

Возможности дистанционного тренинга в процессе развития коммуникативных навыков и эмоционального интеллекта в подростковом возрасте

Научный руководитель – Матасова Инна Леонидовна

Дайбова Мария Михайловна

Студент (бакалавр)

Московский городской педагогический университет, Самарский филиал, Самара, Россия

E-mail: mariya.dajbova@mail.ru

Подростковый возраст остается самым противоречивым этапом развития в жизни каждого человека. В этот период ребенок нарабатывает социальные модели поведения, формирует коммуникативные навыки взаимодействия в макро и микро социуме, учится строить отношения и находить референтные группы - группы, в которых он будет принят и понят. Для большинства подростков такой группой становится классный коллектив. Однако, действительность, как оказалось, может вносить коррективы в этот объективно существующий процесс.

В прошлом году обучение в школах было переведено в дистанционный формат. Такая ситуация существовала вплоть до последнего времени. В условиях карантина единственным возможным вариантом обучения оставалось проведение занятий на различных онлайн-площадках. Зачастую, эти занятия не предусматривали разностороннюю коммуникацию. Кроме того, в своих передвижениях по городу подростки были достаточно ограничены. Единственно возможным вариантом усвоения коммуникационных навыков оставалось взаимодействие в социальных сетях. Но само по себе виртуальное пространство предполагает достаточно примитивную модель взаимодействия: заниженную эмоциональную включенность, относительную бесконфликтность, искажение реальной личностной картины и пр.

Стоит так же отметить, что сама ситуация ограничения и необходимость находиться в постоянном контакте, пусть даже с близкими людьми, вносила дополнительный компонент напряженности и нестабильности в эмоциональный фон подростка.

В данной ситуации ярко прослеживается противоречие между объективной необходимостью усвоения социально приемлемых моделей поведения в подростковом возрасте и невозможностью осуществлять этот процесс в реальной жизни.

Именно поэтому мы обратились к теме нашего исследования. Основной идеей явилась разработка тренинга, позволившему развивать у подростков коммуникативные навыки реальной жизни в дистанционном формате.

Для этого на первом этапе был подобран комплекс диагностических методик, которые позволили отследить взаимосвязи различных коммуникативных характеристик с индивидуально-психологическими показателями подростков.

На основании этих взаимосвязей была разработана тренинговая программа, включившая в себя следующие блоки: самоосознание и распознавание, самомотивация и использование эмоций для стимуляции мышления, понимание эмоций, управление эмоциями и управление взаимоотношениями.

Тренинг начал реализовываться в дистанционном формате.

В эксперименте приняло участие 20 учащихся 11-13 лет одной из школ г. Самары.

После реализации тренинговой программы были сделаны повторные замеры, а полученные результаты подверглись математико-статистическому анализу, что позволило говорить об изменениях, произошедших с испытуемыми в ходе эксперимента.