитие коммуникативных навыков в период молодости.

Теоретико-методологической основой исследования являлись: принцип системного подхода к изучению личности и индивидуальности (Б.Г. Ананьев, Б.Ф.Ломов, В.С. Мерлин, Л.И. Анцыферова), фундаментальные положения отечественной дифференциальной психофизиологии (Б.М. Теплов, В.Д. Небылицын, Э.А. Голубева, Н.С. Лейтес), специальная теория индивидуальности В.М. Русалова, личностный подход к исследованию способностей, разработанный Т.И. Артемьевой, В.Э. Чудновским, А.А. Бодалевым, аспекты формирования личности и развития психики в онтогенезе, раскрытые в трудах Д.Б. Эльконина, Л.И. Божович, И. Фельдштейна, И.С. Кона, концептуальные основы разработки проблемы общения в трудах Б.Ф. Ломова, В.Н. Мясищева, А.А. Леонтьева, Г.М. Андреевой, А.А. Бодалева, В.А. Лабунской, Б.Д. Парыгина; а также теоретические основы социально-психологического тренинга, разработанные Л.А. Петровской, Ю.М. Жуковым, Ю.Н. Емельяновым, А.Г. Лидерсом.

Данная курсовая работа состоит из введения, двух глав, заключения и списка литературы.

Глава I. Проблема развития коммуникативных навыков в психологии

.1 Анализ развития содержания понятие «коммуникативные навыки» в психологии

В отечественной психологии существует множество определений феномена «коммуникативные навыки», их называют: «навыками к образованию межличностных отношений, обеспечивающих успешную коллективную деятельность и нахождение в ней своего места, сплочение коллектива, способность привлекать к себе людей» (К.К. Платонов); «психическими свойствами личности, которые активно воздействуют на то, как протекают процессы познания личностью других людей или общностей, как при этом реагирует ее эмоциональная сфера и как сам человек ведет себя по отношению к ним» (А.А. Бодалев); «сочетанием потенций субъекта к конструктивному действию, которое делает личность пригодной к функционированию в коммуникативной среде» (Т.С. Гвасалия); «модификацией основных черт и свойств характера человека» (В.Л. Дранков); «особенными качествами личности, относимыми, с одной стороны, к чертам характера человека, с другой стороны, к его способностям, с третьей стороны, к межличностному общению или коммуникативному поведению» (В.А. Алтунина).

Зачастую коммуникативные навыки рассматриваются как, относящиеся только к коммуникативной стороне общения (Г.М. Андреева), как свойства познавательных процессов (социальной перцепции, воображения, мышления) (М.И. Бобнева).

В некоторых работах коммуникативные навыки исследуются в составе педагогических (Н.В. Кузьмина, Н.А. Аминов, М.В. Молоканов, Н.Ф. Гоноболин, Л.М. Митина, Г.С. Трофимова, Т.М. Хрусталева), организаторских (А.Г. Ковалев, Л.И. Уманский, Э.А. Уткин, Р. Марр, Ю.Н. Белокопытов, Э.Г. Эйдемиллер) или языковых (Э.А. Голубева, М.К. Кабардов, Е.В. Арцишевская, М.Г. Каспарова, Э.Н. Савельева), широко рассматриваются также отдельные компоненты коммуникативных навыков - социально-перцептивные способности (А.А. Бодалев, В.А. Лабунская, Т.И. Лашукова, М.И. Бобнева, Л.А. Петровская), социальный интеллект (Ю.Н. Емельянов, В.Н. Куницына, М.К. Тутушкина и др.).

В последние годы исследователи склонны расширять понятие коммуникативных навыков и рассматривать его как «комплекс индивидуальных особенностей человека, благоприятствующих построению личного и делового общения» (Т.А. Сапегина) или как «актуализацию индивидуальных способностей личности к общению, ведущую к самореализации личности как субъекта деятельности» (Е.Б. Наумов).

В зарубежной психологической литературе (B. Bernard, Н. Раупе, Spitzberg В.Н. & Cupach W.R., T. Cavell, G. Portelli, Rubin) термин «коммуникативные навыки» идентичен понятию «social competence» -«социальные способности или компетентность», которое является давно устоявшимся и используется как в социально-психологических исследованиях, так и в работах по психологии личности в связи с поиском корреляций между социальными способностями и личностными параметрами (тревожность, самооценка, самодостаточность).

Анализ диссертационных исследований отечественных психологов последних лет, посвященных коммуникативным навыкам, показывает, что внимание авторов сосредоточено на поисках факторов развития этих способностей, а также психологических и педагогических условиях их формирования на разных возрастных этапах. Психологические факторы развития коммуникативных навыков обусловлены типом высшей нервной деятельности, потребностями, интересами, способностями (Т.П. Абакирова), к ним относят мотивационную сферу (Е.А. Кукуев), формирование адекватной самооценки (Н.В. Клюева), мотивацию достижения успехов (Е.В. Пономарева), социально-психологическими факторами являются структурно-функциональные характеристики семьи (Н.А. Воробьева), опыт межличностных отношений (Т.П. Абакирова), условия жизни в социальной среде (Н.Б.Буртовая), внутригрупповая активность (А.Ш. Гусейнов). В качестве средств формирования коммуникативных способностей авторы (М.И. Скрыпко, Т.М. Михеева, М.В. Иванова, И.Н. Зотова, А.Ш. Гусейнов, Т.С. Баташева, Н.Б. Буртовая) называют социально-психологический тренинг, видеотренинг (И.Р. Алтунина) имитационно-ролевую (театральную) деятельность (Е.Б. Наумов).

Вопрос о структуре коммуникативных навыков является дискуссионным, Ю.Н. Емельянов, С.В. Петрушин, В.П. Захаров, И.Н. Зотова, М.В. Иванова, С.И. Макшанов и Н.Ю. Хрящева, А.А. Кидрон, Т.С. Гвасалия, Н.А. Воробьева, М.И. Скрыпко, З.З. Жамбеева, выделяют в составе этих способностей когнитивный или познавательный, поведенческий, волевой, эмоциональный, личностный и инструментальный компоненты. Познавательный или когнитивный компонент включает в себя сензитивность, запоминание и структурирование социально-психологических характеристик человека и группы и прогнозирования их поведения и деятельности, ориентированность в различных ситуациях общения.

Поведенческий компонент проявляется в свободном владение вербальными и невербальными средствами социального поведения, «технике общения» и тактических умения общаться. К эмоциональному компоненту относят особенности внутренней динамики самосознания, структуру и специфику отношений личности к собственному «Я», а также личностные предпосылки коммуникативного потенциала: стабильность «Я» концепции, спонтанность.

Такой подход к структуре коммуникативных навыков совпадает со взглядами зарубежных психологов Janet A.Welsh и Karen L.Bierman, Willard W. Hartup, K.A.Dodge, S. Greenspan которые рассматривают в коммуникативных навыках социальные, эмоциональные, когнитивные, личностные и поведенческие аспекты.

Следуя традиции отечественной психологии (С.Л. Рубинштейн, Б.М. Теплов, В.Д. Небылицын) необходимо определить роль и содержание психофизиологических особенностей личности, выступающих в качестве природных предпосылок коммуникативных навыков. Э.А. Голубева, М.К. Кабардов к природным предпосылкам коммуникативных навыков относят типологические свойства нервной системы (реактивность в виде сочетания слабости и лабильности нервной системы, чувствительность); доминирование правого или левого полушария (доминирование правополушарных первосигнальных функций), соотношение I и II сигнальных систем проявляющихся в невербальности - вербальности). В концептуальной схеме Э.А. Голубевой, обобщающей в структуре индивидуальности и личности природное и социальное, активность является одним из системообразующих признаков.

В.Д. Небылицын, В.М. Русалов рассматривают активность в коммуникативной сфере как одно из внутренних условий развития коммуникативных способностей, как компонент темперамента. Активность понимается как мера взаимодействия человека-субъекта со средой и другими людьми с точки зрения ее динамико-энергетической напряженности. Следует сразу оговориться, мы рассматриваем активность только как формально-динамическое свойство личности, как компонент темперамента. Ведь в последнее время в психологической литературе получил широкое распространение термин «коммуникативная активность» и это понятие рассматривается значительно шире, чем представления об активности В.Д. Небылицына, В.М. Русалова. В частности, А.И. Крупное и вслед за ним многие психологи (Б.А. Вяткин, С.А. Васюра, В.Л. Хайкин, А.А. Бодалев, Д.С. Корниенко, Т.В. Волошина, Р.А. Максимова, А.А. Волочков называют активность интегративной характеристикой, которая комплексно описывает динамические и содержательные стороны коммуникативных особенностей человека, в структуру активности включают, например, направленность, мотивы, интересы, уровень притязаний, что делает это понятие всеобъемлющим и взаимосвязанным со всеми компонентами индивидуальности.

Научная позиция В.М. Русалова, Н.С. Лейтеса позволяет сделать важный вывод, о том, что необходимо учитывать уровень активности личности в коммуникативной сфере, выбирая стратегию развития коммуникативных способностей, ведь активность задает потенциальный уровень развития способностей, а социальные условия позволяют актуализировать и максимально использовать этот потенциал.

В некоторых психологических исследованиях рассматривается общительность как проявление активности личности в коммуникативной сфере. Во многих темпераментальных теориях и концепциях (К. Юнга, Г. Айзенка, А. Басса и Р. Пломина, Р. Кеттелла, Дж. Гилфорда, Э.А. Голубевой) экстроверсия-интроверсия указываются как свойства темперамента. В рамках теории интегральной индивидуальности В.С. Мерлина, экстраверсия относится к психодинамическим качествам, которые обусловлены биохимическими особенностями организма через посредство нервной системы. В работе Л.В. Жемчуговой обнаружены корреляции признаков общительности с силой нервной системы относительно возбуждения, а также некоторыми свойствами темперамента. Согласно исследованиям А.И. Ильиной, общительность характеризуется следующими динамическими параметрами: потребностью в общении, инициативностью, легкостью вступления в контакт, широтой круга общения, устойчивостью и выразительностью.

С позиций специальной теории индивидуальности В.М. Русалова «экстраверсия-интроверсия» формируется в результате обобщения нейрофизиологических характеристик той части функциональных систем, которая связана с афферентным синтезом.

Наряду с исследованием роли формально-динамических и содержательных свойств индивидуальности в развитии коммуникативных способностей, необходимо учесть возрастной контекст и оптимально использовать возможности исследуемого возрастного периода для эффективного развития данных способностей.

В исследованиях А.А. Бодалева, Л.Я. Лозован, Е.Г. Савиной выделяются три компонента в структуре коммуникативных умений: информационно-коммуникативный, интерактивный, перцептивный (см. таблицу 1)

Таблица 1

Структура коммуникативных умений

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Компоненты коммуникативных умений | Параметры, определяющие сущность компонента | Эмпирически замеряемые показатели параметра |
| Информационно- коммуникативный | 1.умение принимать информацию. 2.умение передавать информацию | 1. внимание к сообщениям воспитателя. 2. внимание к сообщениям товарища 3.умение выразить мысль, намерение, мысль. 4. полнота сообщения |
| Интерактивный | 1. умение взаимодействовать с партнером 2.готовность к взаимодействию. 3. адаптированность в коллективе | 1.совместное планирование предстоящего дела 2.ориентация на партнера (партнерство) 3.отсутствие конфликтов 4.умение ориентироваться в ситуации общения 5.социовалентность 6.удовлетворенность в общении. 7.отсутствие симптомокомплекса дезадаптации |
| Перцептивный | 1.восприятие другого. 2..восприятие межличностных отношений | 1.понимание отношения другого к себе. 2.понимание эмоционального состояния другого 3.понимание эмоций 4.представления о сущности общения 5.значимость для человека данных отношений 6.способность к выделению личностных характеристик партнера |

Б.Ф. Ломов, в зависимости от выполняемой роли, выделил три группы функций коммуникативных умений: информационно- коммуникативную, регуляционно-коммуникативную, аффективно- коммуникативную.

Группа информационно - коммуникативных умений состоит из умений вступать в процесс общения (выражать просьбу, приветствие, поздравление, приглашение. Вежливое обращение); ориентироваться в партнёрах и ситуациях общения (начать говорить со знакомым и незнакомым человеком; соблюдать правила культуры общения в отношениях со сверстниками и взрослыми); 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 регулятивно - коммуникативных умений состоит из умений согласовывать свои действия, мнения, установки с потребностями товарищей по общению (осуществление само и взаимоконтроля учебной и трудовой деятельности, обоснование совместно выполняемых заданий операций в определённой логической последовательности, определение порядка и рациональных способов выполнения совместных учебных заданий); доверять, помогать и поддерживать тех, с кем общаешься (помогать нуждающимся в помощи, уступать, быть честными, не уклоняться от ответов, говорить о своих намерениях, давать советы самим и слушать ответы других, доверять получаемой информации, своему товарищу по общению, взрослому, педагогу); применять свои знания индивидуальные умения при решении совместных задач (использовать речь, музыку, движение. Графическую информацию для выполнения заданий с общей целью, для фиксирования и оформления результатов своих наблюдений, целенаправленного пользования художественной литературой); оценивать результаты совместного общения (оценивать себя и других, принимать правильные решения, выражать согласие и несогласие, одобрение и неодобрение).

Группа аффективно - коммуникативных умений основывается на умениях делиться своими чувствами, интересами, настроением с партнёрами по общению; проявлять чуткость, отзывчивость, сопереживание к партнёрам по общению; оценивать эмоциональное поведение друг друга.

.2 Структура и особенности развития коммуникативных навыков в период молодости

коммуникативный навык молодость

Молодость охватывает период жизни от окончания юности (20-23 до примерно 30 лет), когда человек «более - менее прочно утверждается во взрослой жизни».

Молодость - это, прежде всего время создания семьи и устройства семейной жизни, время выбранной профессии, определение отношения к общественной жизни и своей роли в ней.

Выбор спутника жизни и создание семьи - одна из сторон социальной ситуации развития в молодости. В этот период подавляющее большинство людей заключают первые браки, это обычно возраст наибольшей половой активности, время, когда организм женщины лучше всего приспособлен к рождению первого ребенка.

Ведущая деятельность в период молодости - профессиональная. В этот период происходит овладение выбранной профессией. Уже в молодости человек может достигнуть в своей профессии достаточно высокого уровня мастерства и его объективного признания. Вместе с мастерством обретается чувство профессиональной компетентности, чрезвычайно важное для личностного развития в молодости, особенно когда выбранная профессия соответствует призванию.

В молодости обнаруживается стремление к самовыражению (в выборе профессии, в карьере); вырабатывается индивидуальный жизненный стиль, обретение и реализация индивидуальных смыслов жизни; происходит выстраивание системы личных нравственных, культурных, духовных ценностей.

Центральные возрастные новообразования этого периода - это семейные отношения и чувство профессиональной компетентности.

В период молодости происходит включение во все виды социальной жизни и овладение различными социальными ролями, продолжается профессиональное самоопределение, усложняются критерии оценки себя как профессионала.

В молодости продолжается интеллектуальное развитие, проявляется способность к усвоению нового (открытия в науке чаще совершают молодые).

Одним из ключевых факторов жизнедеятельности современной семьи, который определяет эффективность семейного функционирования, ресурсы роста и развития, является компетентность в общении. В отечественной психологии проблема общения активно разрабатывалась Б.Г. Ананьевым, А.Н. Леонтьевым, Д.Б. Элькониным, Г.М. Андреевой, А.А. Бодалевым, Л.А. Петровской и другими. По мнению Б.Г. Ананьева, общение помимо труда и познания является наиболее важным видом человеческой деятельности. А.Н. Леонтьев называл общение и труд основными видами деятельности. Д.Б. Эльконин рассматривал общение как специфический вид деятельности и выделял особенности общения на различных этапах онтогенеза.

А.А. Бодалев предлагает подходить к общению как к сложному системному образованию: «Межличностное общение не только необходимый компонент деятельности, осуществление которой предполагает взаимодействие людей, но одновременно обязательное условие нормального функционирования общности людей». При этом, люди могут быть как объектами, так и субъектами общения. По этому поводу Л.А. Петровская утверждает, что «развитое общение всегда включает в себя две тесно связанные грани: общение, основанное на субъект-объектной схеме, при котором партнерам, по существу отводятся роли манипулятора и манипулируемого объекта (это общение по типу приказов, указаний, предписаний различного рода и т.п.), и общение, основанное на субъект-субъектной схеме». Компетентность субъект-объектного общения сводится к знаниям и опыту репродуктивного, стандартного характера, а при субъект-субъектном общении «продуктивные аспекты и задачи составляют нестандартную, неформализуемую, неалгоритмизуемую сторону общения и характеризуются порождением новых мотивов, целей, операций и их последовательностей, подключения творческого потенциала личности».

Компетентность в общении рассматривается как сложное образование, в которое входят знания, социальные установки, умения и опыт в области межличностного общения.

Таким образом, в состав компетентности общения включаются когнитивные (ориентированность, психологические знания и перцептивные способности), поведенческие (умения и навыки) и эмоциональные (социальные установки, опыт, система отношений личности) компоненты.

В.Л. Захаров и Ю.Ю. Хрящева выделяют следующие факторы компетентности в общении:

знания в области психологии личности, группы, общения;

умения и навыки общения;

коррекция и развитие установок, необходимых для успешного общения;

способность адекватно и полно воспринимать и оценивать себя и других людей, а также взаимоотношения.

В семье процесс межличностного общения опосредуется общими принципами организации успешной коммуникации, установленными специфическими семейными нормами и правилами, характеризуется высокой эмоциональной насыщенностью и интенсивностью. В результате теоретического анализа работ Л.А. Петровской, Г.М. Андреевой, Э.Г. Эйдемиллера, К. Вацлавика, В. Сатир, К. Роджерса, Т. Гордона. О.А. Карабанова обобщает и выделяет условия эффективного межличностного общения в семье:

открытость и высокая активность коммуникации, позволяющая обсуждать значимые для членов семьи проблемы;

необходимая степень самораскрытия, конгруэнтность общения;

согласованность представлений о семейном укладе, общность семейных ценностей, адекватность семейного самосознания;

точность невербальной коммуникации, непротиворечивость вербальных и невербальных сообщений;

сенситивность к высказываниям партнера, использование техники активного слушания с обратной связью;

условием позитивного развития эмоциональных отношений в семье, созданием атмосферы психологической безопасности и гармонизации образа «Я» партнера выступают безоценочность и эмпатическое принятие партнера;

проявление любви, взаимной эмпатии и поддержки, уважения партнера;

важную функцию стабилизации семейного общения и взаимодействия, формирования семейного самосознания выполняет семейный язык, то есть определенные, согласованные и легко узнаваемые семейные символы, традиции, нормы.

Одной из наиболее актуальных проблем семейного функционирования является нарушение межличностного общения. В связи с вышеизложенным, при разработке и создании программы целенаправленного формирования семейного самоопределения современной молодежи, подготовки к браку и семейной жизни, профилактики и коррекции негативных тенденций, особое внимание необходимо уделить развитию межличностной коммуникации. На наш взгляд, важным фактором семейного самоопределения личности является компетентность в общении. Семейное самоопределение - это многоэтапный активный и осознанный процесс конструирования во временной перспективе «Я-концепции» в отношении собственной семьи, в основе которого структурирование системы ценностных ориентаций, обретение смысла детско-родительских и супружеских отношений, развитие способности к произвольной регуляции и рефлексии в конкретной культурно-исторической ситуации. В проведенных ранее эмпирических исследованиях установлена связь ценности «счастливая семейная жизнь» с уровнем развития эмоционального и социального интеллекта, коммуникативными свойствами и особенностями межличностного взаимодействия.

Потребность человека в общении - одна из главных социогенных потребностей. Возникает она, когда накапливается опыт во взаимодействии с другими личностями. Ее основу составляет потребность эмоциональных контактов, их поиск и определенная техника удовлетворения данной потребности. Она проявляется в желании личности принадлежать к какой-то группе, стать ее членом, взаимодействовать с ней, помогать свою помощь и принимать от нее, если потребуется. Формирование потребности в общении происходит в стремлении участвовать с другими людьми в каких-либо совместных действиях. Она мотивирует, помогает поддержать и направляет любую деятельность каждого человека в направлении общения с другими людьми.

У детей общение как социальная потребность не является врожденным качеством, а формируется на фоне активной деятельности взрослых и, зачастую, проявляется к 2 месяцам. Подростки считают, что у них не только есть такая потребность, но и в связи с этим, они могут общаться сколько захотят. Бывают случаи, когда они проявляют знаки протеста взрослым, когда последние стремятся как-то ограничить их потребность в общении.

Если говорить о потребности взрослых людей к общению, то они общаются намного меньше, чем им хочется, часто погружаясь в негатив. Для понимания общения нам необходимо знать потребности, действующие в нем, понять, что мы желаем получить от общения, а также понять, что хотят получить другие люди, общаясь с нами. Различают следующие виды потребностей:

Доминирование.

Это стремление оказывать влияние на мысли, вкусы и поведение другого человека. Если нам это удается, мы бываем, удовлетворены, считая, что подчинили своей воле собеседника. Здесь есть одна интересная закономерность, бывает так, что другой человек испытывает потребность в подчинении, то есть он в таком случае тоже остается удовлетворенным общением. Если к доминированию стремятся обе стороны, это, скорее всего, приведет к конфликту, если не вмешается третья сторона.

Потребность в престиже.

В общении мы часто ищем признания наших способностей, восхищения, положительной оценки со стороны другого человека. Если мы не получаем того чего ждем, испытываем разочарование, огорчение иногда даже бываем агрессивны. Если придавать большое значение этой потребности можно потерять много друзей, ведь они быстро почувствуют, что вы от них ждете только похвалы в свой адрес и не интересуетесь общением как таковым, не интересуетесь их жизнью. Для гармоничного общения важно уметь управлять своими потребностями.

Безопасность.

Иногда люди испытывают чувство страха в различных жизненных ситуациях. Чтобы снять напряжение и уменьшить состояние страха люди начинают разговаривать с незнакомыми людьми. Если человек часто испытывает чувство страха или боязни, может развиться привычка разговаривать везде и со всеми. К этому нужно внимательно относиться и контролировать эту потребность, необходимо научиться определять, когда стоит разговаривать, а когда это неуместно.

Стремление быть индивидуальностью.

Довольно часто люди стремятся к общению, чтобы показать каких успехов они добились, и показать оригинальность своей личности. Эта потребность делает человека уязвимым в общении. Если собеседник своими высказываниями опровергнет их мнение, они будут дезорганизованы.

Потребность в покровительстве.

Она связана с желанием заботиться о других. Это хорошая потребность, но если она развита чрезмерно, это уже становиться одной из форм самоутверждения.

Познание.

Стремление к новым знаниям. Данная потребность характерна для людей, которые в данный момент интересуются каким-либо вопросом и собеседник может удовлетворить это.

Знание потребностей в общении нам необходима для понимания техники общения, которая позволить четче представлять механизм общения, достичь гармонии в этом.

Итак, потребность в общении есть у каждого человека, но некоторые не так ярко, как остальные ее проявляют. Стоит запомнить, ели человек стремится вам что-то рассказать, необходимо выслушать, давая ему выговориться.

Сфера общения в период молодости имеет большое значение для развития личности, что выражено в высокой значимости, именно качественных характеристик процесса коммуникации. Начав в отрочестве («подростничестве») созидание своей личности, начав сознательно строить способы общения, молодой человек продолжает этот путь совершенствования значимых для себя качеств в юности. Молодые люди, стремясь к самоидентификации, продолжает открывать через постоянные внутриличностные рефлексии свою ускользающую сущность. Он остаётся легкоранимым - ироничный взгляд, меткое саркастическое слово другого, особенно, более старшего по возрасту и авторитетного человека, - могут разом «обезоружить» молодого человека и «сбить» с него так часто демонстрируемый им апломб.

Серьёзное, глубокое влияние на восприятие мира молодых людей оказывает то социальное пространство (микросоциум, мезосоциум и макросоциум), в котором они живут. Здесь, в живом общении, познается жизнь и деятельность взрослых, состоявшихся в профессии людей.

Тем не менее, семья остается тем микросоциумом, где молодые люди себя чувствуют наиболее спокойно и уверенно. С родителями обсуждаются жизненные перспективы, главным образом - профессиональные. Жизненные планы молодых людей обсуждают и с преподавателями, и со своими взрослыми знакомыми, чьё мнение для них важно, и, конечно, друг с другом.

Большое значение для развития личности в период молодости имеет общение со сверстниками. Общение со сверстниками в период молодости - это специфический канал информации, особый вид межличностных отношений, а также один из видов эмоционального контакта. В период молодости почти совсем преодолевается свойственная предшествующим этапам психоонтогенеза психологическая зависимость от взрослых, происходит утверждение социально-психологической самостоятельности личности, чему способствует насыщенная коммуникация со сверстниками. В отношениях со сверстниками, наряду с сохранением коллективно-групповых «подростнических» форм общения, нарастает значение индивидуальных контактов и привязанностей.

В период молодости становится важным и актуальным поиск спутников жизни и единомышленников, возрастает потребность в сотрудничестве с людьми, укрепляются связи со своей социальной группой, появляется чувство интимности во взаимодействии с некоторыми людьми. Дружба в период молодости уникальна, она занимает исключительное место среди других привязанностей. Однако, потребность в психологической (эмоционально-чувственной) интимности в юности практически «ненасыщаема», удовлетворить её крайне трудно. Повышаются требования к дружбе, усложняются её критерии. Молодость считается «привилегированным» возрастом дружбы, но сами молодые люди полагают настоящую дружбу редко встречающейся. Эмоциональная напряжённость дружбы в период молодости снижается при возникновении любви. Любовь предполагает существенно большую степень эмоциональной интимности, нежели чем дружба, но любовь в юности, что характерно именно для этого возраста, как бы включает в себя дружбу.

К концу возрастного периода молодости заканчиваются процессы физического созревания человека. В молодости происходит т.н. завершающая гормональная перестройка, сопровождающая полное половое созревание, что приводит к усилению сексуальных переживаний. Для большинства молодых людей характерен резкий рост интереса к сексуальным вопросам. Наблюдается существенное возрастание сексуальных форм поведения. Большое значение молодыми людьми придается «деятельностной» выраженности их принадлежности к вполне определённому полу. Развитие половой идентификации в юности представляет собою психосоциальный процесс полномасштабного усвоения человеком своей половой социальной роли и признания этой его роли обществом.

В период молодости, наряду с отмеченным выше, отмечаются две несколько противоположные тенденции в области общения и взаимодействия с другими людьми: расширение сферы общения с одной стороны, и растущая индивидуализация, обособление от социума с другой стороны.

Первая тенденция проявляется в стремлении к идентификации (уподоблению) с другими людьми. Это явление внешне проявляется в увеличении времени, которое расходуется именно на «чистое» общение (повсеместно, - 3-4 часа в сутки в будни, 7-9 часов, - в выходные и праздничные дни), в существенном расширении социального пространства (охвата) общения, и, наконец, в особом феномене, получившем название «ожидание общения», т.е. в самом поиске его, в постоянной готовности к контактам. Высокий уровень потребности в общении, проявляющийся в расширении его сферы и общих интересов, объясняется активным физическим, умственным и социальным развитием молодых людей и, в связи с этим, увеличением круга их познавательных интересов по отношению к окружающим людям и к окружающему миру в целом. Важным обстоятельством в этом вопросе является и возросшая в период молодости потребность в совместной деятельности (взаимодействии) - она во многом и находит своё удовлетворение в общении.

Вторая закономерность, которая проявляет себя в общении в период молодости, это психологическое стремление к индивидуализации и к социальному обособлению. Об этой тенденции свидетельствует строгое разграничение молодости природы (характера) взаимоотношений с окружающими, высокая избирательность в дружеских привязанностях, подчас максимальная требовательность к общению в диаде. Стремление к обособлению - это желание оградить свой внутриличностный уникальный мир от вторжения сторонних и, даже, близких людей, для того, чтобы укрепить своё «чувство личности», чтобы сохранить свою индивидуальность, реализовать свои притязания на признание.

Выводы по I главе

Таким образом, можно сделать следующие выводы:

Общение, являясь одним из главных условий полноценного развития человека, имеет сложную структурную организацию, основными компонентами которой являются предмет общения, коммуникативная потребность и мотивы, единицы общения, его средства и продукты.

В последние годы исследователи склонны расширять понятие коммуникативных способностей и рассматривать его как «комплекс индивидуальных особенностей человека, благоприятствующих построению личного и делового общения» или как «актуализацию индивидуальных способностей личности к общению, ведущую к самореализации личности как субъекта деятельности».

Молодость охватывает период жизни от окончания юности (20-23 до примерно 30 лет), когда человек «более - менее прочно утверждается во взрослой жизни». В период молодости происходит включение во все виды социальной жизни и овладение различными социальными ролями, продолжается профессиональное самоопределение, усложняются критерии оценки себя как профессионала.

Потребность человека в общении - одна из главных социогенных потребностей. Возникает она, когда накапливается опыт во взаимодействии с другими личностями. Ее основу составляет потребность эмоциональных контактов, их поиск и определенная техника удовлетворения данной потребности. Она проявляется в желании личности принадлежать к какой-то группе, стать ее членом, взаимодействовать с ней, помогать свою помощь и принимать от нее, если потребуется. Формирование потребности в общении происходит в стремлении участвовать с другими людьми в каких-либо совместных действиях. Она мотивирует, помогает поддержать и направляет любую деятельность каждого человека в направлении общения с другими людьми.

Глава II. Экспериментальное исследование развитие коммуникативных навыков в период молодости

.1 Организация и методика проведения экспериментального исследования коммуникативных навыков в период молодости

В исследование приняли участие 18 молодых людей в возрасте от 23 до 27 лет.

В процессе исследования мы использовали следующие упражнения:

Упражнение «Ромашка».

-6 стульев во внешнем круге - «лепестки». Участники рассаживаются по стульям.

Задание 1: смотреть в глаза другу, не отводить глаз в течение минуты. Затем участники меняются местами.

Задание 2: участники говорят друг другу: «что я вижу в тебе?» (одежду, прическу, улыбку и т.п.). Затем меняются местами.

Задание 3: участники попарно пытаются догадаться и рассказать друг другу, «каким ты был в детстве», и ответить, насколько верна догадка.

Задание 4: участники попарно отвечают: «что между нами общего?»

Задание 5: участники пытаются определить, «чем мы отличаемся друг от друга: в интересах, характере, поведении и т.п.».

Упражнение «Продолжи искренне».

Все садятся в круг. Ведущий подходит по очереди к каждому у частнику и просит вытащить карточку. Участник читает вслух текст карточки и старается без раздумывания продолжить мысль, начатую в тексте, максимально искренне. А остальные, про себя, решают, насколько он искренен. Когда человек закончит говорить, те, кто сочли его речь искренней, молча, поднимают свою руку. Если большинством высказывание признается искренним, то говорившему разрешается на один шаг сместить свой стул вглубь круга. Тому, чье высказывание непризнанно как искреннее, дается еще попытка. Обмен мнениями запрещен, но разрешается задать один вопрос говорящему от каждого. Когда все сумеют высказаться искренне, ведущий просит: «Каждому сделать выдох, затем медленно - глубокий выдох, и задержать дыхание, пока я говорю. Теперь на выдохе надо выкрикнуть любые слова, пришедшие в голову, а если нет слов - издать резкий звук, все, что угодно. Вперед!». После такой голосовой эмоциональной «разрядки» людям становится весело.

Текст карточек-высказываний:

В обществе лиц противоположного пола я чувствую себя…

У меня немало недостатков. Например…

Бывало, что близкие люди вызывали ненависть. Однажды, помню…

Мне случалось проявлять трусость. Однажды, помню…

Я знаю за собой хорошие, привлекательные черты. Например…

Я помню случай, когда мне было невыносимо стыдно. Я…

Чего мне по-настоящему хочется, так это…

Мне знакомо острое чувство одиночества. Помню…

Однажды мне было обидно и больно, когда родители…

Начало формы

Когда я в первый раз влюбился, я…

Я чувствую, что моя мать…

Я думаю, что секс в моей жизни…

Когда меня обижают, я готов…

Бывает, что я ссорюсь с родителями, когда…

Честно говоря, учеба в институте мне…

Пустая карточка. Надо что-то сказать искренне на произвольную тему.

Задание «Развитие наблюдательности и навыков общения».

Чтобы избавиться от угрюмого или надменного выражения лица, по утрам перед зеркалом «покажите себе язык», улыбнитесь. Стоп! Именно такое, а не «казенное» выражение лица должно быть у вас в течение дня.

Деликатно приглядывайтесь к лицам случайных попутчиков в транспорте, пытаясь «читать» их настроение; вообразите, как изменились бы их лица в веселье, гневе.

Если вы не умеете ответить «нет», не обижая, и из-за этого идете против своего желания, то развивайте в себе актерские навыки, способность чуть-чуть дурачиться, создавая оттяжку, за время которой складывается наилучшая формулировка ответа. Дайте понять, что для отказа есть веские причины: «Поверьте, это не мой каприз, рад бы, но не смогу».

Систематически практикуйте свое умение вступать в контакт с незнакомыми людьми (особенно с неприветливыми), например, спрашивайте дорогу. Стремитесь при этом задавать вопросы таким тоном, чтобы собеседнику было приятно вам ответить.

Заранее продумав какую-либо индифферентную тему, заговорите с человеком, с которым находитесь в натянутых отношениях (но формально сохранившихся). Сумейте вести беседу так, чтобы с вашей стороны демонстрировалось доброжелательство. Старайтесь смотреть в глаза собеседнику.

Упражняйтесь перед зеркалом (диалоги с собой, пересказ историй, анекдотов), с целью устранить излишнюю жестикуляцию, привычные неэстетические движения, угрюмое выражение лица.

Отрабатывайте быстроту речевой реакции с помощью телевизора: пытайтесь мгновенно остроумно комментировать спортивный матч (звук предварительно отключите), отдельные сцены.

Задание «Контакт масок»

Все участники рисуют себе маски. Она может быть сколь угодно странной, забавной, мрачной, как кому хочется. Если кому-то очень трудно придумать маску, то допускается изготовление простой черной маски: два кружка с прорезами для глаз. После изготовления масок все садятся в круг. Ведущий определяет, с кого начнется показ и обсуждение маски. Каждый высказывает свое мнение. После обсуждения первого человека в маске переходят к следующему. Этот этап занятия не должен продолжаться более часа, после чего разговоры на тему масок прекращаются. Затем ведущий говорит: «В повседневном общении мы тоже носим маски, только маски не из бумаги, а из мускульного грима - из особого выражения лица, позы, тона. Сейчас мы посмотрим, что это такое». Участники усаживаются в круг, в центр круга выкладываются (текстом вниз) 7 карточек (если участников больше, то ведущий придумывает дополнительные маски):

. Маска безучастности.

. Маска прохладной вежливости.

. Маска высокомерной неприступности.

. Маска агрессивности («попробуй, не послушай меня»).

. Маска послушания и угодливости.

. Маска решительности; «волевого» человека.

. Маска «откровения».

. Маска доброжелательности.

. Маска «интересный собеседник».

. Маска деланной доброжелательности или сочувствия.

. Маска простодушной чудаковатой веселости.

Все выбирают по карточке и читают свой текст. По порядку следования номеров карточек каждый должен продемонстрировать доставшуюся ему «маску»; надо придумать ситуацию, в которой пришлось надеть эту маску, и разыграть сценку этой ситуации. Например, тот, кому досталась «маска безучастности», может изобразить сценку: «Он оказался в купе со ссорящейся супружеской парой, по соображениям такта ему приходится делать вид, что он ничего не видит и не слышит». После чего группа оценивает, как человек сумел изобразить на лице необходимую «маску». Затем переходят к следующей сцене. В заключение обсуждают: «Что мне дало это задание? Кому удалась «маска» в ходе общения и почему некоторым трудно удержать эту «маску»? Какие переживания возникали во время задания?»

.2 Анализ и обсуждение результатов экспериментального исследования развития коммуникативных навыков в период молодости

Для повышения эффективности и удобства анализа результатов исследования я разделил учебную группу на три подгруппы:

Участники, обладающие развитыми навыками делового общения;

Участники, развивающие навыки делового общения;

Участники, не обладающие навыками делового общения.

Итак, учебную группу, насчитывающую, 18 человек, мы разделили на три подгруппы (см. рис. 1), в первую из которых входили № 1, 2, 3, во вторую - № 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12, 13, 14, в третью - № 15, 16, 17, 18 (см. рис. 2).

Первым проводилось упражнение «Ромашка» в следующих составах:- № 1, 4, 5, 6, 7, 15; II - № 2, 8, 9, 10, 16, 17; III - № 3, 11, 12, 13, 14, 18.

В первом составе, позволив начинать участнику № 15, затем № 7 и т.д., мы получили множество высказываний, отличавшихся друг от друга своими ценностными аргументациями. Стало ясно, насколько отличаются участники друг от друга.

Отметив результаты упражнения в первом составе, мы перешли к работе со вторым. Теперь должен был начать участник из первой подгруппы № 2, затем № 8, 9 и т.д. Результатом проведения упражнения во втором составе стали высказывания, близкие друг к другу своими ценностными аргументациями, хотя и отличающиеся у участников второй и третьей групп. По всей видимости, и репутация участника № 2 была действительно хорошей так же и для других участников. Можно объяснить результаты упражнения тем, что явное обладание навыками делового общения участником № 2 заставило других участников высказываться по его примеру.

Таким образом, причиной резкого отличия высказываний у участников первого состава легко объяснить тем, что участник № 15 не обладал авторитетом у других участников, и для достижения должного результата следовало начинать участнику № 1. Участники первого состава, не имея авторитетного высказывания, пытались высказаться сами, этим и объясняется такое различие аргументации высказываний.

Проанализировав полученные данные, можно не продолжать упражнение с третьим составом, а начать работу снова с первым составом, но, поменяв порядок участников: теперь начинал участник № 1. Результатом проведенного исследования стало подтверждение гипотезы: высказывания имели схожую ценностную аргументацию, значит, авторитет участника № 1 повлиял на качество тренинга развития делового общения в первом составе.

Мы провели занятие с третьим составом, учитывая результаты работы с первым и вторым составом. Результаты были схожими, отличаясь лишь в той степени, в которой отличались участники № 1, 2, 3 друг от друга.

Можно заметить, что высказывания всех участников были оригинальны, но последовательны и логичны. Мы предложили работу с данным упражнением во второй и третий раз, и результаты исследования показали, что те участники, высказывания которых не рассматривались как авторитетные, научились управлять ходом общения в каждом из составов, психологически верно и ситуативно обусловлено вступать в общение, поддерживать, стимулировать активность партнера, психологически точно определять «точку» завершения общения, психологически настраиваться на эмоциональный тон собеседников, овладевать и удерживать инициативу, преодолевать психологические барьеры, снимать излишнее напряжение, эмоционально настраиваться на ситуацию общения, психологически и физически «пристраиваться» к собеседнику, адекватно ситуации выбирать жесты, позы, ритм своего поведения, мобилизоваться на достижение поставленной коммуникативной задачи, хотя и не в полной мере.

Можно сказать, что путь более эффективного тренинга был выбран.

Следующим было упражнение «Продолжи искренне». Для того, чтобы это упражнение принесло свои результаты, необходимо было, чтобы участники чувствовали себя уверенно и свободно, что ранее удавалось далеко не всем.

Сначала участники чувствовали дискомфорт, когда одним приходилось искренне продолжать предложенные фразы, а другим оценивать искренность высказываний участника. Повторив игру несколько раз, тем самым дав привыкнуть участникам к сложившейся ситуации, я заметил, насколько изменилось их поведение. Неуверенные до того, они перестали чувствовать дискомфорт, им удавалось почти незамедлительно продолжать фразы. Теперь они понимали, что все оказались в равной ситуации. Можно сказать, что построение ответов шло по примеру упражнения «Ромашка»: в такой же зависимости от ответов участников, обладающих развитыми навыками общения.

Упражнение «Продолжи искренне» помогло участникам научиться видеть достоинства и недостатки не только окружающих, но и самих себя. Таким образом, они научились управлять своими недостатками и достоинствами, предоставлять информацию об одних и скрывать информацию о других, заставлять партнера верить в искренность высказывания. Упражнение стало вторым шагом на пути развития навыков и исследования факторов, влияющих на успех тренинга, добавило уверенности участникам исследования, научило высказываться адекватно ситуации.

Участникам были розданы условия задания «Развитие наблюдательности и навыков общения», чтобы те попытались следовать этим условиям в течение, по крайней мере, двух недель.

Результатом этого стало то, что участники исследования выглядели увереннее и самостоятельнее. Как выразилась одна из участниц, они стали интереснее для окружающих. Их коммуникативные навыки также развились, но не одинаково у всех участников, что легко объяснить незаинтересованностью некоторых участников. Совмещая работу с упражнениями и выполнение задания, участники в какой-то степени научились гиперболизации как способу заострения внимания собеседника, усилению ценностных аргументаций, которые доминируют у партнера по общению, коммуникативному сопоставлению «за» и «против», организовывать, а затем удерживать внимание через изложение самых разнообразных, и часто противоположных точек зрения, ситуативному интервьюированию через постановку прямых вопросов, ставящих собеседника перед необходимостью включаться в диалог, аппеляции к авторитету для поддержания собственных взглядов, организации сопереживания через максимальное использование в общении эмоций, опоры на жизненные интересы партнеров, драматизации ситуации общения как столкновения интересов партнеров по общению.

Для выполнения задания «Контакт масок» мы собрали участников в прежних составах. Психологически задание напоминало упражнение «Продолжи искренне», отличаясь лишь тем, что теперь каждый участник работал самостоятельно, обдумывая свои высказывания на счет других участников. Успех тренинга заключается в последовательности выполнения упражнений и заданий. Выполняя последнее задание, участники задействовали свою наблюдательность и навыки общения для того, чтобы верно и адекватно высказываться, и не оскорбить участников некорректным высказыванием.



Рис. 1. Развитие коммуникативных навыков в % соотношении

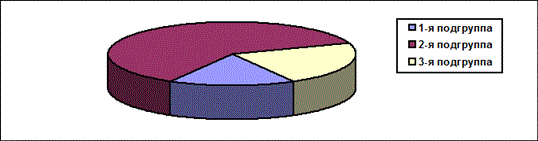


Рис. 2. Соотношение участников разных подгрупп до проведения работы

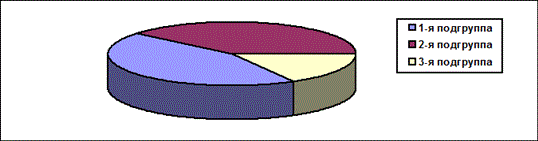


Рис. 3 Соотношение участников разных подгрупп после проведения работы

Таким образом, можно сделать вывод о том, что методы развития коммуникативных навыков личности, представленные мной в этой исследовательской работе, весьма эффективны и применимы к лицам 23-30 лет, их использование окажет помощь людям, которые нуждаются в развитии таких социально-психологических качеств.

Выводы по II главе

Эмпирическая часть исследования была направлена на выявление необходимых коммуникативных навыков личности и их развитие с помощью специальных методик.

В исследовании принимали участие 18 молодых людей в возрасте 23-27 лет.

Для повышения эффективности и удобства анализа результатов исследования я разделил учебную группу на три подгруппы:

Участники, обладающие развитыми навыками делового общения;

Участники, развивающие навыки делового общения;

Участники, не обладающие навыками делового общения.

Результатом исследования стало то, что после проведения тренинга у большинства участников стало заметно развитие навыков делового общения, но не у всех в равной степени. Пять из одиннадцати участников второй группы по своим способностям приблизились к участникам первой подгруппы, но лишь один из четырех участников третьей подгруппы сумел добиться уровня участников второй подгруппы. В любом случае, участникам требуется дальнейшее развитие навыков делового общения, в том числе и для того, чтобы не утратить достигнутого. Так или иначе, всем участникам удалось развить свои коммуникативные навыки.

Таким образом, мы доказали, что с помощью методик развития коммуникативных навыков личности можно преодолеть проблемы в общении и добиться развития коммуникативных навыков личности.

Заключение

В последние годы исследователи склонны расширять понятие коммуникативных способностей и рассматривать его как «комплекс индивидуальных особенностей человека, благоприятствующих построению личного и делового общения» или как «актуализацию индивидуальных способностей личности к общению, ведущую к самореализации личности как субъекта деятельности».

Молодость охватывает период жизни от окончания юности (20-23 до примерно 30 лет), когда человек «более - менее прочно утверждается во взрослой жизни». В период молодости происходит включение во все виды социальной жизни и овладение различными социальными ролями, продолжается профессиональное самоопределение, усложняются критерии оценки себя как профессионала.

Потребность человека в общении - одна из главных социогенных потребностей. Возникает она, когда накапливается опыт во взаимодействии с другими личностями. Ее основу составляет потребность эмоциональных контактов, их поиск и определенная техника удовлетворения данной потребности. Она проявляется в желании личности принадлежать к какой-то группе, стать ее членом, взаимодействовать с ней, помогать свою помощь и принимать от нее, если потребуется. Формирование потребности в общении происходит в стремлении участвовать с другими людьми в каких-либо совместных действиях. Она мотивирует, помогает поддержать и направляет любую деятельность каждого человека в направлении общения с другими людьми.

Познавательный или когнитивный компонент включает в себя сензитивность, запоминание и структурирование социально-психологических характеристик человека и группы и прогнозирования их поведения и деятельности, ориентированность в различных ситуациях общения.

Поведенческий компонент проявляется в свободном владение вербальными и невербальными средствами социального поведения, «технике общения» и тактических умения общаться.

К эмоциональному компоненту относят особенности внутренней динамики самосознания, структуру и специфику отношений личности к собственному «Я», а также личностные предпосылки коммуникативного потенциала: стабильность «Я» концепции, спонтанность.

Эмпирическая часть исследования была направлена на выявление необходимых коммуникативных навыков личности и их развитие с помощью специальных методик.

В исследовании принимали участие 18 молодых людей в возрасте 23-27 лет.

Результатом исследования стало то, что после проведения тренинга у большинства участников стало заметно развитие навыков делового общения, но не у всех в равной степени. Пять из одиннадцати участников второй группы по своим способностям приблизились к участникам первой подгруппы, но лишь один из четырех участников третьей подгруппы сумел добиться уровня участников второй подгруппы. В любом случае, участникам требуется дальнейшее развитие навыков делового общения, в том числе и для того, чтобы не утратить достигнутого. Так или иначе, всем участникам удалось развить свои коммуникативные навыки.

Таким образом, мы доказали, что с помощью методик развития коммуникативных навыков личности можно преодолеть проблемы в общении и добиться развития коммуникативных навыков личности.

Задачи, поставленные для исследования в работе, были реализованы.

Цели достигнуты.

Список литературы

1. Абакирова Т.П. Коммуникативная структура личности // Психологические механизмы регуляции активности личности: Сб. науч. трудов. - Новосибирск: Изд-во НГПУ, 2011. - 4.1. - С.3-12.

. Абакирова Т.П. Социально-психологические факторы формирования коммуникативных свойств личности: Дис. канд. психол. наук. Новосибирск, 2010. - 191 с.

. Абульханова-Славская К.А. Деятельность в психологии личности. - М., 2010. - 334 с.

. Батаршев А.В. Психодиагностика способности к общению, или Как определить организаторские и коммуникативные качества личности. -М.: Туманит.изд. центр ВЛАДОС, 2009. 176 с.

. Белинская Е.П., Тихомандрицкая О.А. Социальная психология личности. М.: Аспект Пресс, 2011. - 301 с.

. Берхин Н.Б. К проблеме развития процесса познания людьми друг друга // Теоретические и прикладные проблемы психологии познания людьми друг друга. М., 2009. - С. 12-14.

. Бодалев А.А. Психология общения. Избранные психологические труды. 3-изд., перераб. и допол. М.: Издательство Московского психолого-социального института; Воронеж: Издательство НПО «МОДЭК», 2012. - 320 с.

. Бодалев А.А. Психология общения. Избранные психологические труды. 3-изд., перераб. и допол. М.: Издательство Московского психолого-социального института; Воронеж: Издательство НПО «МОДЭК», 2012. - 320 с.

. Васюра С.А. Психология коммуникативной активности. Ижевск: Изд.дом «Удмуртский университет», 2010. - 82 с.

. Вачков И.В. Основы технологии группового тренинга. М.: Издательство «Ось-89», 2009. - 175 с.

. Волошина Т.А. Психологические механизмы повышения уровня активности общения: Дис. канд. психол. наук. Новосибирск, 2010. - 144 с.

. Гвасалия Т. С. Природа и механизмы формирования и развития коммуникативных способностей личности: социально-философский анализ: Автореф. дис. канд. филос. наук. Пятигорск, 2009. - 27 с.

. Гиппенрейтер Ю. Б. Введение в общую психологию. Курс лекций. - М.: «ЧеРо», при участии издательства «Юрайт», 2012. 336 с.

. Голубева Э.А. Способности и индивидуальность. М.: Прометей, 2010. - 304 с.

. Дранков B.JI., Дранков А.В. О природе коммуникативных способностей // Психология производству и воспитанию. - М., 2007. - С. 239-242.

. Дружинин В.Н. Психология общих способностей. СПб.: Питер Ком, 2009. -368 с.

. Жемчугова Л.В. Факторный анализ динамических качеств активности общительности // Вопросы психофизиологии активности и саморегуляции личности. Сб. науч. тр. Свердловск, 2009. - С. 34-39.

. Жуков Ю.М. Коммуникативный тренинг. М.: Гардарики, 2010. - 223с.

. Жуков Ю.М., Петровская Л.А., Растянников П.В. Диагностика и развитие компетентности в общении: Практическое пособие. Киров: ЭННОМ, 2011.- 94 с.

. Кабрин В.И. Транскоммуникация и личностное развитие. Томск: Изд-во Томского университета, 2012. - 255 с.

. Кадыров Б.Р. Уровень активации и некоторые динамические характеристики психической активности // Вопросы психологии, 2010, №4. -С.133-138

. Кан-Калик В.А. Педагогическая деятельность как творческий процесс: исследование субъективно-эмоциональной сферы творческого процесса педагога. Грозный: Чеч.-Инг. кн. изд-во, 2011. - 286 с.

. Кидрон А.А. Коммуникативная способность и ее совершенствование: Автореф. дис. канд. психол. наук. М., 2011. - 19 с.

. Лабунская В.А., Менджерицкая Ю.А., Бреус Е.Д. Психология затрудненного общения: Теория. Методы. Диагностика. Коррекция. М.: Издательский центр «Академия», 2011. - 288 с.

. Лейтес Н.С. На пути к изучению самых общих предпосылок способностей // Проблемы дифференциальной психофизиологии. М.: Педагогика, 2012. - Т.7. - С. 223-231.

. Леонтьев А.А. Психология общения. М.: Смысл, 2007. - 364 с.

. Максимова Р.А. Коммуникативный потенциал человека и его влияние на разные стороны его жизнедеятельности: Автореф. дис. канд. психол. наук. - М., 2011.-30 с.

. Парыгин Б.Д. Анатомия общения. СПб.: Изд-во Михайлова В.А., 2009. - 301 с.

. Парыгин Б.Д. Социальная психология. СПб.: СПбГУП, 2009. - 616 с.

. Чанышева Г.Г. Формирование и развитие коммуникативных способностей будущих юристов: Дис. д-ра пед. наук. Казань, 2009. - 522 с.