

**Развитие коммуникативных умений подростков посредством тренинга актерского мастерства**

**Научный руководитель – Куницына Ирина Анатольевна**

*Малиновская Алёна Игоревна*

*Студент (бакалавр)*

Ленинградский государственный университет имени А.С. Пушкина, Санкт-Петербург,  
Россия

*E-mail: i-kunitsyna@yandex.ru*

Одной из проблем подрастающего поколения является недостаток живого общения. В связи с этим у многих подростков наблюдаются затруднения с формулированием своей мысли, обоснованием своей точки зрения, построением диалога, поддержанием беседы и т.д. Низкий уровень коммуникативного развития отрицательно влияет на учебную деятельность и на психическое развитие подростка в целом.

Коммуникативные умения - это умения, связанные с правильным выстраиванием своего поведения, пониманием психологии человека: умение выбрать нужную интонацию, жесты, умение разбираться в других людях, умение сопереживать собеседнику, поставить себя на его место, предугадать реакцию собеседника, выбирать по отношению к каждому из собеседников наиболее правильный способ обращения [2].

Большинство отечественных ученых отмечают, что коммуникативные умения представляют собой комплекс осознанных коммуникативных действий, которые формируются в процессе общения [1].

В настоящее время изучение возможностей применения разных методов для развития коммуникативных умений подростков является весьма актуальным. В 2020-21 учебном году было проведено экспериментальное исследование с целью разработки и оценки эффективности программы развития коммуникативных умений подростков посредством тренинга актерского мастерства. Исследование проводилось в Ленинградской области на базе центра детского творчества. В нём приняли участие 50 подростков в возрасте 15 - 18 лет, из них 18 юношей и 32 девушки.

Психологическая диагностика коммуникативных умений подростков проводилась с помощью методик: «Коммуникативные и организаторские склонности» (В.В. Синявский и В.А. Федорошин), «Методика диагностики уровня эмпатических способностей» (В.В. Бойко), шкала «Техника общения» (Н.Д. Творогова).

В связи тем, что в исследовании принимали участие девочки и мальчики, был проведен сравнительный анализ результатов диагностики для выявления особенностей изучаемых характеристик у представителей разного пола. Было установлено, что у мальчиков и девочек подросткового возраста существенно различаются значения показателя умения понимать чувства и намерения другого человека ( $p < 0,05$ ). У девочек уровень сформированности данного умения выше, чем у мальчиков. Выявленные различия были учтены при проведении тренинговых занятий.

В ходе проведения исследования также возникло предположение о связи коммуникативных умений с самооценкой и самоотношением подростков. Для его проверки были дополнительно проведены методики: методика измерения самооценки (Дембо - Рубинштейн) и методика исследования самоотношения (С.Р. Пантелеев). Корреляционный анализ данных показал, что существует значимая положительная корреляционная связь значений показателей коммуникативных умений и показателей самоотношения, самооценки подростков. Следовательно, чем выше уровень коммуникативных умений подростка, то есть

чем легче он устанавливает социальные связи и чем легче ему представить себя в коллективе, тем выше его самооценка. И наоборот, чем выше самооценка, тем большую смелость проявляет подросток в общении. Поэтому в процессе развития коммуникативных умений следует обращать внимание на развитие самооценки.

По результатам изучения коммуникативных умений испытуемые были распределены на две группы: экспериментальная - 25 человек (15 девушек и 10 юношей), и контрольная - 25 человек (17 девушек и 8 юношей). До проведения развивающих занятий был проведен сравнительный анализ значений показателей коммуникативных умений у испытуемых контрольной и экспериментальной групп. Значимые различия выявлены не были.

Для развития коммуникативных умений подростков был использован тренинг актёрского мастерства. В его основе лежит развитие способности наблюдать, вникать в суть объектов, понимать их свойства и характеристики [3]. Программа развития коммуникативных умений подростков посредством тренинга актерского мастерства включала разнообразные упражнения на перевоплощение и творческое воображение. Подростки учились общаться, слышать друг друга, взаимодействовать в коллективе и проявлять себя. Программа включала в себя 3 этапа (ориентировочный, основной и заключительный) и состояла из 10 занятий. Занятия проводились 2 раза в неделю по 2 часа.

После проведения занятий, направленных на развитие коммуникативных умений у подростков посредством тренингов актерского мастерства, в экспериментальной группе существенно повысились значения показателей коммуникативных и организаторских склонностей, эмпатических способностей, умения начать разговор, длительное время вести разговор, понимать чувства и намерения другого, воздержаться от категорических суждений, выслушать собеседника, точно и ясно высказать свои мысли и др.

В процессе участия в тренинге значения показателей самоотношения и самооценки у подростков существенно не изменились. Вероятно, для изменения данных показателей требуется большее количество времени. Однако, по отзывам родителей и педагогов, ребята стали более уверены в себе. Полученные данные свидетельствуют о том, что разработанная программа эффективна. Тренинги актерского мастерства могут быть использованы в общеобразовательных организациях и учреждениях дополнительного образования с целью развития коммуникативных умений подростков.

## ЛИТЕРАТУРА

1. Андреева Г. М. Социальная психология. М.: Аспект Пресс, 2017.
2. Мудрик А.В. Общение в процессе воспитания. М.: Пед. о-во России, 2001.
3. Станиславский К.С. Собрание сочинений в восьми томах. Том 1. Моя жизнь в искусстве. -М.: Искусство, 1988.