

ПРИВАТНИЙ ВИЩИЙ НАВЧАЛЬНИЙ ЗАКЛАД
«УКРАЇНСЬКИЙ ГУМАНІТАРНИЙ ІНСТИТУТ»
Кафедра педагогіки та психології

КВАЛІФІКАЦІЙНА РОБОТА
на здобуття освітнього ступеня бакалавр
спеціальності 053 «Психологія»
на тему:

«Психологічні особливості спілкування учнів в юнацькому віці»

Роботу виконав:
студент групи ЗПС-21
Євгеній БЦ
Науковий керівник:
доцент кафедри педагогіки та
психології
Наталія ЛУК'ЯНЧУК

Буча
2025

Зміст

ВСТУП.....	3
РОЗДІЛ 1. ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ЮНАЦЬКОГО ВІКУ	6
1.1 Обґрунтування актуальності теми.....	6
1.2 Огляд досліджень у сфері психології розвитку юнацького віку....	7
1.3 Психологічні особливості юнацького віку	14
1.4 Основні характеристики юнацького вік	15
РОЗДІЛ 2. ВИВЧЕННЯ ПСИХОЛОГІЧНИХ ОСОБЛИВОСТЕЙ СПІЛКУВАННЯ УЧНІВ В ЮНАЦЬКОМУ ВІЦІ НА ОСНОВІ АНАЛІЗУ ПРАКТИЧНИХ ДАНИХ. ДІАГНОСТИКА РІВНЯ КОМУНІКАТИВНИХ ЗДІБНОСТЕЙ (МЕТОДИКА В. Ф. РЯХОВСЬКОГО) МЕТОДИКА ДІАГНОСТИКИ РІВНЯ ЕМПАТИЧНИХ ЗДІБНОСТЕЙ (В. В. БОЙКО) КОМУНІКАТИВНА ТОЛЕРАНТНІСТЬ (В. В. БОЙКО).....	25
2.1 База дослідження	26
2.2 Опитування, інтерв'ю, спостереження та тестування	29
2.3 Пропозиції формуванням комфортного й позитивного мікроклімату в групі	40
РОЗДІЛ 3.....	41
3.1 Підсумки проведеного дослідження	41
3.2 Пропозиції для подальших досліджень у цій галузі	41
3.3 Практичні рекомендації	43
ВИСНОВКИ	49
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ	51

Вступ

У сучасному суспільстві особливої ваги набуває питання збереження психологічного здоров'я та благополуччя молоді. Зміни, що відбуваються у соціальному, економічному та культурному житті України, супроводжуються суперечливими процесами: зростає соціальна активність молоді, але водночас спостерігається зниження духовно-моральних орієнтирів, поширення споживацьких цінностей, агресії, відчуження. Все це впливає на формування особистості, особливо у критичний період юнацького віку. Психологічне благополуччя молоді тісно пов'язане з якістю її комунікативних навичок, рівнем емоційного інтелекту та здатністю до побудови здорових соціальних зв'язків. Особливо це стосується учнів у шкільних або позашкільних колективах, де комунікація відіграє важливу роль у формуванні соціального досвіду, самооцінки, емоційної стабільності. Спілкування — це не лише механізм передачі інформації, а й основний канал соціалізації, становлення "Я-образу", розвитку ціннісної системи підлітків. Успішна комунікація сприяє формуванню позитивного мікроклімату в групі, тоді як труднощі в спілкуванні можуть стати джерелом міжособистісних конфліктів, ізоляції та тривожності.

- **Мета дослідження** — з'ясувати, чи існує зв'язок між рівнем розвитку комунікативних навичок підлітків юнацького віку та соціально-психологічною атмосферою в групі. Тому метою даного дослідження є теоретичний та емпіричний аналіз психологічних особливостей спілкування учнів юнацького віку, а також виявлення основних чинників, що впливають на ефективність міжособистісної взаємодії в цей період розвитку особистості.

Дослідження є здійснення теоретичного й емпіричного аналізу психологічних особливостей спілкування учнів юнацького віку, а також виявлення основних чинників, які

впливають на ефективність міжособистісної взаємодії в період активного становлення особистості.

- **Завдання дослідження**

Проаналізувати теоретичні підходи до вивчення особливостей юнацького віку та його значення у розвитку особистості.

Визначити психологічні особливості спілкування в юнацькому віці згідно з сучасними науковими дослідженнями.

Дослідити рівень розвитку комунікативної компетентності учнів юнацького віку.

Встановити вплив соціального середовища (родини, однолітків, педагогів) на характер і стиль спілкування учнів.

Сформулювати рекомендації

щодо психологічного супроводу учнів з метою покращення якості їхнього спілкування.

Проаналізувати психологічні особливості юнацького віку.

Дослідити значення спілкування в процесі соціалізації підлітків.

Виявити основні бар'єри у комунікації та їхній вплив на взаємодію в колективі.

Провести емпіричне дослідження, спрямоване на виявлення рівня розвитку комунікативних навичок та мікроклімату в учнівських групах.

Розробити практичні рекомендації для педагогів і психологів щодо покращення міжособистісної взаємодії в шкільних колективах.

- **Гіпотеза дослідження:** підлітки з вищим рівнем комунікативної компетентності сприяють формуванню більш позитивної, згуртованої атмосфери в учнівському колективі.

Припускається, що у юнацькому віці

ефективність спілкування зумовлюється рівнем розвитку комунікативних умінь, сформованістю емоційної сфери особистості, а також характером взаємодії з найближчим соціальним оточенням.

Предмет дослідження

взаємозв'язок комунікативних навичок учнів і соціально-психологічного клімату в групі. Психологічні особливості та чинники, що впливають на ефективність міжособистісного спілкування учнів юнацького віку.

Об'єкт дослідження

Процес спілкування учнів у юнацькому віці.

Методи дослідження

Для досягнення мети та реалізації поставлених завдань були використані такі методи дослідження:

Теоретичні методи — аналіз, синтез, узагальнення наукових джерел з психології розвитку та комунікативної психології. • Емпіричні методи — спостереження, анкетування, психодіагностичні методики (наприклад, тест на комунікативні здібності, методика визначення рівня емпатії, соціометрія тощо).

Математико-статистичні

методи — кількісна та якісна обробка результатів дослідження з метою їх інтерпретації.

РОЗДІЛ 1

ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ СПІЛКУВАННЯ УЧНІВ В ЮНАЦЬКОМУ ВІЦІ

1.1 Актуальність теми.

Сучасний світ динамічно змінюється, що створює для молоді численні виклики: інформаційне перенасичення, вплив цифрових технологій і соціальних мереж, соціальний тиск, невизначеність майбутнього. У цих умовах надзвичайно важливим стає психологічне супроводження підлітків у процесі самопізнання, становлення особистості та соціалізації. Саме юнацький вік є критичним періодом розвитку, коли формується система життєвих цінностей, відбувається становлення самосвідомості, активізуються когнітивні та емоційні процеси, а комунікативна діяльність набуває нового, глибшого значення. Спілкування виступає основним засобом самовираження, формування «Я-образу» та побудови стосунків з оточенням. Проте серед молоді все частіше спостерігаються труднощі у міжособистісному спілкуванні: конфлікти, ізоляція, емоційне напруження або навіть девіантна поведінка.

Це зумовлює необхідність детального вивчення психологічних особливостей комунікації підлітків, розуміння механізмів самосприйняття, впливу соціальних чинників, зовнішніх оцінок, а також індивідуального досвіду. Комунікативні здібності — це комплекс індивідуальних особливостей, що забезпечують ефективну взаємодію з іншими людьми. Вони включають вміння слухати, висловлювати думки, розуміти співрозмовника, користуватися як вербальними, так і невербальними засобами комунікації, а також адаптуватися до різних соціальних ситуацій. Розвиток цих здібностей є надзвичайно важливим у юнацькому віці, коли спілкування стає засобом самоствердження, пізнання себе та інших, формування власної позиції. Юнацький вік є періодом активного формування ідентичності.

Актуальність теми психологічних особливостей спілкування підлітків зумовлена також зростанням соціальних ризиків, викликаних цифровізацією середовища, зміною способів взаємодії, підвищеною чутливістю до соціальних оцінок та потребою у самоствердженні. Таким чином, дослідження психологічних аспектів комунікативної поведінки у юнацькому віці, а також механізмів формування самосприйняття є надзвичайно важливим для педагогічної практики, шкільної психології та соціального супроводу підлітків. Результати такого аналізу можуть бути використані для вдосконалення освітнього процесу, створення комфортного соціально-психологічного клімату в шкільному середовищі та розвитку комунікативної компетентності учнів.

1.2 Огляд досліджень у сфері психології розвитку підлітків та юнацького віку.

Теоретичну основу для аналізу цього етапу закладено в працях таких класиків, як З. Фрейд (психосексуальний розвиток), Ж. Піаже (когнітивна перебудова), Е. Еріксон (криза ідентичності), Л. Виготський (роль соціального контексту в розвитку вищих психічних функцій), Д. Б. Ельконін (провідна діяльність і кризи розвитку). Значний внесок у вивчення підліткової психології зробили й сучасні вітчизняні дослідники: І. Д. Бех, Т. В. Зінкевич-Євстигнєєва, О. В. Савченко, А. В. Мудрик, Г. М. Андрєєва, які акцентують увагу на аспектах самосвідомості, емоційного розвитку, соціалізації, міжособистісного спілкування та морального становлення. У сучасному науковому дискурсі посилюється інтерес до тем самопрезентації, впливу соціальних мереж, формування емпатії та комунікативної компетентності. Юнацький вік є ключовим етапом формування особистості, коли людина починає усвідомлювати себе, свої можливості, здібності та соціальну роль. У цей період особливу роль відіграють аперцептивні процеси самосприйняття, оскільки вони мають істотний вплив на адаптацію, соціалізацію та

становлення ідентичності. Попри наявність численних досліджень у психології, питання аперцепції в контексті самосприйняття підлітків залишається недостатньо вивченим, що підкреслює актуальність цієї теми. Юнацький вік — один із ключових етапів у становленні особистості. Це період початку багатьох внутрішніх змін і процесів, що впливають на подальший розвиток людини. Він відзначається нестабільністю, вразливістю та високою залежністю від навколишнього середовища. Цей період має власні новоутворення, провідну діяльність та кризу. На біологічному рівні це фаза статевого дозрівання та формування характерологічних особливостей, що супроводжується дозріванням інших систем організму. У соціальному сенсі підлітковий вік — це продовження первинної соціалізації. Підлітки зазвичай ще є школярами, залежать від батьків або держави, а основною їх діяльністю залишається навчання. Їхній соціальний статус майже не відрізняється від статусу дитини. Психологічно цей вік є дуже суперечливим: спостерігаються значні диспропорції в темпах розвитку, що значною мірою зумовлені біологічно. Одним із головних психологічних новоутворень цього віку є почуття дорослості — це новий рівень домагань і очікувань, що випереджають реальні можливості підлітка. У цей період відбувається втрата дитячого статусу, хоча залишаються нереалістичні уявлення про привілеї дорослого життя. Цьому сприяють як зовнішні зміни, так і внутрішні переживання, фізична трансформація, криза ідентичності, зіткнення з родиною, почуття самотності та сильне прагнення до дорослості. Починаючи приблизно з шостого класу, у підлітків активно формується особистісна та міжособистісна рефлексія. [32]

Вони починають усвідомлювати, що причини конфліктів або успішної взаємодії з однолітками часто криються у власних рисах характеру та поведінці. Баланс між позитивною та негативною самооцінкою, типовий для молодших школярів, змінюється на зростаюче незадоволення собою. Це невдоволення охоплює як навчальні результати, так і стосунки з оточенням.

Таку «кризу самооцінки» частіше переживають хлопці. У підлітків з'являється інтерес до власної особистості й до інших людей, бажання розібратись у мотивах поведінки, переживаннях і взаєминах.

Вони все частіше порівнюють себе з іншими, особливо звертаючи увагу на вчинки, які відображають цінності та ставлення до світу. Роздуми підлітків про себе є конкретними й особистісно значущими: вони пов'язані з реальними подіями, стосунками та планами на майбутнє, а не з абстрактними уявленнями. Образ «Я», що створюється підлітком, охоплює уявлення про зовнішність, розумові здібності, риси характеру (як от доброта, наполегливість, товарицькість). Ці елементи складають когнітивну складову «Я-концепції», яку доповнюють оціночний і поведінковий компоненти. Для підлітка важливо не лише розуміти, ким він є, а й усвідомлювати значущість своїх індивідуальних рис. Формування самооцінки великою мірою залежить від впливу родини та однолітків.

За ідеї Льва Семеновича Виготського щодо психологічного розвитку підлітків. У своїх працях, зокрема в роботі «Проблема віку», Виготський розглядає підлітковий вік як критичний період, що характеризується глибокими змінами у свідомості та особистості. Підлітки аналізують власні вчинки, прагнучи передбачити їхні наслідки. Вони намагаються глибше пізнати себе, виявити недоліки, щоб краще будувати стосунки з дорослими та ровесниками й відповідати соціальним очікуванням. У цьому віці з'являється інтерес до зовнішніх атрибутів дорослого життя наприклад: куріння, алкоголь, мода, косметика, флірт. Підлітки часто наслідують ці ознаки, ототожнюючи їх із дорослістю, і використовують як простий спосіб самоствердження. Знання про себе поступово поглиблюються, однак інших людей підлітки часто розуміють точніше, особливо тих, із ким мають близькі стосунки. Думка оточення стає для них особливо значущою. Вони прагнуть виглядати краще в очах тих, чия оцінка для них важлива. Страх зробити помилку або продемонструвати незнання може спричинити сильну сором'язливість і

невпевненість у собі. Емоційна нестабільність і імпульсивна поведінка також типовими рисами цього віку. [32]

Часто підлітки спочатку діють, а лише потім замислюються про наслідки, хоча й усвідомлюють, що варто було б діяти навпаки. У цей період починають активно розвиватись вольові якості: наполегливість, цілеспрямованість, здатність долати труднощі. [5]

- Підлітки відзначаються високою чутливістю до зовнішньої оцінки, часто порівнюють себе з оточенням, що може спричиняти підвищену самокритику. Така самокритичність зумовлена як фізіологічними змінами в період статевого дозрівання, так і соціальними очікуваннями та формуванням ідеалів, до яких вони прагнуть почуття дорослості, перегляд попередніх уявлень та переконань, розвиток власного світогляду, а також засвоєння норм і цінностей підліткового середовища. Підлітки стають більш уважними до ставлення інших до себе, що стимулює розвиток рефлексії та самосвідомості. Водночас з'являються ознаки емансипації у ставленні до батьків: юнацтво прагне самостійності, часто конфліктує з авторитетами, іноді вдається до різко протестної поведінки. У старшому підлітковому віці формується активне ставлення до суспільства, з'являються нові авторитети, які можуть виникати не лише у найближчому оточенні, а й під впливом ЗМІ, інтернету, комп'ютерних ігор чи соціальних мереж. Біологічні зміни, зокрема вплив гормонів, призводять до нестабільності емоційного стану, коливань настрою, зміни рівня енергії та працездатності. Водночас внутрішній світ підлітка ускладнюється: зростає потреба в особистому просторі, інтимності, емоційній самостійності. [17]

Це може сприяти як розвитку незалежності, так і тимчасовому емоційному відчуженню. У цей період виникає інтерес до статевих взаємин, формується потреба у визнанні з боку представників протилежної статі. Підлітки починають створювати пари, з'являється симпатія, флірт, поглиблюються дружні зв'язки. Для соціальної психології особливий інтерес становлять явища

акселерації (прискороного фізіологічного та психічного розвитку) та інфантилізму (відставання у формуванні соціального розвитку).

- Вплив зовнішності та соціальних стандартів

Період статевого дозрівання супроводжується суттєвими змінами у зовнішності, що змушує підлітків ретельно оцінювати свій вигляд. Бажання відповідати модним чи медійним стандартам може сприяти як розвитку позитивного образу "Я", так і викликати знижену самооцінку, тривожність або навіть порушення харчової поведінки у разі невідповідності ідеалам.

- Соціальні ролі та внутрішні конфлікти.

У підлітковому віці особа намагається реалізувати себе в різних соціальних ролях – учня, друга, члена родини чи спільноти. Кожна з цих ролей вимагає певної поведінки, що змушує підлітка оцінювати себе крізь призму як зовнішніх очікувань, так і внутрішніх стандартів. Часто виникає конфлікт між прагненням до самостійності та обов'язками перед близькими, що спричиняє внутрішню напругу та стимулює розвиток самосвідомості.

- Роль однолітків

Однолітки стають основною референтною групою для підлітків. Почуття належності до колективу або ізоляція від нього істотно впливають на самооцінку. Позитивна оцінка з боку друзів підвищує впевненість у собі, тоді як критика або відторгнення можуть призводити до почуття самотності. При цьому підлітки прагнуть зберегти свою унікальність, що може спричинити внутрішній конфлікт між бажанням бути прийнятим та потребою самовираження. Соціалізація підлітків — складний і багатогранний процес, що охоплює формування особистості в контексті соціальних змін і міжособистісної взаємодії.

Підліток — це вже не дитина, але ще й не дорослий, тому саме в цьому віці починають активно проявлятися нові соціально-психологічні якості. Серед ключових новоутворень цього вікового етапу — прагнення до самоствердження, зростаюча потреба у спілкуванні, формування почуття

дорослості, перегляд попередніх уявлень та переконань, розвиток власного світогляду, а також засвоєння норм і цінностей підліткового середовища. Підлітки стають більш уважними до ставлення інших до себе, що стимулює розвиток рефлексії та самосвідомості. Водночас з'являються ознаки емансипації у ставленні до батьків: юнацтво прагне самостійності, часто конфліктує з авторитетами, іноді вдається до різко протестної поведінки. У старшому підлітковому віці формується активне ставлення до суспільства — з'являються нові авторитети, які можуть виникати не лише у найближчому оточенні, а й під впливом ЗМІ, інтернету, комп'ютерних ігор чи соціальних мереж. Біологічні зміни, зокрема вплив гормонів, призводять до нестабільності емоційного стану, коливань настрою, зміни рівня енергії та працездатності. Водночас внутрішній світ підлітка ускладнюється: зростає потреба в особистому просторі, інтимності, емоційній самостійності. Це може сприяти як розвитку незалежності, так і тимчасовому емоційному відчуженню. У цей період виникає інтерес до статевих взаємин, формується потреба у визнанні з боку представників протилежної статі. Підлітки починають створювати пари, з'являється симпатія, флірт, поглиблюються дружні зв'язки. Для соціальної психології особливий інтерес становлять явища акселерації (прискореного фізіологічного та психічного розвитку) та інфантилізму (відставання у формуванні соціальної зрілості) що нерідко поєднуються в сучасному підлітковому середовищі, ускладнюючи процес соціалізації. [33]

- Вплив медіа та соціальних мереж

Медіа та соціальні мережі суттєво впливають на формування самосприйняття підлітків. Ідеалізовані образи краси, успіху та стилю життя, які активно транслюються онлайн, створюють стандарти, що часто є недосяжними. Це провокує порівняння, фрустрацію та зниження самооцінки.

Кількість лайків, підписників чи коментарів сприймається як індикатор особистісної цінності, що веде до емоційного виснаження та психологічного дискомфорту. Підлітки починають усвідомлювати зміни свого тіла та

порівнюють себе з ровесниками й медійними образами. Це може викликати як позитивне, так і негативне ставлення до себе. На цьому етапі вагомим джерелом самосприйняття є думка авторитетних дорослих – батьків, вчителів, тренерів. Їхнє схвалення формує основу самооцінки, а критика може призводити до невпевненості та тривожності. Через нестачу рефлексивних навичок підлітки ще не вміють чітко усвідомлювати та виражати свої емоції, що часто створює внутрішнє напруження. Водночас діти починають орієнтуватися на соціальні норми й намагаються відповідати очікуванням оточення. Це робить їхнє самосприйняття нестабільним і чутливим до зовнішніх оцінок, навіть дрібні зауваження можуть мати значний емоційний вплив. У цьому віці підлітки зосереджуються на соціальному середовищі, особливо на стосунках із однолітками. Їхнє самосприйняття залежить від соціального схвалення, тому підтримка друзів стає критично важливою. Водночас загострюється потреба в незалежності, що може призводити до конфліктів з батьками. Підлітки розвивають моральні та етичні уявлення, експериментують із соціальними ролями та намагаються знайти відповідність між внутрішнім "Я" та зовнішніми очікуваннями. Такий пошук супроводжується сумнівами та розчаруваннями, особливо коли виникає розрив між бажаним і реальним. Значну роль відіграють соціальні мережі, які створюють ідеалізовані стандарти успішності, краси та популярності. Постійне порівняння з іншими може викликати зниження самооцінки. У цей час підлітки починають більше рефлексувати, аналізувати свої емоції, поведінку та взаємодії, що сприяє формуванню особистої ідентичності. Пізній підлітковий вік (17–18 років) На цьому етапі підлітки досягають вищого рівня самосвідомості. Вони здатні об'єктивно оцінювати свої сильні й слабкі сторони, аналізувати особистий досвід, робити висновки на основі успіхів і поразок. Їхня самооцінка стає більш стабільною й автономною – менше залежить від зовнішніх оцінок. Формується здатність самостійно приймати рішення, підлітки більше покладаються на власні переконання. Вони критично

осмислюють соціальні норми, намагаються знайти власне бачення світу, що сприяє становленню індивідуальності. Особливу роль у самосприйнятті відіграє професійне самовизначення. Молоді люди замислюються над майбутньою кар'єрою, оцінюють свої здібності й планують життєвий шлях. Успішна ідентифікація в цій сфері підвищує впевненість у собі, тоді як невизначеність може викликати тривогу. Водночас підлітки навчаються приймати себе такими, якими вони є, розвивають навички саморегуляції та вчаться ефективно справлятися зі стресовими ситуаціями. Це створює основу для психологічної зрілості та готовності до дорослого життя.

1.3 Психологічні особливості юнацького віку.

В юнацькому віці (14–18 років) — це період, коли підлітки починають активніше формувати власну ідентичність, розвивається рефлексія, здатність до аналізу себе та інших. У цей час соціальні мережі стають основним майданчиком для самопрезентації, спілкування, пошуку схвалення та належності до певної групи. Підлітки створюють віртуальні образи себе, часто прагнучи відповідати «трендам» і очікуванням своєї онлайн-спільноти. Публікації в соціальних мережах нерідко стають засобом самоствердження, однак водночас вони можуть бути джерелом стресу: очікування позитивної реакції, порівняння з «ідеальними» блогерами чи інфлюенсерами, страх бути не таким, як усі — усе це впливає на емоційний стан і може призводити до зниження самооцінки, посилення внутрішніх конфліктів. характеризується більшою стабілізацією образу «Я» та пошуком власного шляху в житті. Підлітки вже мають певний досвід критичного осмислення інформації, проте вплив соціальних мереж залишається потужним. У цей час зростає прагнення до незалежності, самовираження, формуються ідеали, з'являються перші серйозні погляди на майбутнє, що також часто коригуються під впливом онлайн-контенту. Ідеали успіху, краси, стилю життя, що нав'язуються соцмережами, можуть викликати почуття невідповідності, особливо якщо

підліток не має достатньо внутрішніх ресурсів для самопідтримки. Разом із тим, соцмережі можуть слугувати й позитивним ресурсом: надихати, допомагати знайти однодумців, висловити себе, залучитися до важливих соціальних ініціатив чи творчих спільнот.

1.4 Основні характеристики юнацького віку

Психологічні особливості

Підвищена емоційність — емоційна нестабільність, перепади настрою, імпульсивність.

Розвиток самосвідомості — активне формування «Я-образу», усвідомлення себе як окремої особистості.

Криза самооцінки — незадоволення собою, часта самокритика, нестабільна самооцінка.

Розвиток рефлексії — здатність до самоаналізу, оцінювання своєї поведінки й рис характеру.

Прагнення до самоствердження — бажання виглядати дорослими, довести свою незалежність.

Соціальні характеристики

Вплив однолітків — однолітки є основною референтною групою, їхня думка дуже важлива.

Конфліктність із дорослими — протестна поведінка, емансипація від батьків, конфлікти з авторитетами.

Бажання самостійності — прагнення до особистої свободи, автономії у прийнятті рішень.

Потреба у визнанні — важливість схвалення з боку однолітків та дорослих.

Розвиток соціальних ролей — освоєння ролей друга, учня, члена родини тощо.

Когнітивні та поведінкові особливості

Підвищена чутливість до зовнішньої оцінки — постійне порівняння себе з іншими.

Розвиток когнітивних процесів — зростає здатність до логічного мислення, ускладнюється внутрішній світ.

Зростання самостійності у судженнях — формування власного світогляду, перегляд попередніх переконань.

Біологічні зміни

Статеве дозрівання — гормональні зміни, що впливають на фізичний і психічний стан.

Акселерація або інфантилізм — різні темпи розвитку, що можуть ускладнювати соціалізацію.

Медіа та соціальні мережі

Формування самосприйняття через медіа — ідеалізовані образи викликають фрустрацію, зниження самооцінки.

Залежність від цифрової оцінки — лайки, підписники, коментарі сприймаються як мірило власної цінності.

Міжособистісне спілкування

Труднощі в комунікації — часті конфлікти, емоційне напруження, ізоляція.

Розвиток комунікативних навичок — вміння слухати, висловлюватися, розуміти співрозмовника, використовувати вербальні та невербальні засоби.

Формування самосвідомості та самостійності

Активне усвідомлення себе як окремої особистості – підліток починає сприймати себе не просто як «дитину», а як індивіда з власними поглядами та цінностями.

Розвиток уявлення про власне «Я» – формується «Я-концепція»: як підліток бачить себе, яким хоче бути, яким, на його думку, його бачать інші.

Зростання рефлексії – підліток аналізує свою поведінку, вчинки, емоції; шукає відповідь на запитання: «Хто я?».

Формування світогляду та особистих переконань – критичний перегляд цінностей, що були прийняті раніше від батьків чи школи.

Формування самостійності

Прагнення до незалежності – бажання самому ухвалювати рішення, мати власну думку, не залежати від дорослих.

Емансипація від дорослих – поступове дистанціювання від батьківського контролю, іноді виявляється у вигляді протестної поведінки.

Соціальна активність – участь у суспільному житті, прагнення до впливу на середовище, у якому живе.

Соціалізація та міжособистісні відносини

Соціалізація

Інтенсивний процес засвоєння соціальних норм та ролей – Підлітки активно вчаться діяти у межах прийнятих у суспільстві правил, орієнтуючись на дорослий світ.

Зміна значущих осіб у процесі соціалізації – Якщо в дитинстві головними авторитетами були батьки, то в підлітковому віці зростає вплив однолітків, вчителів, кумирів.

Сприйняття соціального статусу – Підліток починає розуміти своє місце в соціумі: у родині, школі, групі друзів.

Міжособистісні відносини

Потреба у спілкуванні з ровесниками – Особливо важливими стають дружба, належність до групи, визнання з боку однолітків.

Підвищена чутливість до оцінок з боку інших – Підлітки дуже емоційно реагують на схвалення чи осуд з боку друзів або авторитетних для них осіб.

Формування перших глибоких емоційних зв'язків – З'являються перше кохання, симпатії, інтимно-особистісні відносини, що мають велике значення для самопізнання.

Конфлікти з дорослими – Через прагнення до самостійності часто виникають суперечності у стосунках з батьками або вчителями.

Цей період є вирішальним у формуванні соціальних навичок, емпатії, вміння співпрацювати, що визначатимуть майбутні міжособистісні стосунки.

Морально-етичний розвиток

Формування власної системи цінностей – Підліток починає активно осмислювати, що є добром, а що злом, будує власні моральні орієнтири, які іноді можуть суперечити поглядам дорослих.

Критичне ставлення до норм і правил – З'являється тенденція до сумніву, переоцінки соціальних і моральних норм, що раніше приймалися безумовно.

Розвиток моральної самосвідомості – Усвідомлення відповідальності за власні вчинки, виникає почуття провини, сором, совість як внутрішній регулятор поведінки.

Потреба у моральному самоствердженні – Прагнення бути чесним, справедливим, вірним своїм переконанням, особливо у спілкуванні з однолітками.

Зростання емпатії та розуміння інших – Підліток краще розпізнає емоції інших, вчиться співпереживати, оцінювати вчинки з точки зору іншої людини.

Висновок

Вплив медіа та соціальних мереж на самосприйняття підлітків є потужним і неоднозначним чинником. З одного боку, вони виступають як інструмент соціалізації, самовираження та пошуку підтримки. З іншого — створюють ідеалізовані стандарти, які можуть провокувати порівняння, фрустрацію, зниження самооцінки й емоційне виснаження. Особливо вразливими до цього є підлітки в період раннього та середнього віку, коли ще не сформовані механізми критичного мислення та емоційної саморегуляції. Тому важливо забезпечити інформаційну гігієну, розвивати навички медіаграмотності та формувати здорове ставлення до себе як засіб профілактики негативного впливу цифрового середовища на психіку молоді.

Теоретичні основи дослідження психологічних особливостей юнацького віку

Психологічні особливості юнацького віку

Юнацький вік — це період значних змін у розвитку особистості, які охоплюють не лише фізіологічні аспекти, а й ключові психологічні процеси. У цей час формуються цінності, світогляд, соціальна ідентичність, що зумовлює

пошук власного місця в суспільстві. Зазначений вік є перехідним етапом між дитинством і дорослістю, коли особистість зазнає глибоких змін на емоційному, когнітивному, соціальному й моральному рівнях. Психоемоційна сфера характеризується нестабільністю, підвищеною чутливістю до критики, частими коливаннями настрою та схильністю до сильних афективних реакцій. Когнітивна сфера зазнає істотного розвитку: зростає здатність до абстрактного мислення, самоаналізу, формуються складніші морально-етичні уявлення.

Основні характеристики юнацького віку

Юнацький період охоплює орієнтовно вік від 14 до 18 років, хоча межі можуть варіюватися залежно від соціокультурного середовища. Основні характеристики цього етапу включають:

Фізіологічні зміни: статеве дозрівання, перебудова гормональної системи, зміни у функціонуванні нервової системи.

Психоемоційні зміни: підвищена емоційна реактивність, емоційна лабільність, загострення чутливості до оцінки з боку оточення.

Когнітивний розвиток: посилення здатності до рефлексії, критичного мислення, моральних узагальнень.

Формування самосвідомості та самостійності

Юнацький вік є критичним для формування самосвідомості. Підліток починає ставити запитання про власне "Я", життєві цілі, особисту унікальність.

Центральними є поняття:

Ідентичність — усвідомлення себе як особистості зі сталими переконаннями, цінностями та ролями.

Самостійність — прагнення до незалежності у прийнятті рішень, встановлення власних меж та ціннісних орієнтирів.

Соціалізація та міжособистісні відносини

Соціалізація в юнацькому віці включає формування соціальних навичок, розвиток міжособистісної комунікації, романтичні стосунки.

Основні чинники:

Значення однолітків: саме ровесники часто стають головним джерелом підтримки та ідентифікації.

Формування групової ідентичності: виникає потреба належати до певної соціальної групи за інтересами чи цінностями.

Романтичні стосунки: активізується інтерес до протилежної статі, що сприяє формуванню емоційної зрілості.

Морально-етичний розвиток

У цьому віці відбувається становлення власної системи моральних уявлень і принципів:

Моральна оцінка — внутрішній механізм, який визначає ставлення особистості до своєї та чужої поведінки.

Альтруїзм і відповідальність — підлітки починають замислюватися про вплив своїх дій на інших, формується почуття обов'язку.

Моральні дилеми — ситуації, у яких необхідно приймати рішення між суперечливими моральними принципами.

Психологічні труднощі юнацького віку

Хоча цей вік є етапом значного розвитку, він супроводжується низкою труднощів:

Конфлікти з батьками через бажання незалежності.

Проблеми із самооцінкою, що пов'язані зі сприйняттям власного тіла та зовнішності.

Схильність до стресу та депресивних станів, зумовлених соціальним тиском і внутрішніми протиріччями.

Акселерація та інфантилізм у підлітковому середовищі

Сучасні соціально-психологічні дослідження відзначають два явища, характерні для підлітків:

Акселерація — прискорений фізичний та психічний розвиток, що випереджає емоційне та соціальне дозрівання.

Інфантилізм — збереження рис дитячої поведінки на тлі фізіологічної

зрілості, що ускладнює адаптацію до соціальних ролей.

«Центр громадського здоров'я МОЗ Стаття 31.08.2021

Віртуальний світ та підлітки: що показують дослідження?

У сучасному світі використання гаджетів та інтернету не є чимось незвичним. Для кожного абсолютно нормально мати декілька сторінок у соціальних мережах, працювати через них або розважатися. Крім цього, левову частку часу може займати перегляд контенту з ціллю згаяти час. Діджиталізація суттєво вплинула не лише на життя дорослого населення, але й на підлітків. В Україні було проведено декілька досліджень, з метою виявлення впливу соціальних мереж на підлітків 10 – 17 років. Дослідження, що було проведене у 5 етапів, в межах міжнародного проєкту «Здоров'я та поведінкові орієнтації учнівської молоді», показало, яке місце соціальні мережі та віртуальне спілкування займають у житті підлітків. У віртуальному світі школярі можуть не лише грати у комп'ютерні ігри, але й шукати інформацію, поширювати відеоматеріали, здійснювати покупки, спілкуватися з друзями, створювати собі сторінки в соціальних мережах, використовуючи унікальні нікнейми, що слугують їхнім особистим ідентифікатором. Проте, така діяльність може нести певні ризики, наприклад:

- Ризик обману: існує велика кількість дезінформації та викривлення даних.
- Ризик віктимізації: інші користувачі можуть використовувати персональну інформацію проти людини, яка її оприлюднила.
- Ризик ізоляції: онлайн-взаємодія може зменшити спілкування та соціалізацію в реальному світі.
- Ризик імпульсу: в Інтернеті легко сказати те, що не було б сказане особисто.
- Ризик переконання: онлайн-досвід може впливати на особисту діяльність.
- Ризик звикання: повторне використання може створити залежну поведінку.

Вплив соціальних мереж

За даними дослідження, що майже кожен четвертий підліток віком 10–17 років повідомив, що за останній рік регулярно розумів, що не міг думати ні про що, крім моменту, коли буде можливість знову користуватися соціальними мережами. Найбільше таких

було серед хлопчиків 10 років (35,2%) і студентів ЗПТО (28,5%). Відчували себе погано через неможливість користуватися соціальними мережами 15,1% опитаних учнів. Результати дослідження показали, що 18,2% підлітків регулярно нехтували іншими справами (хобі, спорт) через те, що хотіли бути в соціальних мережах. Більшість із них, це дівчата 16 років – 26,0%. Кожен шостий (16,8%) опитаний зізнавався, що мав регулярні сварки через використання соціальних мереж. Найбільша частка таких серед дівчат 16 і 17 років (0,22,6% та 25% відповідно) та хлопців 10 років (20,5%). Підлітки можуть сидіти у соціальних мережах, щоб позбутися негативних емоцій, про що повідомили 32,8 % хлопців та 39,9% дівчат. Через використання соціальних медіа, у підлітків можуть траплятися конфлікти з батьками, братами чи сестрами —13,5%. Комфортне спілкування в інтернеті За даними цього дослідження «Соціальна обумовленість та показники здоров'я підлітків та молоді» хлопці та дівчата зазначали, що в Інтернеті говорити про секрети їм легше, ніж віч-на-віч (17,5% та 14,5 %).

Кожен 5 респондент повідомляв, що висловлюватися про особисті почуття в Інтернеті легше, ніж в реальному житті. Час, проведений в інтернеті

Ще одне дослідження ESPAD, у якому репрезентуються дані опитаних 8 509 підлітків (від 14 до 17 років), показало, що учнівська молодь досить активно користується соціальними мережами протягом робочих (навчальних) днів, але найбільша мережева активність (кількість годин користування) припадає на вихідні дні – суботу та неділю. В період з понеділка по п'ятницю, 48,6% підлітків проводить у соціальних мережах до 3 годин на день, а 44,7% — 4 та більше годин. У вихідні дні 39% респондентів користуються соціальними мережами до 3 годин включно та 54,9% – від 4 годин та більше. У всіх вікових групах дівчата виявилися більш активними користувачами всесвітньої мережі як у робочі, так і у вихідні дні. Більша частина опитаних (дослідження ESPAD) вважають, що проводять забагато часу в соціальних мережах (55,4%). Кожен 4 (23,9%) повідомив про те, що в нього псується

настрій, коли не можна провести час у соціальних мережах. Соціальні мережі та спілкування в інтернеті відіграють важливу роль у формуванні підліткової особистості. Як батьки, так і всі, хто долучається до освітнього розвитку підлітків, мають розказувати про небезпеки та ризики користування інтернетом, спілкування з незнайомими людьми та поширенням власної персональної інформації. Варто підвищувати обізнаність щодо безпечного користування соціальними мережами та важливо формувати правильну культуру спілкування онлайн» [21]

Висновок:

Проведений теоретичний аналіз показав, що юнацький вік є надзвичайно важливим етапом у формуванні особистості. У цей період відбуваються суттєві фізіологічні, когнітивні, емоційні та соціальні зміни, що впливають на загальний психічний розвиток підлітка. Основними особливостями юнацького віку є нестабільність емоційного стану, підвищена чутливість до зовнішньої оцінки, розвиток абстрактного мислення, формування моральних уявлень та активний пошук особистої ідентичності.

- Вплив соціальних мереж на формування підлітків: аспекти безпеки

Сучасні цифрові технології, зокрема соціальні мережі, стали невід'ємною частиною життя підлітків, суттєво впливаючи на їхній розвиток.

У цьому контексті особливого значення набувають такі аспекти:

- Освітня функція дорослих

Батьки та педагоги повинні систематично обговорювати з молоддю:

Потенційні загрози інтернет-середовища

Ризики віртуального спілкування

Небезпеки поширення персональних даних

- Формування цифрової компетентності

Необхідно розвивати в підлітків:

Критичне мислення щодо інтернет-контенту

Навички безпечної поведінки онлайн

Культуру віртуальної комунікації

- Профілактичні заходи

Важливо реалізовувати:

Інформаційні кампанії про кібербезпеку

Тренінги з медіаграмотності

Психологічний супровід підлітків у цифровому просторі

- Роль позитивного прикладу

Дорослі мають демонструвати:

Відповідальне використання соціальних мереж

Етичні стандарти онлайн-спілкування

Здоровий баланс між віртуальним і реальним спілкуванням

Формування безпечного цифрового середовища для підлітків вимагає спільних зусиль сім'ї, навчальних закладів та суспільства в цілому.

Лише комплексний підхід дозволить забезпечити гармонійний розвиток молодого покоління в умовах цифровізації.

Розділ 2

2.1 Вивчення психологічних особливостей спілкування учнів в юнацькому віці на основі аналізу практичних даних.

Виявити рівень розвитку комунікативних якостей (товариськість, відкритість, вміння слухати тощо).

У чому полягає проблема дослідження?

Ми хочемо дізнатися, наскільки добре учні групи вміють спілкуватися, і як

це впливає на їхню навчальну успішність, роботу в команді та майбутню професію. Комунікативні навички — це вміння говорити, слухати, розуміти інших і бути зрозумілим. Вони дуже важливі і в навчанні, і в житті загалом.

Основні питання, які ми вивчаємо: Оцінка комунікативних навичок:

наскільки добре учні вміють говорити, слухати, розуміти інших (як словами, так і без слів — наприклад, за виразом обличчя). Вплив на навчання: чи ті, хто краще спілкується, краще вчаться.

Адаптація в групі: як вміння спілкуватися допомагає будувати стосунки з однокласниками, викладачами і впливає на майбутню професію.

Що впливає на спілкування: ми аналізуємо, як на це впливають друзі, настрої, атмосфера в групі тощо.

Як покращити спілкування: на основі дослідження ми запропонуємо поради для розвитку комунікативних навичок.

Комунікативні навички — це вміння говорити, слухати, розуміти інших і бути зрозумілим. Вони дуже важливі і в навчанні, і в житті загалом. Основні питання, які ми вивчаємо: Оцінка комунікативних навичок: наскільки добре учні вміють говорити, слухати, розуміти інших (як словами, так і без слів — наприклад, за виразом обличчя).

Що впливає на спілкування: ми аналізуємо, як на це впливають друзі, настрої, атмосфера в групі тощо.

Як покращити спілкування: на основі дослідження ми запропонуємо поради для розвитку комунікативних навичок.

2.2 Опитування, інтерв'ю, спостереження та тестування.

Вибір інструментів для дослідження.

Діагностика рівня комунікативних здібностей (Методика В. Ф. Ряховського)

Методика діагностики рівня емпатичних здібностей (В. В. Бойко)

Комунікативна толерантність (В. В. Бойко)

База дослідження

Дослідження проводилося на базі (створено групу з підлітків дітей переселенців) серед учасників (від 14 до 17 років). У дослідженні взяли участь (20) учасників віком від (14) до (17).

Мета емпіричного дослідження

Виявити рівень розвитку комунікативних здібностей, емпатії та особливості міжособистісних стосунків у юнацькому віці. Адже комунікативні здібності та рівень їх розвитку відіграють вагомую роль у формуванні особистості, адже діяльність підлітків здійснюється у системі «людина-людина» і завжди передбачає комунікацію. Саме для визначення рівню комунікабельності.

Діагностика рівня комунікативних здібностей (Методика В. Ф. Ряховського)

Форма: опитувальник з інтерпретацією результатів.

Тест на комунікативні здібності (В. Ф. Ряховський)

Інструкція: Прочитайте твердження та дайте відповідь «так» або «ні» залежно від того, чи стосується воно вас.

Твердження:

- Вам важко встановлювати нові знайомства.
- Ви не любите розмовляти з незнайомими людьми.
- Ви часто боїтеся виглядати безглуздо в розмові.
- Вам важко почати розмову першим.
- Ви рідко підтримуєте ініціативу в бесіді.
- Ви уникаєте виступів перед аудиторією.
- Ви хвилюєтеся, коли говорите щось у колективі.
- Ви часто відчуваєте, що вас неправильно зрозуміли.
- Вам важко відповідати на несподівані запитання.
- Ви часто розмірковуєте про те, що сказали вже після розмови.
- Вам важко переконати інших у своїй точці зору.
- Ви уникаєте конфліктних обговорень.

- Ви рідко ініціюєте знайомства.
- Ви ніяковієте під час розмови з малознайомими людьми.
- Ви вважаєте, що у вас слабкі комунікативні навички.
- Ви вважаєте, що краще слухати, ніж говорити

. Ключ: За кожен відповідь «так» нараховується 1 бал. Інтерпретація:

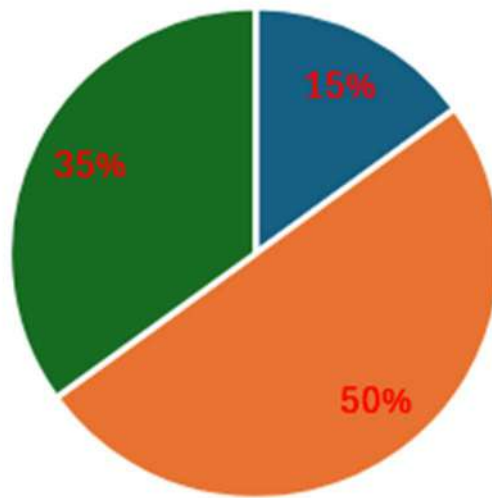
0–7 балів — високий рівень комунікативності

8–11 балів — середній

12–16 балів — низький

	Відповіді "так"	Відповіді "ні"
Аня	12	4
Віка	13	3
Валерія	11	5
Сергій	6	10
Іван	8	8
Євгенія	12	4
Мохамед	12	4
Омар	11	5
Віктор	12	4
Марія	10	6
Надія	9	7
Віра	7	9
Микола	11	5
Ігор	13	3
Ірина	12	4
Ілля	11	5
Олександр	8	8
Володимир	10	6
Андрій	11	5
Кіра	7	9

Chart Title



■ 0--7 ■ 8--11 ■ 12--16

На основі результатів тестування за методикою В. Ф. Ряховського можна зробити такі висновки:

Загальний рівень комунікативних здібностей у групі:

- 3 учасників набрали 0-7 балів — це свідчить про "високий рівень комунікативності". Така людина зазвичай легко встановлює контакти, вміє слухати та висловлювати свої думки, добре адаптується в колективі.
- 10 учасників отримали 8-11 балів — це "середній рівень комунікативності", що означає, що в спілкуванні можуть виникати труднощі, але загалом є здатність до ефективної взаємодії.
- 7 учасників набрали 12-16 балів, що свідчить про "низький рівень комунікативності" — такі особи можуть відчувати труднощі в спілкуванні, уникати контактів, боятися виступів і мати труднощі з вираженням думок.

Вплив на роботу в команді:

Учасник з вищим рівнем комунікативності, ймовірно, краще працює у групі, активніше взаємодіє, не боїться ставити запитання, що позитивно впливає на успішність. Низький рівень може свідчити про труднощі з адаптацією в колективі, невпевненість у собі, що може заважати не тільки спілкуванню, але й зростанню.

Рекомендації:

Для учасників із середнім і низьким рівнем комунікативності доцільно організувати тренінги з розвитку навичок спілкування: активного слухання, ведення діалогу, подолання страху публічних виступів. Варто створити сприятливу, підтримуючу атмосферу в групі, що сприятиме відкритості та взаємодії між студентами.

Загальний висновок:

Комунікативні навички значною мірою впливають на успішність, взаємодію в колективі та розвиток. Проведене дослідження допомогло виявити індивідуальні потреби учасників і стане основою для подальшої роботи над розвитком міжособистісного спілкування.

Методика діагностики рівня емпатії

(Методика діагностики рівня емпатичних здібностей В. В. Бойко)

Мета: визначити рівень здатності до співпереживання, що є ключовим для ефективного спілкування. Форма: анкета з бальною оцінкою та інтерпретацією.

Тест на рівень емпатії (В.В. Бойко)

Інструкція: Відповідайте «так» або «ні» на кожне твердження.

Твердження:

- Я часто розумію настрій людини, ще до того, як вона почне говорити.
- Мені легко поставити себе на місце іншого.
- Я переживаю, коли хтось поруч плаче.
- Я намагаюсь підтримати людину, яка у важкій ситуації.
- Мене засмучує чужий біль.
- Я швидко помічаю зміни в настрої людей.
- Я розумію, коли людині погано, навіть якщо вона це приховує.
- Мені часто передається настрій оточення.
- Мені хочеться допомогти людям, навіть якщо я їх не знаю.
- Я легко переймаюсь чужими емоціями.
- Я помічаю, коли людині потрібна моральна підтримка.
- Я важко переживаю конфлікти з близькими.
- Я часто думаю про чужі проблеми.
- Я співчуваю персонажам фільмів або книг.
- Я хвилююся, коли хтось поруч нервує.

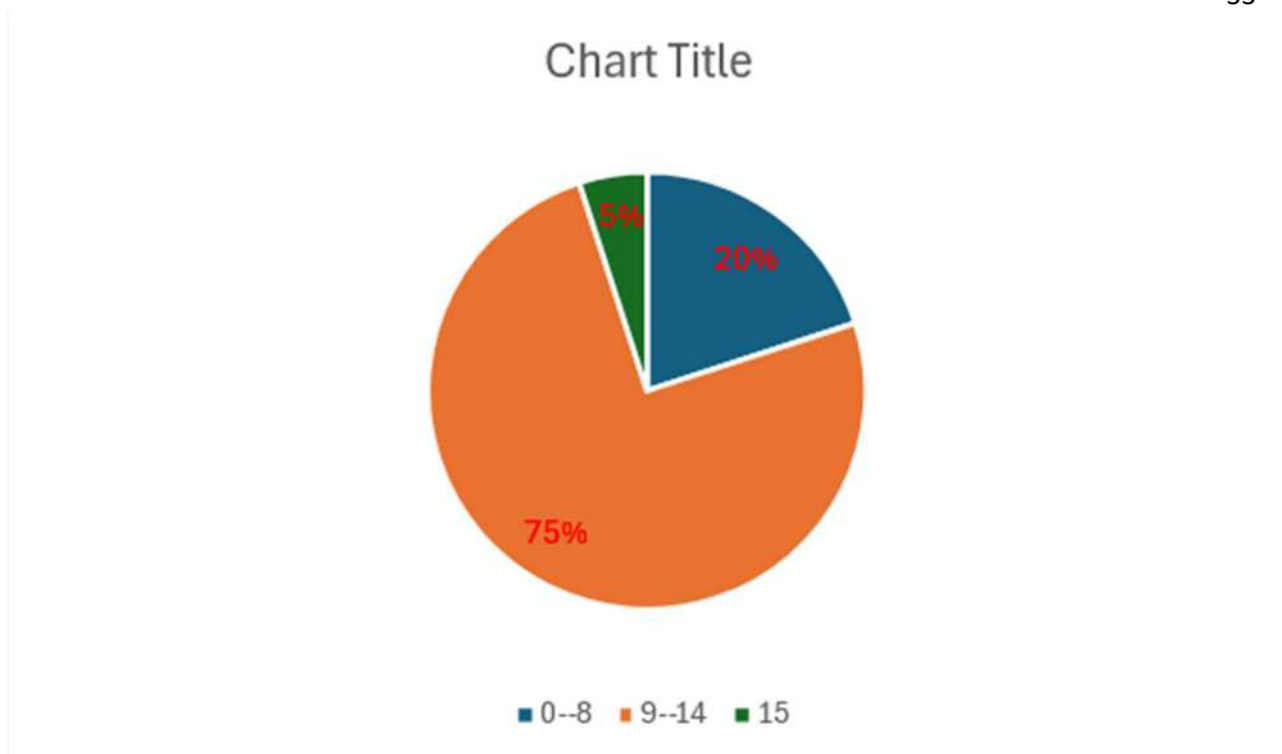
Ключ: За кожну відповідь «так» — 1 бал. Інтерпретація:

0–8 балів — низький рівень емпатії

9–14 балів — середній

15 і більше — високий

Аня	9	6
Віка	15	0
Валерія	9	6
Сергій	11	4
Іван	9	6
Євгенія	6	9
Мохамед	14	1
Омар	13	2
Віктор	12	3
Марія	9	6
Надія	7	8
Віра	6	9
Микола	11	4
Ігор	10	5
Ірина	13	2
Ілля	9	6
Олександр	7	8
Володимир	10	5
Андрій	11	4
Кіра	9	6



Висновок за результатами тесту на рівень емпатії (за методом В.В. Бойко):

У дослідженні взяли участь 20 осіб.

Результати розподілилися таким чином

- 4 особи — низький рівень емпатії (0-8 балів)
- 15 осіб — середній рівень емпатії (9-14 балів)
- 1 особа — високий рівень емпатії (15 балів)

Аналіз:

Більшість учасників мають "середній рівень емпатії", що свідчить про загальну здатність до розуміння та співпереживання емоцій інших, хоча не завжди на глибокому рівні. Такі люди здатні підтримати інших, але можуть не завжди помічати або глибоко проживати чужі емоції. Один учасник з "високим рівнем емпатії" демонструє виражену здатність до емоційного відгуку, глибоке співпереживання та чутливість до емоцій оточення. Це є важливою якістю для майбутньої професійної діяльності, особливо в сферах, пов'язаних із людьми. Четверо учасників з "низьким рівнем емпатії" можуть мати труднощі в емоційному розумінні інших, що може ускладнювати ефективне спілкування, побудову довіри та підтримки в команді.

Рекомендації:

Провести заняття або тренінги з емоційного інтелекту та розвитку емпатії. Практикувати рефлексію, обговорення емоцій у групі. Заохочувати взаємну підтримку, співпрацю та обговорення особистого досвіду в безпечному середовищі.

Загальний висновок:

Рівень емпатії в групі загалом є "задовільним", проте є потреба в розвитку цієї якості, особливо у тих, хто має низький результат. Емпатія — важлива складова комунікативної компетентності, що безпосередньо впливає на якість взаємодії в навчанні, командній роботі та майбутній професії.

Комунікативна толерантність (В. В. Бойко)

Мета: визначити рівень толерантності у спілкуванні з різними типами людей.

Корисно для аналізу конфліктності та взаєморозуміння в класному колективі.

Опитувальник

«Комунікативна толерантність» (В. В. Бойко) Інструкція для учнів (або студентів): Ознайомтеся з кожним твердженням і оцініть, наскільки воно вам притаманне. Оцінювання здійснюється за шкалою:

1 — зовсім не згоден

2 — скоріше не згоден

3 — важко відповісти

4 — скоріше згоден

5 — повністю згоден Твердження:

- Мені буває важко прийняти звички та манери інших людей.
- Люди з чужими поглядами часто викликають у мене роздратування.
- Я вважаю за краще не спілкуватися з тими, хто має інші цінності.
- Я намагаюся не виявляти неповагу до людей, які мені неприємні.
- Якщо я не погоджуюсь з думкою іншого, я намагаюся її зрозуміти.

- Я вважаю, що кожна людина має право бути собою.
- Мене дратують емоційні люди.
- Мені важко приховувати свої негативні емоції в спілкуванні.
- Я намагаюся знайти підхід до кожної людини.
- Я не люблю працювати в групі з тими, хто постійно сперечається.
- Мені важливо, щоб усі поводитися відповідно до загальних норм.
- Якщо людина поводиться інакше, ніж я, я ставлюсь до цього з розумінням.
- Я легко втрачаю самовладання в суперечках.
- Я можу прийняти чужу точку зору, навіть якщо вона мені не подобається.
- Я часто думаю, що мав би бути обережнішим у спілкуванні з деякими людьми.
- Люди, які мають інші культурні традиції, мені цікаві.
- Якщо людина мені не симпатична, я це не приховую.
- Я вважаю, що доброзичливість — основа хорошого спілкування.
- Я засуджую тих, хто не поважає інших.
- Навіть якщо я не погоджуюсь, я поважаю чужу думку.

Ключ до обробки: Методика містить вісім шкал (або факторів), кожна з яких включає 2–3 твердження. Підрахунок балів здійснюється з урахуванням обернених тверджень.

Фактор 1. Прийняття іншого як індивідуальності (Питання: 3, 6, 12, 14, 20) — Високі бали = толерантне ставлення до особистісних відмінностей.

Фактор 2. Прийняття культурних відмінностей (Питання: 2, 11, 16) — Низькі бали = упередженість, високі = відкритість до культурного розмаїття.

Фактор 3. Емоційна саморегуляція у спілкуванні (Питання: 4, 8, 13, 17) — Високі бали = вміння контролювати емоції у спілкуванні.

Фактор 4. Орієнтація на розуміння (Питання: 5, 9, 12, 18) — Високі бали = готовність до діалогу і пошуку компромісу.

Фактор 5. Терпимість до неприємного співрозмовника (Питання: 1, 7, 10) — Низькі бали = схильність уникати неприємних людей.

Фактор 6. Готовність до співпраці (Питання: 9, 15, 18, 19) — Високі бали = спрямованість на конструктивну взаємодію.

Фактор 7. Відкритість у комунікації (Питання: 4, 14, 20) — Високі бали = щирість, довіра, відкритість у спілкуванні.

Фактор 8. Загальний рівень комунікативної — Обчислюється як середнє арифметичне балів усіх тверджень

Інтерпретація загального балу :

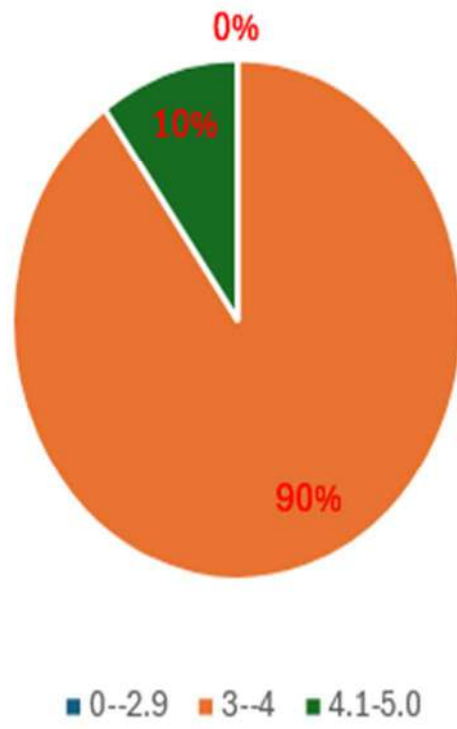
4.1 – 5.0 — високий рівень комунікативної толерантності

3.0 – 4.0 — середній рівень

1.0 – 2.9 — низький рівень

	Середній бал
Аня	3.45
Віка	3.6
Валерія	3.6
Сергій	3.8
Іван	3.25
Євгенія	3.55
Мохамед	4.1
Омар	3.4
Віктор	3.6
Марія	3.5
Надія	4
Віра	4.1
Микола	3.6
Ігор	3.25
Ірина	3.2
Ілля	3.6
Олександр	3.5
Володимир	3.75
Андрій	3.9
Кіра	4

Chart Title



Висновок за результатами методики «Комунікативна толерантність» (В. В. Бойко):

У дослідженні взяли участь 20 учасників, загальний рівень комунікативної толерантності яких коливається в межах від 3.2 до 4.1 балів.

Аналіз результатів:

Більшість учасників продемонстрували середній рівень комунікативної толерантності (3.0–4.0 балів), що свідчить про достатню здатність до взаєморозуміння, прийняття інших, емоційну стриманість і готовність до співпраці. Проте в окремих випадках можуть виникати труднощі в спілкуванні з людьми, які мають інші погляди чи емоційні особливості. Окремі учні досягли високого рівня (понад 4.0 балів), що вказує на добре сформовані навички прийняття інших, відкритість до діалогу, щирість і повагу до співрозмовників. Загальні тенденції: Учні в основному схильні до "розуміння та прийняття особистісних і культурних відмінностей", хоча в деяких ситуаціях можуть виникати "труднощі з емоційною саморегуляцією" або "толерантністю до неприємних співрозмовників". Присутнє бажання до "конструктивної взаємодії" та "співпраці", що є позитивним показником для роботи в команді та адаптації в соціальному середовищі.

Висновок:

Короткі висновки дослідження Ми успішно дослідили, як атмосфера в групі впливає на спілкування між учнями.

У ході дослідження вдалося досягти поставлених цілей та знайти відповіді на ключові питання.

Ось основні результати:

Соціально-психологічний клімат у групі впливає на спілкування.

Атмосфера в групі – це важливо! Гарна атмосфера в колективі — це коли є взаємна підтримка, довіра та спільні інтереси.

У таких умовах легше відкриватися, ділитися думками і працювати разом. Якщо ж у групі є напруга, конфлікти чи відчуття відчуженості, це ускладнює спілкування: люди закриваються, бояться висловлювати думку або уникають спільних обговорень.

Група загалом має "достатній рівень комунікативної толерантності", що сприяє створенню комфортного емоційного клімату, ефективній командній роботі та зниженню ризику конфліктів. Водночас є потенціал для подальшого розвитку навичок емоційної саморегуляції та прийняття альтернативних поглядів у складних комунікативних ситуаціях. Рекомендації: Проводити тренінги з розвитку толерантності та емоційного інтелекту. Створювати ситуації, де учні взаємодіють із різними людьми (з різними поглядами, характерами). Заохочувати відкриту комунікацію та вміння висловлювати незгоду з повагою.

2.3

Група має чітко виражених лідерів, але є несумісні учасники, які скоріш за все відчувають труднощі в комунікації. Це свідчить про необхідність роботи з формуванням комунікативного середовища в групі. Висновки за результатами практичного дослідження: Підлітки мають загалом достатній рівень комунікації.

Середній рівень емпатії свідчить про базову здатність до міжособистісного сприйняття, проте є потреба в її розвитку. Соціометричні дані показують наявність комунікативної нерівності в групі, що вимагає психологічну підтримку деяких учасників.

РОЗДІЛ 3

3.1 Підсумки проведеного дослідження.

Підсумовуючи, можна зазначити, що дослідження допомогло виконати всі поставлені завдання :

Проведений аналіз допоміг визначити основні аспекти комунікативних навичок підлітків та основні риси соціально-психологічного клімату в групах. Соціально-психологічний клімат відображає емоційну атмосферу взаємодії між учасниками, що залежить від їхньої близькості, співчуття, темпераменту, інтересів і бажань, а також від умов навколишнього середовища. У підлітків спостерігається різний рівень комунікативних навичок, які переважно залежать від здатності слухати, виражати свої думки та взаємодіяти в групі. Також можна помітити різноманітність комунікативних стилів, що впливає на якість взаємодії та ефективність роботи в команді. В групах є різні рівні соціально-психологічного клімату, визначеного ступенем взаєморозуміння, підтримки та довіри. Негативний клімат може спричиняти конфлікти і обмежувати відкритість, що погіршує атмосферу та сприйняття групи, тоді як позитивний клімат сприяє розвитку комунікативних навичок і покращує взаєморозуміння.

Виявлено основні проблеми комунікації серед підлітків, такі як відчуття тиску чи неприязності з боку групи та відсутність можливостей для відкритого обговорення проблем. Це може негативно впливати на їхню поведінку в групах та загальну атмосферу. Вивчення комунікативних навичок підлітків та соціально-психологічного клімату в групах показало важливість врахування індивідуальних особливостей кожного для створення комфортних умов для спілкування та розвитку. Соціально-психологічні умови безпосередньо пов'язані з комунікацією і залежать від здатності лідерів керувати взаємодією та підтримувати гармонію в групі.

3.2 Пропозиції для подальших досліджень у цій галузі.

Емпіричне дослідження комунікативних навичок підлітків та соціально-психологічного клімату показало, що сприятливий клімат позитивно впливає

на комунікативні навички, а негативний клімат може перешкоджати нормальній взаємодії та розвитку цих навичок. Відкрите спілкування та підтримка в групі допомагають підліткам бути більш впевненими і розвивати свої здібності до спілкування.

Що показало дослідження : Між тим, як підлітки вміють спілкуватися, і тим, яка атмосфера панує в колективі, існує прямий зв'язок. Там, де панує дружба, довіра та підтримка, краще розвиваються комунікативні навички. А от у середовищі, де часто виникають конфлікти чи немає порозуміння, навпаки — спілкування ускладнюється. Наукові дослідження у сфері спілкування та атмосфери в колективі показують, що те, як учні взаємодіють між собою, дуже впливає на розвиток їхніх навичок спілкування. Дослідження вказують на те, що в дружньому та підтримуючому середовищі підлітки краще спілкуються, відчувають себе впевненіше. Легше обмінюються думками та емоціями. Натомість, якщо в групі є конфлікти, непорозуміння або хтось відчувається виключеним, це може заважати нормальній комунікації. Тобто, атмосфера в колективі напряму впливає на те, наскільки легко підліткам спілкуватися та взаємодіяти. Подальші дослідження можуть зосередитись на таких напрямках :

Детальніше вивчення атмосфери в колективах : можна дослідити, як саме впливають такі речі, як лідерство серед підлітків, здатність до співпраці або конфлікти.

Особливості кожного : цікаво буде вивчити, як особисті риси — наприклад, емоційний інтелект чи здатність адаптуватися до змін — впливають на те, як людина спілкується в групі.

Культурні відмінності : важливо зрозуміти, як атмосфера в колективі впливає на спілкування, якщо в групі є учні з різних культур чи з різним досвідом.

Методи роботи вчителів : можна розробити спеціальні підходи, які допоможуть вчителям створювати більш доброзичливу та підтримуючу атмосферу, сприятиме кращому спілкуванню між учнями тощо. Загалом, чим

кращий клімат у колективі, тим легше всім спілкуватися, працювати разом і почуватися комфортно.

3.3 Практичні рекомендації

На основі результатів дослідження були розроблені конкретні рекомендації для покращення комунікації серед підлітків і зміцнення соціально-психологічного клімату в групах. Рекомендації включають створення умов для відкритого обговорення, підтримку лідерських якостей та сприяння розвитку позитивного духу в колективі.

Результати дослідження соціально-психологічним кліматом і підтвердили тісний зв'язок між комунікативними навичками підлітків. Позитивне середовище, де підтримується взаєморозуміння та довіра, сприяє розвитку комунікативних навичок, тоді як негативні аспекти, такі як конфлікти чи ізоляція, можуть значно обмежити ефективну взаємодію. Це дослідження підкреслює важливість створення сприятливих умов для розвитку комунікативних навичок підлітків, що впливає на їхнє самопочуття і загальний успіх у взаємодії з іншими людьми.

Як педагоги та психологи можуть підтримувати здорові комунікативні навички у підлітків.

Після того, як ми проаналізували результати дослідження та врахували думки фахівців, було сформульовано поради, які можуть допомогти підліткам краще спілкуватися в колективі та зробити атмосферу в класі або групі більш приємною та дружньою. Що можна зробити для кращої комунікації в групах : Дуже важливо, щоб учні взаємодіяли між собою і з вчителями. Наприклад, участь у спільних проєктах, виконання завдань у командах чи просто розмови в колі однокласників допомагають налагодити контакт і краще розуміти одне одного.

Поради для самих підлітків : важливо підтримувати одне одного, вміти поставити себе на місце іншого (розвивати емпатію). Це створює позитивну атмосферу, де кожен відчувається

важливим і прийнятим.

Вчителям рекомендується залучати підлітків до спільних занять і обговорень, де можна вільно висловити свою думку. Це розвиває вміння мислити, слухати інших і знаходити спільні рішення.

Учням корисно вчитися уважно слухати співрозмовника та намагатися зрозуміти його точку зору. Це допомагає уникати конфліктів і покращує спілкування в групі.

Дуже важливо бути відкритими до нових ідей і приймати те, що всі люди різні. Дружнє, інклюзивне середовище робить спілкування легшим і приємнішим.

Розвиток емоційного інтелекту в юнацькому віці: рівні, методики та перспективи.

Рекомендації:

Методики розвитку емоційного інтелекту

Особливу увагу у роботі з юнаками варто приділяти:

1. Структурним компонентам:

- Самомотивації (найбільш розвинений компонент)
- Емоційній обізнаності (середній рівень)
- Емпатії (середній рівень)

2. Арт-терапевтичним методам, які:

- Допомагають відпрацьовувати негативні емоції
- Розвивають саморегуляцію
- Сприяють творчому самовираженню
- Підвищують емоційний тонус

Ефективна програма розвитку повинна включати:

1. Комплексний підхід за участю:

- Психологів
- Педагогів
- Батьків

2. Основні напрямки роботи:

- Інформування про методи розвитку
- Створення сприятливого середовища
- Налагодження взаємодії
- Психологічна підтримка

Результати впровадження програм показують:

- Ефект зближення учасників
- Позитивні зміни в емоційному стані
- Підвищення соціальної компетентності

Висновки та перспективи

Дослідження підтверджують, що емоційний досвід є основою розвитку емоційного інтелекту, впливаючи на:

1. Когнітивний рівень (знання про емоції)
2. Емоційний рівень (якість реагування)
3. Поведінковий рівень (адаптивні стратегії)

Перспективними напрямками подальших досліджень є:

- Удосконалення методик роботи
- Розробка спеціальних програм
- Адаптація підходів для різних вікових груп

Ефективний розвиток емоційного інтелекту в юнацькому віці створює міцну основу для успішної соціалізації та особистісного зростання.

Психологічна безпека в колективі — це коли кожен може спокійно висловити свою думку без страху бути осміяним. Таке середовище дозволяє підліткам почуватися впевнено.

Навіщо це все потрібно ?

Ці поради допомагають покращити навички спілкування, сприяють взаєморозумінню між учнями та створюють дружню атмосферу в групі. Це, у свою чергу, позитивно впливає на навчання, настрої та розвиток кожного юнака.

Самосприйняття та його вплив на спілкування підлітків

У підлітковому віці відбувається активне формування самосприйняття, тобто уявлень дитини про саму себе, свої можливості, цінність та місце в соціумі. Ці зміни безпосередньо впливають на те, як підліток спілкується з іншими.

Як саме самосприйняття впливає на спілкування:

Підлітки з позитивним самосприйняттям: Частіше проявляють ініціативу у спілкуванні; Легше будують довірливі стосунки; Менше бояться осуду або помилок; Впевненіше виражають власну думку.

Підлітки з низькою самооцінкою: Можуть уникати спілкування; Частіше замкнуті, тривожні, схильні до самоізоляції; Вразливі до критики та порівнянь; Часто прагнуть довести свою значущість через конфлікти або надмірну залежність від думки інших.

Способи розвитку емоційного інтелекту в юнацькому віці.

Фактори, що формують зв'язок між самосприйняттям і комунікацією:

Соціальні порівняння.

Підлітки постійно зіставляють себе з однолітками, що впливає на впевненість у спілкуванні.

Оцінка з боку дорослих.

Підтримка або критика батьків і вчителів безпосередньо формує впевненість у собі.

Досвід соціального відкидання чи прийняття.

Відгуки від ровесників мають особливу вагу і можуть або зміцнити, або підірвати комунікативну активність підлітка.

Практичні поради:

Створювати середовище, де підлітки можуть без страху висловлювати свої думки; Заохочувати розвиток емоційного інтелекту; Допомогати їм розпізнавати й трансформувати негативні установки про себе; Підтримувати формування здорової самооцінки через позитивне підкріплення.

Когнітивно-поведінкова терапія (КПТ) Цей підхід є одним з основних у

психологічній допомозі підліткам. Він дає змогу виявити автоматичні, часто ірраціональні, думки та переконання, які знижують самооцінку. КПТ допомагає: усвідомити негативні переконання, наприклад: «я нічого не вартий» або «усі мене засуджують»; сформувати альтернативні, позитивні установки; навчитися об'єктивно оцінювати власні досягнення без самокритики чи звинувачень. У юнацькому віці молоді люди менше звертають увагу на зовнішність інших (одяг, поведінку) і більше цікавляться їхнім внутрішнім світом — рисами характеру, мріями, життєвими цілями. Вони намагаються зрозуміти людей, спираючись на власні враження, і вважають себе досить проникливими. У цей період також змінюється і ставлення до себе. Юнаки прагнуть підкреслити свою унікальність і не бути схожими на інших. Вони починають будувати уявлення про себе, що допомагає їм краще розуміти і себе, і оточення. Пізнання себе часто супроводжується емоційними переживаннями. Молодь усвідомлює свою неповторність, але водночас може відчувати самотність. Зростає потреба в спілкуванні, але при цьому юнаки стають більш вибірковими — не кожному готові відкрити свій внутрішній світ. Іноді їм навіть хочеться побути наодинці. У дитинстві дитина формує своє «Я», наслідуючи дорослих. У юності ж з'являється орієнтація на кількох значущих людей одночасно. Це може викликати внутрішні суперечності та бажання відкинути старі уявлення, щоб знайти себе справжнього. Молодь також оцінює себе, порівнюючи з ровесниками. Наприклад, у дослідженнях юнаки вважали себе добрими, але менш сміливими та життєрадісними. Дівчата описували себе як більш щирих і справедливих, хоча менш товариських.

Як знижувати психологічні бар'єри для ефективного спілкування в класах. У підліткових компаніях важливо бути «своїм». Молодь може бути нетерпимою до тих, хто чимось відрізняється — зовнішністю, поведінкою, поглядами. Це спосіб захистити свою ідентичність. Жаргон, одяг, жести — усе це стає символами належності до певної групи. Такі групи допомагають

відчутти себе частиною чогось і перевірити інших на вірність спільним цінностям. Юнацький вік часто супроводжується непорозумінням з батьками. Молоді люди починають відокремлювати себе від дорослих, формуючи власну субкультуру з особливими інтересами, смаками та поведінкою. Водночас велике значення має сім'я. Освіта та культура батьків, стосунки в родині, а також рівень самостійності, яку надають дитині, суттєво впливають на формування особистості юнака. Попри конфлікти, багато юнаків і дівчат хочуть бачити в батьках не наставників, а друзів. Вони часто шукають підтримки й поради від дорослих. За дослідженнями, приблизно 70% молоді хоче бути схожими на своїх батьків.

Висновки

Які проблеми виникають у спілкуванні?

Деякі відчують себе невпевнено, тому мовчать або уникають активності. Інші стикаються з незрозумілим ставленням — наприклад, їхні ідеї ігнорують або критикують без пояснення.

Через відмінності в характерах або поглядах можуть виникати суперечки, які заважають знаходити спільну мову.

Як клімат групи впливає на навички спілкування?

У дружньому середовищі люди швидше розвивають комунікативні навички: вчаться слухати, аргументувати свою думку, знаходити компроміси. Якщо ж у групі панує напруга, навіть розмовні та активні люди можуть стати замкнутішими. Люди закриваються, бояться висловлювати думку або уникають спільних обговорень. Якщо в колективі панує довіра, підтримка та взаєморозуміння – студенти легше спілкуються, діляться думками і працюють разом

Що можна зробити для покращення ситуації?

Більше спілкування — створювати ситуації, де кожен може висловитись без страху бути осудженим, групові проекти, дискусії, ігри, щоб усі могли познайомитися ближче. Більше спільних активностей. Відкритий діалог – створювати умови, де кожен почувається комфортно висловлювати думку. Підтримка замість критики – вчитися давати корисний зворотний зв'язок, а не просто критикувати, щоб допомагати, а не ображати.

. Розвиток емпатії – розуміти почуття інших і поважати їхню точку зору. Допомога викладачів – їхня роль дуже важлива: вони можуть налаштувати групу на позитивну атмосферу.

Підтримка замість критики — навчитися давати зворотний зв'язок . Командні завдання — спільні проекти, ігри чи обговорення допомагають зблизитися.

Розвиток емпатії — вчитися розуміти почуття інших і поважати їхню точку зору.

Головний висновок:

Доброзичлива атмосфера в групі — це ключ до гарного спілкування. Коли немає страху бути собою, легше розвивати навички спілкування, знаходити друзів і ефективно працювати разом. Тому варто працювати над тим, щоб у кожному колективі панували взаємна повага та довіра. Добра атмосфера та краще спілкування це ефективніше навчання. Якщо в групі є довіра, підтримка та відкритість, учні не тільки краще взаємодіють, але й отримують більше задоволення від навчання. Тому варто працювати над тим, щоб у кожному колективі було комфортно всім! Що далі? Це дослідження показує, що варто продовжувати вивчати, як покращувати комунікацію в студентських групах. Можна експериментувати з новими методами спілкування, тренінгами та заходами для згуртування. Головне – пам'ятати, що гарна атмосфера починається з кожної людини в групі!

Список використаних джерел

1. Ануфрієва Н.М. Соціальна психологія : [Навчальний посібник] / Н.М. Ануфрієва, Т.М. Зелінська, Н.О. Єрмакова. Київ : Каравела, 2016. 370 с.
2. Арістова Н.О. Формування професійної суб'єктності майбутніх філологів : Теорія і практика. Київ // https://irbis-nbuv.gov.ua/cgi-bin/irbis_nbuv/cgiirbis_64.exe
3. Білецька С.П. Шляхи створення сприятливого соціально-психологічного клімату в студентській академічній групі URL: http://www.psyh.kiev.ua/Шляхи_створення_сприятливого_соціально_психологічног
4. Блинова О.Є., Ільницька І.А. Соціально-психологічна безпечність освітнього середовища як чинник позитивного психологічного клімату студентської групи. Теоретичні і прикладні проблеми психології. 2019. № 1. С. 298–309. URL: http://nbuv.gov.ua/UJRN/Tipp_2019_1_34
5. Бойко Ю.І. Особливості соціально-психологічного клімату студентської групи у ЗВО. URL: <http://intkonf.org/boyko-yui-osoblivosti-sotsialnopsihologichnogo-klimatustudentskoyi-grupi-u-vnz/>
6. Винославська О. В. : Психологія : навч. Посіб. Київ : Інкос, 2005. 417 с.
7. Виготський Л.С. Посібник з вікової психології. Проблема віку . <http://www.ndu.edu.ua>
8. Вітенко І.С., Вітенко Т.І. Основи психології. « Основи психології. Основи Педагогіки ». Чернівці : Книги-XXI, 2006. 256 с. // <https://westudents.com.ua/knigi/515-osnovi-psiholog-vtenko-s.html> Волкова Н.П. Професійно-педагогічна комунікація : навч. Посіб. Київ : ВЦ “Академія”, 2006. 256 с.
9. Гольдштейн А., Хомик В. Тренінг умінь спілкування : як допомогти Проблемним підліткам. Пер. з англ. В. Хомика. // <http://socsoc.univ.kiev.ua/uk/library/trening-umin-spilkuvannya-yak-dopomogti-problemnim-pidlitkam-perz-angl-vhomika>

10. Гречановська О.В. Значення стилів поведінки у формуванні конфліктологічної культури студентів технічних ЗВО. Вісник Чернігівського Національного педагогічного університету імені Т.Г. Шевченко // https://vspu.edu.ua/content/specialized_academic_council/doc/2020/Grechanska_O_W/dis.pdf
11. Захарчук Н.А. Основи психології / Н. А. Захарчук // Шкільному психологу. Усе для роботи. 2010. № 10.
12. Іванова І. Дослідження комунікативної компетентності студентів педагогічних спеціальностей. Психологічні науки. 2014. // http://www.irbis-nbu.gov.ua/cgi-bin/irbis_nbu/cgiiirbis_64.exe
13. Кличковський С. О. Дослідження взаємозв'язку деструктивних установок міжособистісної взаємодії з соціально-психологічним кліматом підприємства. <http://upj.com.ua/indexa.php>
14. Кличковський С. О. Дослідження особливостей соціально-психологічного Клімату підприємства у кризовий період.
15. Ковальчук В. І. Педагогічна майстерність викладача, як основа його компетентності // https://elibrary.kubg.edu.ua/id/eprint/8554/1/Kovalchuk_V.pdf
16. Ковальчук Н. П. Комунікативна культура як умова вдосконалення Професійної підготовки майбутніх фахівців у ЗВО. // <http://eprints.zu.edu.ua/39269/1/dys>
17. Корніяка О.М. Особливості розвитку комунікативної компетентності Фахівців на різних етапах їх професійного становлення / О.М. Корніяка // <https://core.ac.uk/download/pdf/32305853.pdf>
18. Кузьменко В., Міськова Г. Теоретичний аналіз проблеми розвитку Комунікативних здібностей підлітків. Міжнародний науковий форум : соціологія, Психологія, педагогіка// http://www.irbis-nbu.gov.ua/cgi-bin/irbis_nbu/cgiiirbis_64.exe

19. Ліщинська О. А. Соціально-психологічний клімат, як чинник управління Організацією : // http://www.irbis-nbu.gov.ua/cgi-bin/irbis_nbu/cgiirbis_64.exe
20. Малихін О. В. Теоретичні основи реалізації компетентнісного підходу в Організації самостійної освітньої діяльності // https://irbis-nbu.gov.ua/cgi-bin/irbis_nbu/cgiirbis_64.exe
21. МОЗ України <https://moz.gov.ua/>
22. Панасенко Е., Черепова Ю. Розвиток комунікативних здібностей майбутніх учителів філологів :// http://www.irbis-nbu.gov.ua/cgi-bin/irbis_nbu/cgiirbis_64.exe
23. Петрух Р. Б. Формування комунікативної компетентності у викладачів Вищого навчального закладу URL:// <https://www.researchgate.net/publication/322764777>
24. Романов, А. Дослідження факторів впливу на соціально-психологічну домінанту системи управління персоналом.// http://www.irbis-nbu.gov.ua/cgi-bin/irbis_nbu/cgiirbis_64.exe
25. Ткачишина О. Р. Роль активного соціально-психологічного навчання // <https://dspace.onua.edu.ua/server/api/core/bitstreams/fdad89fd-cd78-4c46-9924-0057aadcd9f1/content>
26. Філоненко М. Психологія спілкування : підручник. Київ : Центр учбової Літератури, 2008. URL / https://lkkeip.at.ua/_ld/0/24_--_.pdf
27. Харівська С. В. Соціально-психологічний клімат в колективі та шляхи його оптимізації URL : Pk/556- soczalnopsixologchnij-klmat-v-kolektiv-ta-shlyaxi-jogooptimzacz-metodichnarozrobkaОНУ / <http://elar.kpnu.edu.ua:8081/xmlui/handle/123456789/4430>
28. Харченко Т. Г. : <https://scholar.google.com/citations?user=oQ5NieUAAAAJ&hl=ru>
29. Хомуленко Т. Б. Діяльнісний підхід до розвитку організаторських Здібностей як компетентності / Т. Б. Хомуленко, А. В. Поденко //

<https://oaji.net/articles/2015/983-1429861821.pdf>

30. Чайковська О. М., Онуфрієва Л. А. Вплив міжособистісних взаємин на Формування соціально-психологічного клімату студентської групи. Психологічний Часопис 2019.
<https://pj.journal.kspu.edu/index.php/pj/article/download/1261/1217/>
31. Чечель, А., Кириченко, І., & Бібікова, Я. (2015). Шляхи формування Позитивного соціально-психологічного клімату в колективі підприємства.
32. <https://snku.krok.edu.ua/index.php/vcheni-zapiski-universitetu-krok/article/view/580>
33. Шевенко А. Методичне забезпечення відбірничівської молоді до вищих навчальних закладів педагогічного профілю : методичні рекомендації. Київ, 2016
34. Шамне В.Н. Токарева А. М. <https://www.researchgate.net>