

Светлана Владимировна Истомина
г. Шадринск

Развитие коммуникативных умений у подростков посредством тренинговой работы

В статье показана актуальность психологической работы по развитию коммуникативной компетентности обучающихся подросткового возраста. Описаны результаты констатирующего эксперимента, а также особенности реализации программы развития коммуникативных умений подростков в ходе тренинговой работы. Автором представлен качественный и количественный анализ данных контрольного эксперимента, раскрывающий эффективность психологической работы.

Ключевые слова: общение, коммуникативные умения, подростки, тренинговая работа.

Svetlana Vladimirovna Istomina
Shadrinsk

Development of adolescents' communication skills through training work

The article shows the relevance of psychological work on the development of students' communicative competence of adolescent age. The results of the ascertaining experiment are described as well as the features of the implementation of the program for the development of adolescents' communication skills during the training work. The author presents a qualitative and quantitative analysis of the control experiment data, revealing the effectiveness of psychological work.

Keywords: communication, communication skills, teenagers, training work.

Как известно, большую часть времени в своей жизни человек слушает и говорит. Вступая во взаимоотношения с окружающими людьми, он сообщает информацию о себе, взамен получает интересующие для себя сведения, посредством анализа которых планирует свою деятельность в социуме. Эффективность обмена информацией зависит от развития коммуникативных умений.

Необходимость в общении – одна из основных потребностей подросткового возраста. Следует отметить, что с рождения ребенок приобретает знания и умения, которые он использует при коммуникации. К подростковому возрасту в силу разного воспитания, а также имеющегося опыта не все дети обладают достаточными знаниями в области межличностного общения. Для того, чтобы уметь налаживать взаимоотношения с окружающими подросток должен овладеть умениями, способствующими коммуникации, уметь слушать другого человека и воспринимать его как личность, уметь адекватно реагировать, а если необходимо оказывать влияние, давать возможность самовыражения, уметь разрешать конфликты, уметь сопереживать, адекватно оценивать себя и других, регулировать свое эмоциональное состояние, владеть невербальными средствами общения (поза, мимика, жесты, телодвижения). Актуальность нашего исследования заключается в важности развития коммуникативных умений у подростков, поскольку именно в подростковом возрасте закладывается фундамент будущей жизни, и от того насколько подросток умеет выстраивать отношения с окружающими людьми зависит его удовлетворенность жизнью в будущем.

Общение представляет собой сложный и многогранный процесс, который может одновременно выступать как процесс взаимодействия индивидов, как отношение людей

друг к другу, как процесс их взаимовлияния, сопереживания, взаимопонимания. В целом, как один из основных факторов человеческой жизнедеятельности [3].

К настоящему времени накоплен определенный опыт к сущности такого понятия как «коммуникативные умения», что связано с постоянно растущим интересом науки и общества к данной проблеме. Рассмотрим основные подходы к определению этого термина. Так, Л.Б. Абдулина определяет коммуникативные умения как «владение конструктивными способами и средствами взаимодействия с окружающими людьми; умение общаться и посредством общения успешно решать возникающие игровые, познавательные, бытовые и творческие задачи» [1].

Согласно мнению Г.М. Андреевой коммуникативные умения – это комплекс осознанных коммуникативных действий, основанных на высокой теоретической и практической подготовленности личности, позволяющий творчески использовать знания для отражения и преобразования действительности. В своей классификации автор выделяет три группы умений, каждая из которых соответствует одной из трех сторон общения: коммуникативной, перцептивной и интерактивной. В первую группу умений включены все аспекты коммуникационной стороны общения. Сюда относятся: цели, мотивы, средства и стимулы общения, умения четко излагать мысли, аргументировать, анализировать высказывания. Другая группа соответствует перцептивной стороне общения и включает такие понятия как: эмпатия, рефлексия, саморефлексия, умение слушать и слышать, правильно интерпретировать информацию, понимать подтексты. Третья группа – интерактивная сторона общения: понятие о соотношении рационального и эмоционального факторов в общении,

самоорганизация общения, умение проводить беседу, увлечь за собой, сформулировать требование, умение поощрять, наказывать, общаться в конфликтных ситуациях [2].

Как известно, нельзя обучить подростков общению, не включив их во взаимодействие друг с другом, не обусловив речевое действие и поведение какой-то другой деятельностью; не уточнив ситуацию общения, не создав потребности и мотивации у каждого ребенка вступить в него. Так, групповая работа является одна из самых продуктивных форм организации сотрудничества детей. Как считает Т.М. Уфимцева, групповая деятельность – это «организованное взаимодействие двух или более индивидов как совокупного субъекта с миром, объединенных единой целью и совместными усилиями по ее достижению» [4].

В нашем исследовании групповая работа реализована в форме тренинговых занятий. С помощью специально выстроенной системы психологических упражнений и игр, у подростков появляется возможность увидеть себя со стороны, свои проблемы глазами других людей, безопасно для себя примерять много новых ролей, приобретать необходимые навыки и умения в общении, которые не удалось получить ранее, освоить новые формы поведения. Кроме того, групповая работа обеспечивает появление между подростками дружеских отношений, они получают эмоциональную и содержательную поддержку, учатся правильно и вежливо общаться (развивают диалогическую и монологическую речь), появляется чувство безопасности, и даже самые застенчивые и тревожные дети преодолевают страх и включаются в совместную работу.

Таким образом, благодаря групповой работе подростки могут ощутить себя причастными к другим людям, отметить свою значимость в коллективе, научиться устанавливать контакты в процессе деятельности, суметь договориться друг с другом, формулировать свои мысли правильно, для более четкой подачи их другим сверстникам. Они учатся сопереживать, слышать и слушать друг друга. Кроме того, посредством групповой работы подростки учатся конструктивно решать конфликтные ситуации. Все это благоприятно влияет на развитие коммуникативных умений.

В нашем исследовании приняли участие 50 учащихся 7-х классов МБОУ «Лицей №1» г. Шадринска Курганской области в возрасте 13-14 лет, из них 27 девочек и 23 мальчика. Мы использовали следующие методики: методика «Тест коммуникативных умений» Л. Михельсона (адаптация Ю.З. Гильбуха), методика оценки уровня общительности В.Ф. Ряховского, тест «Умеете ли вы слушать?» И. Атватера.

Констатирующий эксперимент показал, что большая часть обучающихся обладают средним уровнем общительности. Такие подростки стремятся к контактам с людьми, не ограничивают

круг своих знакомств, отстаивают свое мнение, не теряются в новой обстановке, быстро находят друзей, постоянно стремятся расширить круг своих знакомств, проявляют инициативу в общении. Незначительное количество подростков обладают высоким уровнем общительности.

«Тест коммуникативных умений» Л. Михельсона показал, что у подростков не сформировано умение сопереживать, сочувствовать, реагировать на справедливую и не справедливую критику, выражать положительные чувства и оценки по отношению к ним, принимать мнение другого, умение вступать в контакт с другими людьми, слушать.

По результатам проведения теста «Умеете ли вы слушать?» И. Атватера было выявлено, что большинство учащихся имеют низкий уровень умения слушать. Для таких учащихся характерно: перебивание говорящего, игнорирование, раздражение манер партнера по общению, пренебрежение и ирония.

Проведенное исследование показало необходимость разработки и апробации программы по развитию коммуникативных умений у обучающихся подросткового возраста. Цель программы должна быть реализована посредством ряда задач: повышение уровня общительности; формирование умения слушать; формирование умения сопереживания, сочувствия; формирование умения взаимодействовать с членами коллектива; формирование умения принимать мнение другого; формирование умения понимать другого.

Программа из двадцати пяти занятий построена на основе общепринятых психолого-педагогических принципах: принцип единства диагностики и коррекции, принцип нормативности развития, деятельностный принцип, принцип системности развития, принцип комплексности методов психологического воздействия, принцип учета эмоциональной окрашенности материала.

Критерии отбора в экспериментальную группу: низкий уровень коммуникабельности, умения слушать, умения сопереживания, сочувствия, умения взаимодействовать с членами коллектива, умения принимать мнение другого, умения понимать другого.

Развивающее воздействие осуществляется с помощью следующих механизмов:

1) Сообщение информации: в ходе групповой работы учащиеся должны получить сведения о важности развития коммуникативных умений, которые являются необходимым условием эффективного общения (беседа «О важности общения в нашей жизни», беседа «Эмпатия», беседа «Невербальное общение»).

2) Механизм развития техники межличностного общения: подростки учатся культуре общения (умение обратиться с просьбой, принимать и оказывать сочувствие, правильно реагировать на критику и т.п.). («Дар убеждения»,

«Настойчивость-сопротивление», «Откажись по-разному», «Карусель»).

3) Имитационное поведение: учащиеся обучаются конструктивным способам поведения в различных ситуациях за счет подражания более успешным членам группы, а также самого педагога – психолога («Я-высказывание», «Претензия – ответ – мир», «Скажи нет»).

4) Рефлексия: актуализация самосознания учащегося, осмысление им собственной коммуникативной деятельности, она выступает и как самоотражение, и как умение смотреть на себя глазами партнеров по коммуникации, становиться на их позиции, объективно оценивая себя, намечать пути самосовершенствования, самокоррекции, создавать «образ Я» («Ситуация в автобусе», «На кого я похож»).

5) Механизм интерперсонального влияния позволяет участникам узнавать мнение окружающих о своей манере поведения, о чувствах, которые испытывают люди, вступающие с ним в контакт («Как меня видят другие», «Листки за спиной», «Горячий стул», «Мой сосед слева»).

Условия развивающей работы: активность всех 15 участников; оптимальный режим учебных нагрузок; соблюдение комфортного психоэмоционального состояния; интенсивность частоты встреч (занятия проводятся не реже 2 раз в неделю); наличие необходимого оборудования; проведение занятий в специально организованном пространстве.

Методы тренинговой работы, используемые в работе:

– игровые методы: использование ситуационно-ролевых, организационно-деятельностных игр, как способов преодоления скованности и напряженности участников («Ролевая игра – на приеме у психолога», «На спине», «Разговор через стекло», «Сглаживание конфликтов»);

– групповая дискуссия: совместное обсуждение вопросов, связанных с основной темой занятия, что способствует развитию умения высказывать собственное мнение и аргументировать его (беседа «О важности общения в нашей жизни», беседа «Невербальное общение», беседа «Эмпатия»);

– психогимнастика: метод, при котором участники проявляют себя и общаются без помощи слов, позволяет лучше понимать себя и других, развивает такие чувства как сопереживание и взаимопонимание, нацеливает подростка на самораскрытие («Говорящие жесты», «Подарок», «Глухой смайл»);

– мозговой штурм: способ решения вопросов, основанный на стимулировании творческой активности группы участников. Поскольку использование данного метода предполагает не только высказывание своей точки зрения, но активное слушание, что способствует развитию навыков успешной коммуникации;

– релаксационные упражнения: система приемов, целью которых является мышечное расслабление, выплеск негативных эмоций и связанное с этим внутреннее состояние покоя («Звуки моря», «Разгладим море», «Водопад», «Звуки дождя»);

– моделирование ситуаций: метод, который позволяет проанализировать проблемную ситуацию, разобраться в сути проблемы и предложить возможные способы решения («Ситуации сочувствия», «Ситуация в автобусе», «Антивремя»).

Установочный этап включал знакомство с участниками группы, установление доверительных отношений; предполагалось создание положительного настроения на дальнейшую работу. Каждое занятие начиналось с упражнений, которые создавали положительный эмоциональный фон и настраивали ребят на работу. Так, для знакомства с ребятами было проведено упражнение «Имя-факт». Подросткам предлагалось назвать свое имя и 3 факта о себе, один из которых являлся ложным. Задача других – угадать какой факт неверный. Хочется отметить, что упражнение ребята выполняли с удовольствием, никто не отказывался.

Для создания благоприятной атмосферы и сплочения группы так же были проведены упражнения «Построение круга», «Дом», «Подарок». В упражнении «Построение круга» ребятам предлагалось закрыть глаза и хаотично перемещаться по кабинету, по условному сигналу (хлопку) все останавливаются в тех положениях, где их застал сигнал, после чего пытаются встать в круг, не открывая глаз и не переговариваясь, можно только трогать друг друга руками. По второму условному сигналу участники открывают глаза. Такое двигательное упражнение помогало сбросить эмоциональное напряжение и сплотить группу.

Кроме того, на данном этапе совместно с ребятами были выработаны правила, которых они придерживались на последующих занятиях. Каждое занятие заканчивалось рефлексией. На первых этапах у подростков возникали затруднения, поскольку им было сложно рассказывать о своих эмоциях открыто в группе, но со временем все раскрепостились и активно участвовали в обсуждении.

Занятия *основного этапа* были разделены на 3 блока и включал 13 занятий. Первый блок включал такие занятия как: «Горячий стул», «Я в своих глазах, я в глазах окружающих», «Как меня видят другие» и др. В процессе проведения беседы на тему «Самооценка» раскрылся такой механизм как сообщения информации.

В упражнении «Я в своих глазах, я в глазах окружающих» актуализировался механизм интерперсонального влияния. Суть упражнения заключалась в том, что участникам группы предлагалось составить два кратких личностных описания: описание того, каким видит себя сам

подросток и описание того, каким, по его мнению, его видят окружающие. Каждое самоописание зачитывается вслух, и участники должны отгадать, кому оно принадлежит. Затем автор заявляет о себе, читает второе свое описание (описание того, каким, по его мнению, его видят окружающие) и получает после этого обратную связь от участников группы. В ходе выполнения упражнения ребята столкнулись с трудностью в том, что они не знают, что о себе думают, какими они себя видят. Одна девочка не смогла сказать о себе что-то хорошее и заплакала, но ребята поддержали ее и сказали много добрых и приятных слов в ее адрес.

Упражнение «Горячий стул» направлено на раскрытие механизмов интперсонального влияния и рефлексии. Упражнение заключалось в следующем: ребятам предлагалось по очереди сесть на стул, задача остальных ответить на вопрос «Какой он?». Можно было высказать свои впечатления и мнения об этом человеке, сделать комплимент, сказать благодарность, сказать о его положительных или отрицательных качествах либо сказать с кем или чем ассоциируется этот человек и т.д. По началу, подростки отказывались выходить, так как не хотели слышать о себе. Кроме того, ребята очень стеснялись высказывать свои чувства, мнение, думали, что о них плохо подумают и т.д. Но после поддержки ведущего все-таки удалось выполнить это упражнение.

Второй блок был направлен на осознание собственных эмоций и эмоций других людей и включал такие упражнения, как например, «Как вы выражаете свои чувства», «Я-высказывание», «Претензия – ответ – мир» и др. Упражнение «Как вы выражаете свои чувства» раскрывает механизм имитационного поведения. Учащимся предлагается поделится на группы по три человека. Каждому участнику дается карточка с записанными на ней ситуациями. Участникам предлагается описать на бланке, как бы они выразили свои чувства, возникающие в ответ на ту или иную ситуацию. Каждое чувство должно быть выражено двумя способами: с помощью слов и с помощью действия. Трудностей при выполнении упражнений не возникло, ребята активно обсуждали, аргументировали свою позицию, предлагали дополнительные ответы, помимо того, что решила группа.

В упражнение «Я-высказывание» был задействован механизм имитационного поведения, механизм развития техники межличностного общения. Для выполнения упражнения вызывалась пара участников, которым предлагалось вытащить карточку с ситуацией. Один участник пары зачитывает ситуацию, второй дает по ней «Ты-высказывание», происходит обсуждение, что чувствует тот, кому так ответили? Затем происходит тренировка с «Я-высказыванием» с обсуждением чувств, как это слышится партнеру? Есть ли разница с предыдущим вариантом? После

упражнения ребята сделали вывод, что может чувствовать партнер, если высказывание в его адрес будет построено толерантно и наоборот.

Упражнение «Претензия – ответ – мир» раскрыло механизм развития техники межличностного общения, механизм имитационного поведения. Группе предлагалось поделится пополам и образовать два круга, обращённых друг к другу «лицом». Внешнему кругу, каждому участнику, даётся фраза-претензия, который тот по сигналу должен предъявить человеку, сидящему (стоящему) напротив него. И тот, кто должен реагировать, реагирует так, чтобы сгладить ситуацию. По сигналу внешний круг передвигается на одного человека до тех пор, пока в паре не окажутся те, кто с кем начинал. При выполнении упражнения трудности возникли у участников, которые должны были реагировать на претензию, некоторые терялись и не знали, что сказать. В этом случае приходилось им помогать.

Третий блок направлен на развитие основных коммуникативных умений и включал такие упражнения как: «Ролевая игра – на приеме у психолога», «Откажись по-разному», «Ситуация в автобусе», «Ситуации сочувствия» и т.д. В игре «На приеме у психолога» актуализировались следующие механизмы: механизм имитационного поведения, механизм развития техники межличностного общения и механизм интерперсонального влияния. Ребятам предлагалось попробовать себя в роли психолога, на прием к которому пришел клиент. Основная задача успокоить клиента, используя правила активного слушания. Ребятам очень заинтересовало это упражнение, и почти каждый хотел побыть в роли психолога. Те ребята, которые участвовали от лица клиента, рассказали о том, что, даже несмотря на то, что психолог ничего не говорил, он поддерживал его с помощью взгляда, мимики.

В упражнении «Откажись по-разному» были задействованы несколько механизмов: развития техники межличностного общения и имитационного поведения. Суть упражнения в том, что одному из двух участников предлагалось сделать предложение (например: отправиться в тундру, погулять). Задача второго – отказаться на данную просьбу, разными способами: а) отказ – соглашение, б) отказ – обещание, в) отказ – альтернатива, г) отказ – отрицание, д) отказ – конфликт. У ребят возникли в том, какие аргументы привести к тому или иному способу отказа. После приведенных примеров другими ребятами, им удалось все-таки закончить упражнение.

Упражнение «Ситуация в автобусе» направлено на раскрытие механизма рефлексии, интерперсонального влияния, механизма развития техники межличностного общения. Участникам предлагалось вспомнить ситуацию конфликта любого человека с кондуктором автобуса и

проанализировать: по какой причине случился конфликт? Кто являлся провокатором? Как можно было бы избежать конфликта? Ребята активно обсуждали причины конфликта, делали какие-то заметки для себя. После чего пришли к выводу, что любую конфликтную ситуацию можно избежать, главное для этого приложить усилия.

В упражнении «Ситуации сочувствия» раскрыт механизм развития техники межличностного общения, рефлексии и имитационного поведения. Группа делится на 3 подгруппы. Им раздаются ситуации, в которые попали люди. Задача подгруппы – проанализировать ситуацию и выразить свое сочувствие, дать совет, предложить решение проблемы. Ребята самостоятельно поделились на группы, активно обсуждали между собой ситуации, после чего они рассказали об общем решении, которое приняли все вместе. И затем каждый поделился своим мнением и взглядом.

Таким образом, при проведении всего пару занятий был замечен результат. Каждый из

участников группы серьезно относился к выполнению всех упражнений, оказывал поддержку в тех случаях, когда кто-то в ней нуждался, обращался за помощью, если было что-то не понятно.

После реализации развивающей программы нами был проведен *контрольный эксперимент* для оценки эффективности реализованной программы, выявления динамики развития коммуникативных умений в экспериментальной и контрольной группах.

Для подтверждения эффективности разработанной нами программы мы сравнили результаты контрольной и экспериментальной групп до и после эксперимента. Оценка эффективности изменений определялась с помощью критерия углового преобразования Фишера.

Результаты констатирующего и контрольного эксперимента в экспериментальной и контрольной группах по методике «Тест коммуникативных умений» представлены в таблице 1.

Таблица 1

Динамика уровней коммуникативных умений у испытуемых до и после формирующего эксперимента по «Тесту коммуникативных умений»

| Тип реаг. | Эксперимен. группа, % | | значение ϕ^* | Контрольн. группа, % | | значение ϕ^* |
|--|-----------------------|-------|-------------------|----------------------|-------|-------------------|
| | До | После | | До | После | |
| Реагирование на положительное высказывание | | | | | | |
| З | 46,16 | 30,76 | 1.15 | 37 | 33,3 | 0.27 |
| К | 38,46 | 61,54 | 1.68 | 58,3 | 62,5 | 0.3 |
| А | 15,38 | 7,7 | 0.9 | 4,2 | 4,2 | 0 |
| Реагирование на отрицательное высказывание | | | | | | |
| З | 69,23 | 50 | 1.42 | 70,8 | 62,5 | 0.61 |
| К | 3,85 | 34,6 | 3.13 | 25 | 29,2 | 0.33 |
| А | 26,92 | 15,4 | 1.03 | 4,2 | 8,3 | 0.6 |
| Реагирование на обращение с просьбой | | | | | | |
| З | 34,62 | 23,08 | 0.93 | 33,4 | 25 | 0.64 |
| К | 34,62 | 57,7 | 1.69 | 45,8 | 50 | 0.3 |
| А | 30,76 | 19,23 | 0.96 | 20,8 | 25 | 0.35 |
| Ситуации беседы | | | | | | |
| З | 65,38 | 38,5 | 1.9 | 29,2 | 33,3 | 0.3 |
| К | 19,24 | 53,8 | 2.7 | 37,5 | 41,7 | 0.3 |
| А | 15,38 | 7,7 | 0.9 | 33,3 | 25 | 0.63 |
| Проявление эмпатии | | | | | | |
| З | 42,3 | 26,9 | 1.2 | 54,2 | 50 | 0.3 |
| К | 19,23 | 50 | 2.4 | 41,6 | 41,7 | 0.007 |
| А | 38,46 | 23,1 | 1.2 | 4,2 | 8,3 | 0.6 |

Примечание: З – зависимый тип реакций, К – компетентный тип реакций, А – агрессивный тип

После коррекционной работы в экспериментальной группе произошли сдвиги в развитии коммуникативных умений у испытуемых в ситуациях, когда требуется реакция на положительное высказывание, в ситуациях, когда требуется реакция на отрицательное

высказывание, в ситуациях, когда требуется реакция на обращение с просьбой, в ситуациях беседы, в ситуациях, когда требуется проявление эмпатии. Анализ данных контрольной группы показал, что различий в динамике коммуникативных умений нет.

Таблица 2

Динамика уровней коммуникативных умений у испытуемых до и после формирующего эксперимента, %

| Уров ень | Эксперимен. группа, % | | значение ϕ^* | Контрольн. группа, % | | значение ϕ^* |
|--|-----------------------|-------|-------------------|----------------------|-------|-------------------|
| | До | После | | До | После | |
| Методика «Оценка уровня общительности» | | | | | | |
| выс. | 7,7 | 34,6 | 2.51 | 12,5 | 20,8 | 0.78 |
| сред. | 57,7 | 50 | 0.56 | 66,7 | 62,5 | 0.3 |
| низк. | 34,6 | 15,4 | 1.63 | 20,8 | 16,7 | 0.36 |
| Тест «Умеете ли вы слушать» | | | | | | |
| выс. | 38,5 | 57,7 | 1.39 | 45,8 | 41,6 | 0.29 |
| сред. | 19,2 | 23,1 | 0.35 | 20,8 | 29,2 | 0.67 |
| низк. | 42,3 | 19,23 | 1.83 | 33,4 | 29,2 | 0.31 |

Как показал контрольный эксперимент, после развивающей работы в экспериментальной группе увеличилось количество испытуемых с высоким уровнем общительности ($\phi^* = 2,51$ при $p < 0,01$). **Вследствие этого можно сделать вывод о достоверности различий между результатами в экспериментальной группе до и после эксперимента. Число детей с высоким уровнем развития умения слушать увеличилось с 38,5% до 57,7% ($\phi^* = 1,39$ при $p < 0,05$), что свидетельствует о незначительных сдвигах.**

Сравнительный анализ уровней развития коммуникативных умений у контрольной группы показал отсутствие динамики изменений до и после воздействий педагога-психолога. Следовательно, разработанная и апробированная

нами развивающая программа является эффективной.

Таким образом, экспериментальные данные доказали возможность и эффективность реализации программы по развитию коммуникативных умений у подростков. Так, развитию коммуникативных умений способствует тренинговая работа, благодаря которой подростки могут ощутить себя причастными к другим людям, отметить свою значимость в коллективе, научиться устанавливать контакты в процессе деятельности, суметь договориться друг с другом, формулировать свои мысли правильно, для более четкой подачи их другим сверстникам. Они учатся сопереживать, слышать и слушать друг друга. Кроме того, посредством групповой работы подростки учатся конструктивно решать конфликтные ситуации.

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ

1. Абдулина, Л.Б. Развитие коммуникативных умений и навыков младших школьников / Л.Б. Абдулина, К.Х. Гизатуллина. – Текст : непосредственный // Мир науки, культуры, образования. – 2018. – №4 (71). – С. 9-11.
2. Андреева, Г.М. Социальная психология / Г.М. Андреева. – Москва : Наука, 1994. – 324 с. – Текст : непосредственный.
3. Мартынова, Н.А. Межкультурная коммуникация как особый вид общения / Н.А. Мартынова. – Текст : непосредственный // Омский научный вестник. – 2007. – №2 (54). – С. 148-150.
4. Уфимцева, Т.М. Понятие «коммуникативные компетенции», его сущность / Т.М. Уфимцева. – Текст : непосредственный // Научный поиск : науч.-метод. журн. – 2017. – № 2 (15). – С. 139-142.

REFERENCES

1. Abdulina L.B., Gizatullina K.H. Razvitiye kommunikativnyh umenij i navykov mladshih shkol'nikov [Development of communication skills and abilities of younger students]. *Mir nauki, kul'tury, obrazovanija* [The world of science, culture, education], 2018, no. 4 (71), pp. 9-11.
2. Andreeva G.M. Social'naja psihologija [Social psychology]. Moscow: Nauka, 1994. 324 p.
3. Martynova N.A. Mezhhkul'turnaja kommunikacija kak osobyj vid obshhenija [Intercultural communication as a special kind of communication]. *Omskij nauchnyj vestnik* [Omsk Scientific Bulletin], 2007, no. 2 (54), pp. 148-150.
4. Ufimceva T.M. Ponjatie «kommunikativnye kompetencii», ego sushhnost' [The concept of “communicative competence”, its essence]. *Nauchnyj poisk: nauch.-metod. zhurn.* [Scientific search], 2017, no. 2 (15), pp. 139-142.

СВЕДЕНИЯ ОБ АВТОРЕ:

С.В. Истомина, кандидат психологических наук, доцент кафедры психологии развития и педагогической психологии, ФГБОУ ВО «Шадринский государственный педагогический университет», г. Шадринск, Россия, e-mail: istomina-sv@mail.ru, ORCID: 0000-0001-6624-8875.

INFORMATION ABOUT THE AUTHOR:

S.V. Istomina, Ph. D. in Psychological Sciences, Associate Professor, Department Development Psychology and Educational Psychology, Shadrinsk State Pedagogical University, Shadrinsk, Russia, e-mail: istomina-sv@mail.ru, ORCID: 0000-0001-6624-8875.