

МИНОБРНАУКИ РОССИИ
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«САРАТОВСКИЙ НАЦИОНАЛЬНЫЙ ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКИЙ
ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ
ИМЕНИ Н.Г.ЧЕРНЫШЕВСКОГО»
БАЛАШОВСКИЙ ИНСТИТУТ (ФИЛИАЛ)

Кафедра педагогики и психологии

ВЗАИМОСВЯЗЬ УРОВНЯ ЗАСТЕНЧИВОСТИ И
КОММУНИКАТИВНЫХ СПОСОБНОСТЕЙ В ПОДРОСТКОВОМ
ВОЗРАСТЕ

АВТОРЕФЕРАТ БАКАЛАВРОВСКОЙ РАБОТЫ

студента 4 курса 341 группы
направления подготовки 44.03.02 «Психолого-педагогическое образование»,
профиля «Практическая психология образования»,
психолого-педагогического факультета
Огнева Константина Дмитриевича

Научный руководитель
доцент кафедры психологии
кандидат психологических наук,
доцент _____ С. В. Матвеева
(подпись, дата)

Зав. кафедрой педагогики и психологии
кандидат психологических наук,
доцент _____ О. В. Карина
(подпись, дата)

Балашов 2025

ВВЕДЕНИЕ

Актуальность исследования заключается в том, что подростковый возраст считается самым ответственным периодом, поскольку здесь складываются основы нравственности, формируются социальные установки, отношения к себе, людям, к обществу. Кроме того, происходящие перемены в данном возрасте влекут за собой целый ряд существенных проблем, как для подростка, так и для его ближайшего окружения. Они могут стать первопричиной закомплексованности, неуверенности в себе, замкнутости, стеснительности, застенчивости. Закомплексованному и стеснительному подростку сложнее найти общий язык со своими сверстниками, сложнее делать выбор и принимать самостоятельные решения. Они предпочитают общение с людьми младшего возраста, и даже зачастую избегают возможных коммуникаций и дружеских отношений с другими людьми, замыкаются в себе и закрываются от внешнего мира.

Подростковый период также является критическим временем для совершенствования коммуникативных навыков, поскольку подростки сталкиваются с новыми социальными ситуациями и вызовами. Так как в подростковом возрасте коммуникативная деятельность является ведущей деятельностью, несформированность или низкий уровень развития коммуникативных навыков существенно затрудняет личностное развитие подростка, его реализацию в учебной деятельности, среди сверстников и в обществе в целом.

Также в средних и старших классах общение подростков превращается в самостоятельный вид деятельности, занимающий достаточно много времени и выполняющий важную жизненную роль.

Цель исследования: изучить уровень застенчивости и коммуникативные способности подростков.

Объект исследования: уровень застенчивости и коммуникативные способности подростков.

Предмет исследования: взаимосвязь уровня застенчивости и коммуникативных способностей в подростковом возрасте.

Гипотеза исследования: существует взаимосвязь между уровнем застенчивости и коммуникативными способностями в подростковом возрасте.

Задачи исследования:

1. Рассмотреть содержание понятия «коммуникативные способности» и их особенности проявления в подростковом возрасте.
2. Дать психологическую характеристику уровням застенчивости подростков.
3. Исследовать взаимосвязь уровня застенчивости и коммуникативных способностей подростков.
4. Проанализировать результаты проведенного исследования.
5. На основе проведенного исследования разработать рекомендательную программу для подростков с низкими уровнем коммуникативных способностей и общительности.

Методы исследования:

1. Анализ и обобщение данных научно литературы по проблеме исследования.
2. Эмпирические методы исследования (опрос, тестирование).
3. Математико-статистические методы обработки эмпирических (метод ранговой корреляции Спирмена).

Методики исследования:

1. Методика «Диагностика застенчивости» (К. С. Чечулиной).
2. Методика «Оценка коммуникативных и организаторских способностей личности» (В. Синявского и Б. А. Федоришина).

Теоретическая значимость исследования: заключается в систематизировании учебного и научного материала по теме исследования, что позволит пониманию психологических аспектов застенчивости и коммуникативных способностей подростков.

Практическая значимость исследования: результаты исследования

могут быть использованы педагогами-психологами в процессе взаимодействия, консультирования и коррекционной работы с обучающимися старшей школы по проблеме их взаимодействия в социуме и определения их понимания успешности и реализации в жизни. Также, на основе полученных данных была разработана рекомендательная программа тренинговых занятий для подростков с низкими уровнем коммуникативных способностей и высоким уровнем застенчивости, которая может использоваться в работе с такими подростками.

Выборка испытуемых: В исследовании принимали участие 17 подростков в возрасте от 14 до 15 лет.

База исследования: Исследование проводилось на базе муниципального бюджетного образовательного учреждения — средняя общеобразовательная школа №1 г. Аркадака Саратовской области.

ОСНОВНОЕ СОДЕРЖАНИЕ РАБОТЫ

В первой главе нашего исследования представлена проблема влияние застенчивости на развитие коммуникативных навыков в подростковом возрасте.

Застенчивость в подростковом возрасте — сложное и многогранное явление, обусловленное как внутренними психологическими трудностями, так и влиянием внешних факторов. Она может проявляться в виде неуверенности в себе, тревожности в ситуациях общения, страха перед оценкой и критикой. Подростки, склонные к застенчивости, часто испытывают эмоциональные трудности — повышенную тревожность, склонность к депрессии, низкую самооценку. Важно отметить, что застенчивость может иметь разные формы, включая патологические, и в таких случаях требует особого внимания и поддержки со стороны взрослых.

В подростковом возрасте коммуникативная деятельность становится ведущей. Уровень развития коммуникативных способностей напрямую влияет на личностное становление подростка, его успешность в учебе, способность выстраивать отношения со сверстниками и интеграцию в общество в целом. В средних классах общение превращается в самостоятельную и значимую сферу

жизни подростка, занимая большое количество времени и выполняя важную психологическую и социальную функцию.

Период подросткового возраста характеризуется осознанием собственной взрослости: подросток начинает понимать, что он уже не ребёнок. Он замечает существенные изменения в своём физическом и половом развитии, ощущает внутреннюю потребность к социальной активности и стремление принимать участие в общественно значимых делах — как в семье, так и в школе.

Именно в этот возрастной период формируется основа межличностных отношений, которая в дальнейшем будет играть ключевую роль в построении общения и взаимодействия с окружающими людьми на протяжении всей жизни.

Во второй главе нашего исследования нами был исследован уровень коммуникативных и организаторских склонностей и уровень застенчивости в подростковом возрасте.

Рассмотрим результаты исследования, полученные при проведении методики «Оценка коммуникативных и организаторских способностей личности» (В. Синявского и Б. А. Федоришина). Данные по первой шкале

«Шкала оценки коммуникативных склонностей» представлены в таблице 1.

Таблица 1 — Результаты по шкале «Оценка коммуникативных склонностей» (методика В. Синявского и Б. А. Федоришина)

Количество человек	Уровень коммуникативных склонностей
2	Ниже среднего
7	Средний
7	Высокий
1	Очень высокий

По данным исследования, представленным в таблицы 1:

— У 2 человек уровень коммуникативных способностей ниже среднего, что составляет 11.76 %. Подростки с уровнем коммуникативных способностей ниже среднего характеризуются избеганием к общению, чувствуют себя скованно в новой компании, коллективе, предпочитают проводить время

наедине с собой.

— У 7 человек средний уровень коммуникативных склонностей, эти подростки характеризуются стремлением к контактам с людьми, не ограничивают круг своих знакомств, отстаивают свое мнение, планируют свою работу.

— У 7 человек высокий уровень коммуникативных склонностей, подростки с высоким уровнем коммуникативных склонностей зачастую не теряются в новой обстановке, быстро находят друзей.

— У 1 человека очень высокий уровень коммуникативных склонностей, подростки с очень высоким уровнем коммуникативных склонностей зачастую испытывают потребность в коммуникативной и организаторской деятельности и активно стремятся к ней.

Далее рассмотрим данные по второй шкале «Шкала оценки организаторских склонностей», представленных в таблице 2.

Таблица 2 — Результаты по шкале «Оценка организаторских склонностей» (методика В. Синявского и Б. А. Федоришина)

Количество человек	Уровень организаторских способностей
2	Ниже среднего
7	Средний
7	Высокий
1	Очень высокий

По данным исследования, представленным в таблицы 2:

— У 2 человек уровень организаторских способностей ниже среднего, что составляет 11.76 %. Подростки с уровнем организаторских способностей ниже среднего характеризуются избеганием к общению, чувствуют себя скованно в новой компании, коллективе, предпочитают проводить время наедине с собой.

— У 7 человек средний уровень организаторских способностей, эти подростки характеризуются стремление к контактам с людьми, не

ограничивают круг своих знакомств, отстаивают свое мнение, планируют свою работу.

— У 7 человек высокий уровень организаторских способностей, подростки с высоким уровнем организаторских способностей зачастую не теряются в новой обстановке, быстро находят друзей.

— У 1 человека очень высокий уровень организаторских способностей, подростки с очень высоким уровнем организаторских способностей зачастую испытывают потребность в коммуникативной и организаторской деятельности и активно стремятся к ней.

В результате обработки данных проведенной методики мы видим, что у подростков преобладает высокий и средний уровень коммуникативных и организаторских способностей (7 человек — высокий (41%) и 7 человек — средний (41%)), когда ниже среднего и низкий уровень общения встречается только у двоих человек, что составляет 12%, а очень высокий уровень коммуникативных и организаторских способностей представлен только у одного человека, что составляет 6%. Данный факт говорит о большой доли людей в коллективе, которые имеют высокий уровень коммуникативных и организаторских способностей.

Рассмотрим результаты исследования, полученные при проведении методики «Диагностика застенчивости» (К. С. Чечулиной).

По данным исследования:

— У 2 человек высокий уровень выраженности застенчивости. Подростки с высоким уровнем застенчивости характеризуются избеганием общения в группах, предпочитая общаться только с самыми близкими друзьями или вообще оставаться в одиночестве.

— У 4 человек средний уровень выраженности застенчивости, эти подростки характеризуются неуверенностью в себе, смущением в общении, молчаливостью, могут испытывать дискомфорт при участии в публичных мероприятиях, страх оценки со стороны.

— У остальных 11 человек низкий уровень выраженности застенчивости,

подростки с низким уровнем выраженности застенчивости зачастую характеризуются открытостью к окружающим, общительностью, уверенностью в себе.

Для наглядности результаты исследования, полученные при проведении методики «Диагностика застенчивости» (К. С. Чечулиной), показаны на рисунке 2.

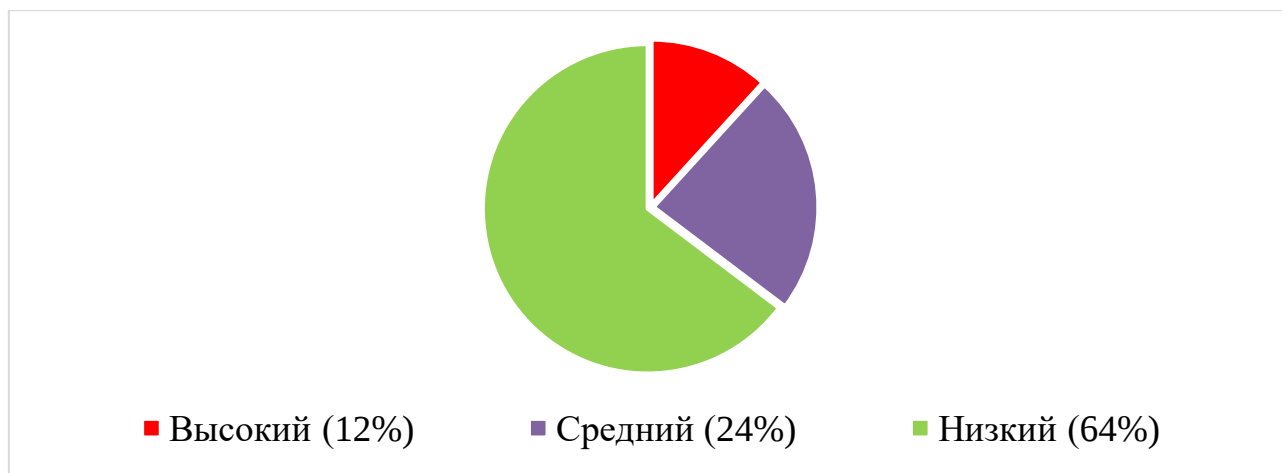


Рисунок 1 — Результаты исследования, полученные при проведении методики «Диагностика застенчивости» (К. С. Чечулиной).

В результате обработки данных проведенной методики мы видим, что у подростков преобладает низкий уровень выраженности застенчивости (64%), когда средний и высокий уровень выраженности застенчивости имеет меньше половины от всего количества участников (средний — 24% и высокий — 12%). Данный факт говорит о большой доли людей в коллективе, которые имеют низкий уровень выраженности застенчивости.

Также, для того, чтобы понять взаимосвязь между уровнем застенчивости и коммуникативными способностями в подростковом возрасте, мы обработали данные с помощью метода математической статистики подсчета корреляционного анализа Спирмена, и получили следующие данные. Выявлена отрицательная статистически значимая корреляция между показателями «Выраженность застенчивости» и показателями «Шкала оценки коммуникативных склонностей» ($r_s = -0,807$, при $p \leq 0,01$), иначе говоря подростки с высоким уровнем застенчивости, то есть избегающие общения в группах, предпочитающие

оставаться в одиночестве, чувствующие себя неуютно при общении с новыми людьми, не могут поддержать разговор и испытывают трудности в выражении своих мыслей, обладают низким уровнем развитости коммуникативных способностей.

Выявлена отрицательная статистически значимая корреляция между показателями «Выраженность застенчивости» и показателями «Шкала оценки организаторских склонностей» ($r_s = -0,813$, при $p \leq 0,01$), иначе говоря инициативные подростки, предпочитающие принимать самостоятельные решения, отстаивающие свое мнение, добивающиеся внимания товарищей и любящие организовывать различные мероприятия, обладают низким уровнем застенчивости.

Для развития коммуникативных способностей и снижения уровня застенчивости был разработан тренинг, направленный на совершенствование коммуникативных навыков, повышения уровня коммуникативных способностей, выстраивание позитивных межличностных отношений, повышение уровня самооценки. Задачами тренинга являются: 1) создание условий для сплочения группы; 2) организация опыта группового взаимодействия; 3) помощь в раскрытии положительных коммуникативных и личностных качеств друг друга. Тренинг включает в себя подготовительный этап, основной этап, заключительный этап.

Подготовительный этап работы состоит в проведении первичной диагностики подростка.

На основном этапе идет работа на реализацию поставленных целей и задач.

Заключительный этап включает проведение выходной диагностики, подведение итогов, анализ эффективности программы.

Заключение

Теоретический анализ проблемы исследования дает возможность сформулировать ряд выводов.

Застенчивость в подростковом возрасте — сложное явление, вызванное

неуверенностью, страхом общения и боязнью критики. Она может приводить к тревожности, депрессии и низкой самооценке, а в некоторых случаях требует поддержки взрослых.

Общение в этом возрасте становится ключевой деятельностью, и если коммуникативные навыки развиты слабо, это затрудняет социализацию, учёбу и личностный рост.

Подростки осознают, что перестают быть детьми: изменения в физическом и половом развитии побуждают их к социальной активности. В этот период формируется основа будущих межличностных отношений, которая будет влиять на поведение человека в обществе всю жизнь.

Исследование проводилось на базе муниципального бюджетного образовательного учреждения — средняя общеобразовательная школа №1 г. Аркадака Саратовской области. В исследовании принимали участие 11 подростков в возрасте от 14 до 16 лет.

Для изучения коммуникативных способностей и межличностных отношений подростков в классе мы применяли следующие методики: Методика диагностики застенчивости (К. С. Чечулиной), Методика оценки коммуникативных и организаторских способностей личности (В. Синявского и Б. А. Федоришина).

Исследование проводилось в несколько этапов: 1 этап — исследование коммуникативных способностей подростков; 2 этап — исследование уровня застенчивости подростков; 3 этап — исследование взаимосвязи между уровнем застенчивости и коммуникативными способностями подростков.

После проведения методик и интерпретации полученных данных, выяснилось, что низкий уровень застенчивости соответствует высокому уровню развития организаторских способностей, а высокий уровень застенчивости соответствует низкому уровню развития организаторских способностей; низкий уровень застенчивости соответствует высокому уровню развития коммуникативных способностей, а высокий уровень застенчивости соответствует низкому уровню развития коммуникативных способностей.

Полученные результаты были проверены с помощью методов математической статистики Ч. Э. Спирмена, в результате которой была выявлена отрицательная статистически значимая корреляция между показателями уровня застенчивости и коммуникативными способностями подростков.

Также на основе проведенного исследования была разработана рекомендательная программа тренинговых занятий для подростков с низкими уровнем коммуникативных способностей и высоким уровнем застенчивости.

Таким образом, цель исследования достигнута, задачи выполнены, гипотеза нашего исследования нашла свое подтверждение.