

**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ**  
**КРИВОРІЗЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ ПЕДАГОГІЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ**  
**Психолого-педагогічний Факультет**  
**Кафедра практичної психології**

«Допущено до захисту»

Завідувач кафедри

\_\_\_\_\_ О.А. Чаркіна  
« \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 2024 р.

Реєстраційний № \_\_\_\_\_  
« \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 2024 р.

**КОМУНІКАТИВНА КОМПЕТЕНТНІСТЬ**  
**ЯК СКЛАДОВА АДАПТИВНОЇ ПОВЕДІНКИ ОСОБИСТОСТІ**

Кваліфікаційна робота студентки  
групи ЗППм-23-2  
ступінь вищої освіти магістр  
спеціальності 053 Психологія  
**Шаповалової Інесси Вадимівни**

Керівник доктор психол. наук, професор  
кафедри практичної психології  
**Мірошник З.М.**

**Оцінка:**

Національна шкала \_\_\_\_\_

Шкала ECTS \_\_\_\_\_ Кількість балів \_\_\_\_\_

Голова ЕК \_\_\_\_\_  
(підпис) (прізвище, ініціали)

Члени ЕК \_\_\_\_\_  
(підпис) (прізвище, ініціали)

\_\_\_\_\_  
(підпис) (прізвище, ініціали)

\_\_\_\_\_  
(підпис) (прізвище, ініціали)

**Кривий Ріг – 2024**

## ЗАПЕВНЕННЯ

Я, **Шаповалова Інесса Вадимівна**, розумію і підтримую політику Криворізького державного педагогічного університету з академічної доброчесності. Запевняю, що ця кваліфікаційна робота виконана самостійно і не містить академічного плагіату, фабрикації, фальсифікації. Я не надавала і не одержувала недозволену допомогу під час підготовки цієї роботи. Використання ідей, результатів і текстів інших авторів мають покликання на відповідне джерело.

Із чинним Положенням про запобігання та виявлення академічного плагіату в роботах здобувачів вищої освіти Криворізького державного педагогічного університету ознайомена. Чітко усвідомлюю, що в разі виявлення у кваліфікаційній роботі порушення академічної доброчесності робота не допускається до захисту або оцінюється незадовільно.



**Шаповалова І.В.**\_\_\_\_\_

## ЗМІСТ

ВСТУП .....	4
РОЗДІЛ 1 ТЕОРЕТИЧНІ ОСНОВИ ДОСЛІДЖЕННЯ КОМУНІКАТИВНОЇ КОМПЕТЕНТНОСТІ ЯК СКЛАДОВОЇ АДАПТИВНОЇ ПОВЕДІНКИ ОСОБИСТОСТІ .....	7
1.1. Формування теоретико – концептуальних основ вивчення адаптивної поведінки особистості .....	7
1.2. Комунікативна компетентність: сутнісний аспект .....	11
1.3. Дослідження структури комунікативної компетентності.....	20
Висновки до розділу 1 .....	26
РОЗДІЛ 2 ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ КОМУНІКАТИВНОЇ КОМПЕТЕНТНОСТІ ТА АДАПТИВНОСТІ ОСОБИСТОСТІ.....	20
<b>Закладка не определена.</b>	<b>20</b>
2.1. Організаційно – методичні засади імперичного дослідження комунікативної компетентності та адаптивності особистості .....	28
2.2. Аналіз результатів психодіагностичного вимірювання показників комунікативної компетентності та адаптивності здобувачів освіти .....	33
Висновки до розділу 2 .....	52
РОЗДІЛ 3 РОЗВИТОК КОМУНІКАТИВНОЇ КОМПЕТЕНТНОСТІ ОСОБИСТОСТІ.....	54
3.1. Розробка та реалізація тренінгу з розвитку комунікативної компетентності особистості.....	54
3.2. Аналіз ефективності розвитку комунікативної компетентності особистості.....	58
Висновки до розділу 3 .....	66
ВИСНОВКИ.....	67
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ.....	72
ДОДАТКИ.....	83

## ВСТУП

**Актуальність дослідження.** Дослідження сутності комунікативної компетентності набуває все більшої актуальності в сучасному світі. Це пов'язано з зростаючою потребою в ефективній взаємодії, що викликана глобалізацією та швидкими змінами. Глибоке розуміння цього феномену допоможе розробити ефективні стратегії розвитку комунікативних навичок та підвищити якість міжособистісних відносин. Дослідження структури комунікативної компетентності є ключем до розробки ефективних інструментів для навчання спілкуванню, що дозволить людям краще взаємодіяти в сучасному світі та досягати своїх цілей. Отже, зазначена наукова проблематика не залишає сумнівів щодо своєї актуальності та потребує ґрунтовного дослідження задля пошуку напрямків підвищення комунікативної компетентності особистості.

**Аналіз останніх досліджень із цієї проблеми.** Зазначена проблематика стала предметом значної уваги як вітчизняних, так і закордонних учених, які у своїх дослідженнях намагалися визначити різноманітні аспекти цього наукового феномену.

Проблему змісту, форм та типів адаптивної поведінки особистості у психології досліджувала значна кількість вітчизняних і зарубіжних психологів, зокрема Ф.Василюк, Е.Еріксон, А.Деркач, С.Максименко, А.Маслоу, С.Москаленко, Л.Орбан-Лембрик, Ж.Піаже, К.Роджерс, Л.Філіпс, А.Фройд, З.Фройд та ін.

У зарубіжній психології дослідженням сутності комунікативної компетенції займалися такі вчені, як А. Маслоу, Я. Морено, Д. Хант, Д. Хаймс. Питання комунікативної компетенції досліджували вітчизняні науковці: Т. Вольфовська, М. Заброцький, Н. Коломінський, Г.Кошонько, Н. Левус, О. Лужецька, Н. Перегончук, Н. Сергієнко, А. Турчинова, О. Чуйко, Т. Яценко.

Дослідження питання структури комунікативної компетенції знайшло відображення у психологічних дослідженнях як зарубіжних науковців, таких як, Д. Хаймс [70], Дж. Мак Кроскі [75], Б. Шпітсберг [75], В. Купах [75], та і

вітчизняних – О. Жирун [10], М. Завіниченко [11], М. Заушнікова О. [12], Корніяка [21], Т. Кадолба [17], І. Шаповал [18], О. Лахтадир [24], Н. В. Лук'янчук, Н. А. Климова [28], О. Низовець-Кропта [37], Т. Пономаренко [42], В. Черевко [61], та інші.

**Метою дослідження** є узагальнення теоретичних основ дослідження комунікативної компетентності як складової адаптивної поведінки особистості, проведення емпіричного дослідження комунікативної компетентності, розробка тренінгу щодо її розвитку та оцінка ефективності.

**Завдання дослідження:**

- формування теоретико - концептуальних основ адаптивної поведінки особистості;
- узагальнення теоретичних підходів до розуміння змісту, сутності та структури комунікативної компетентності;
- проведення емпіричного дослідження комунікативної компетентності та адаптивності особистості;
- проведення аналізу проведення психодіагностичного вимірювання показників комунікативної компетентності та адаптивності особистості;
- розробка тренінгу розвитку комунікативної компетентності особистості;
- оцінка ефективності розвитку комунікативної компетентності.

**Об'єкт дослідження** – комунікативна компетентність особистості.

**Предмет дослідження** - розвиток комунікативної компетентності як складової адаптивної поведінки особистості.

**Методи дослідження:** для досягнення мети був застосований комплекс методів:

теоретичні методи – аналіз, синтез, систематизація, узагальнення та співставлення підходів до визначення сутності адаптивної поведінки та комунікативної компетентності,

емпіричні методи - методики психодіагностичного вимірювання: методика діагностики загального рівня комунікабельності (В. Ф. Ряховський), тест комунікативних умінь (Л. Міхельсон; перекладений та адаптований Ю. З. Гільбухом), методика діагностики комунікативної

толерантності (В. В. Бойко), методика дослідження соціально-психологічної адаптації К. Роджерса – Р. Даймонда,

методи математичної статистики, непараметричний метод рангової кореляції Спірмена (r-Spearman).

**Теоретико-методологічна основа дослідження** - принципи психології, психологічні закони, підходи до розуміння сутності адаптивної поведінки та комунікативної компетентності, концепції, моделі тощо структури комунікативної компетентності.

**Практичне значення одержаних результатів** полягає у можливості їх використання практичними психологами для вдосконалення психологічної практики та для розробки нових методів психологічного консультування, викладачами закладів вищої освіти, науковцями у практичній діяльності та у подальших дослідженнях для формулювання нових наукових гіпотез і проведення подальших досліджень у галузі комунікативної компетентності та адаптивної поведінки.

**Апробація результатів дослідження** знайшла відображення у тезах наукової статті, а саме: І.В.Шаповалова, З.М.Мірошник Структура комунікативної компетентності: аналіз поглядів. Психологічний супровід особистості в умовах війни. Посткризове відновлення. *Матеріали щорічної звітної науково-практичної конференції студентів і молодих учених* / Під ред. О.А. Чаркіної, О.Ю. Михайленко. Кривий Ріг: Вид-во «Криворізький державний педагогічний університет», 2024. 158 с.

**Організація і база дослідження** - емпіричне дослідження було виконане на базі науково-навчального інституту економіки, управління та адміністрування Донецького національного університету економіки і торгівлі імені Михайла Туган-Барановського. Вибіркова сукупність була сформована випадково і була представлена 42 респондентами юнацького віку (19 – 21 років), які є студентами 3 – 4 курсів бакалаврату.

**Структура роботи** зумовлена логікою дослідження і складається із: вступу, трьох розділів, висновків, списку літератури, який налічує 75 джерел, ілюстрована 9 рисунками та 17 таблицями, вміщує 2 додатки.

## РОЗДІЛ 1

# ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГІЧНІ АСПЕКТИ ДОСЛІДЖЕННЯ КОМУНІКАТИВНОЇ КОМПЕТЕНТНОСТІ ЯК СКЛАДОВОЇ АДАПТИВНОЇ ПОВЕДІНКИ ОСОБИСТОСТІ

### 1.1.Формування теоретико-концептуальних основ вивчення адаптивної поведінки особистості

Трансформаційні зміни, невизначеність та нестабільність, в яких перебуває наша країна, впливають на життя та діяльність людини, її фізичне та психічне здоров'я. Зіштовхуючись постійно зі значною кількістю подій, переважно негативного характеру, перед особою постає дилема вибору реакцій на складні умови, у яких вона опинилася, та ресурсів, за рахунок яких вона може опанувати себе та пристосуватися до нової, на жаль, часто незручної, небезпечної та гнітючої реальності.

Одним із таких ресурсів є адаптивна поведінка особистості.

Термін «адаптивна поведінка» має сенс розглянути у порівнянні з таким поняттям, як «адаптованість особистості». Вони подані в психологічному словнику за редакцією Н.Побірченко [46].

Адаптивну поведінку укладачі словника визначають як поведінку людини, яка зорієнтована на пристосування до нових умов життя та діяльності, нових норм, структур, цінностей тощо [46, с.12]. Дефініцію «адаптованість особистості» автори визначають як властивість особистості, ступінь її пристосування до умов життєдіяльності. Адаптованість особистості надає можливість людині адекватно контролювати власні функціональні стани, що забезпечує їй психічне й фізичне здоров'я та виконання функцій навіть в екстремальних умовах [46, с. 12]. Психологи відносять категорію адаптивної поведінки до таких проявів особистості, які вона здатна обирати самостійно.

Також, як нам видається, варто зацентувати увагу на похідному терміні, від якого утворилося поняття «адаптивна поведінка» - «адаптація»,

яке на думку В.Москаленко, походить від лат. *adapto* - пристосовую і уперше введено у науковий обіг у другій половині XVIII ст. для позначення чутливості людини до світла (світлова адаптація). Згодом термін «адаптація» почали використовувати для позначення здатності усіх живих організмів до трансформації власної фізичної й функціональної організації, а також форм поведінки (у тварин) відповідно до особливостей навколишнього середовища [34].

Проблему змісту, форм та типів адаптивної поведінки особистості у психології досліджувала значна кількість вітчизняних і зарубіжних, психологів, зокрема Ф.Василюк, Е.Еріксон, А.Деркач, С.Максименко, А.Маслоу, С.Москаленко, Л.Орбан-Лембрик, Ж.Піаже, К.Роджерс, Л.Філіпс, А.Фройд, З.Фройд та ін.

На підставі досліджень поняття адаптації в різних психологічних напрямках, зокрема, сучасних вітчизняних психологів С.Ніколаєнко та О. Ніколаєнка [35] представлені погляди щодо сутності адаптації відомих зарубіжних психологічних шкіл у вигляді таблиці.

*Таблиця 1.1.*

**Базові напрями дослідження адаптації зарубіжних психологічних шкіл**

№ з/п	Назва напрямку	Представники	Зміст дослідження
1	Психоаналітичний напрям	З.Фройд, А.Фройд та інші	Розглядають адаптацію як стан рівноваги, або ж балансу між особистістю та середовищем, що її оточує. Представники психоаналітичного напрямку уміння діяти свідомо відносять до основних адаптивних механізмів, що забезпечують досягання не лише задоволення базових потреб, а й налагодженні й розвиток стосунків з іншими людьми у контексті спільної діяльності
2	Біхевіоральний напрям	Є.Трондайк, Дж.Уотсон, К.Юнг, та інші	Зауважують, що адаптацією можна вважати все, чим індивід володіє (навички, свідомо регульовані інстинкти, соціалізовані емоції та гнучкість щодо утворення та збереження нових навичок).



*Продовження таблиці 1.1.*

3	Когнітивний напрям	Ф.Зімбардо, А.Елліс, Ж.Піаже та інші	Представники даного напрямку задля опису процесу адаптації презентували спеціальні терміни: асиміляція і акомодация. Асиміляцію вони витлумачили як оволодіння індивідом чимось новим на основі вже наявних умінь і навичок. Під акомодациєю науковці розуміють бажання людини трансформувати власні уміння й навички внаслідок зміни й відповідно до умов. Обидва процеси відбуваються синхронно й становлять зміст процесу адаптації.
4	Інтераціональний напрям	Л.Філіпс та інші	Адаптація розглядається як стан, за умов досягнення якого індивід виконує мінімальні вимоги та запити суспільства; зосередивши увагу на соціальному векторі процесу адаптації. Чинниками адаптивної поведінки для особистості слугують успішне прийняття рішень, ініціативність, чітка визначеність щодо власного майбутнього.
5	Гуманістичний напрям	А.Маслоу, К.Роджерс та інші	Визначають адаптацію та її рівні особливостями «Я-концепції» (К.Роджерс). Задля оптимізації власних адаптивних можливостей індивід потребує корекції уявлень щодо власного потенціалу, прийняття себе та створення сприятливих умов для стабільної й комфортної життєдіяльності.

*Джерело: узагальнено автором на основі [35]*

Порівняння тлумачення терміну у вітчизняній психології радянського і пострадянського періодів дозволяє визначити наступне:

1. Адаптація, на думку В.Москаленко, є однією з провідних умов формування та розвитку людської особистості, певний етап її онтогенезу, під час якого відбувається оволодіння базовими дієвими суспільними нормами, прийомами та навичками діяльності й міжособистісної комунікації [34].

2. Вітчизняний науковець С. Максименко зауважує на значущості системного характеру психічної адаптації й тому, що вона може бути презентованою як продукт діяльності цілісної системи, що керується автономно [25] і визначає «психічну адаптацію» як «...процес взаємодії особистості з середовищем, при якому особистість повинна враховувати особливості середовища й активно впливати на нього, щоб забезпечити задоволення своїх основних потреб і реалізацію значимих ланцюгів» [Цит 25].

3. Сучасна дослідниця Ю.Ільїна розглядає соціально-психологічну адаптацію як «процес пристосування індивіда до середовища, що перебуває у вирі постійних видозмін, за допомогою різноманітних соціальних форм і засобів (дії та вчинки, діяльність тощо); компонент ставлення індивіда до світу, провідною діяльністю якого є опанування відносно стабільними умовами й обставинами власного буття; усвідомлення та вирішення типових завдань і проблем за допомогою соціального прийняття чи шляхом оцінки, розуміння й прийняття людиною оточуючого світу й самої себе» [14, С.315].

4. Вітчизняний психолог В.Татенко виокремлює рівні адаптивної поведінки особистості: соціально-психологічний (відносини людей одне з одним у соціумі, їх життєві стратегії); психологічний (сутнісні риси особистості, її особливості та актуальний психічний стан); рівень інтегральних церебральних систем індивіда; рівень периферичних механізмів вегетативно-гуморального та моторного регулювання; рівень органу або виконавчої системи та виокремлює три способи її подолання:

- наявність поведінкових реакцій, що чинять вплив на ситуацію;
- наявність когнітивних стратегій, що покликані здійснити переоцінку наявної ситуації;
- ресурси, задіяні індивідом задля контролю ситуації чи зняття емоційної напруги [52].

5. На думку дослідниці І.Матійків, адаптація особистості до несприятливих ситуацій та подій можлива з огляду на функціонування значної кількості регулюючих підсистем, які пов'язані між собою та вирізняються біопсихосоціальним змістом: сомато-вегетативний, поведінковий, психологічний захист, свідомість. Такі захисні реакції утворюються в онтогенезі та наявні у дорослого у вигляді одночасно / послідовного та уривчасто / безперервного функціонування [29].

Отже, з огляду на вищезазначене, можемо дійти висновку, що під час виникнення несприятливих умов для життя й існування особистість вдається до адаптивної поведінки, що являє собою систему вроджених компонентів, процесів розвитку та вдосконалення, накопичення індивідуального досвіду.

Адаптивна поведінка – це сукупність реакцій людини, які вона використовує у процесі пристосування до тієї чи іншої несприятливої життєвої ситуації, та які є результатом реалізації особистістю власного специфічного поведінкового стилю, який проявляється і у комунікативній компетентності людини.

## **1.2. Комунікативна компетентність: сутнісний аспект**

Актуальність дослідження комунікативної компетентності взагалі і у контексті адаптивної поведінки зокрема обумовлена як соціальними факторами, так і процесами особистісного розвитку.

Для дослідження та узагальнення різноманітних наукових поглядів на комунікативну компетентність особистості доцільно здійснити ретроспективний огляд робіт учених.

У зарубіжній психології дослідженням сутності комунікативної компетенції займалися такі вчені, як А. Маслоу, Я. Морено, Д. Хант, Д. Хаймс.

Питання комунікативної компетенції досліджували вітчизняні науковці: Т. Вольфовська, М. Заброцький, Н. Коломінський, Г. Кошонько, Н. Левус, О. Лужецька, Н. Перегончук, Н. Сергієнко, А. Турчинова, О. Чуйко, Т. Яценко.

Огляд останніх публікацій дозволяє визнати, що дане питання не втратило своєї актуальності і в сучасних дослідженнях, таких як:

- когнітивно-стильова характеристика комунікативної компетенції студента (Н.Коструба, Я.Гошовський) [19]
- інформаційна компетенція як структурний компонент професійно-педагогічної комунікативної компетенції педагога (І.Когут) [20]
- психологічні чинники розвитку комунікативної компетенції майбутніх психологів у медійному просторі (Т.Пономаренко) [42]
- формування полікультурної компетенції майбутніх фахівців (О.Березюк) [4].

Термін «комунікативна компетентність» започаткував Д. Хаймз [70] на початку 1960-х років, досліджуючи фактори успішного спілкування. Його концепція вийшла за межі простого володіння мовою, підкреслюючи важливість соціальних та культурних факторів.

Досліджені нами погляди зарубіжних та вітчизняних науковців на сутність «комунікативна компетентність» знайшло відображення в таблиці 1.2.

*Таблиця 1.2.*

**Аналіз поглядів на сутність «комунікативна компетентність»**

Автор	Сутність погляду
Д. Хаймз	«сукупність комунікативних здібностей, умінь та навичок, які забезпечують повноцінну комунікативну діяльність і сприяють ефективній реалізації життєвих цілей людини» [70, с. 270];
А. Маслоу	«система цінностей особистості, яка необхідна для відтворення ситуації і для творчої її зміни» [72].
І.Когут	«інтегративне особистісне утворення, яке розглядається як результат сформованості професійних компетенцій та особистісних якостей (доброзичливість, тактовність, емпатійність, об'єктивність, толерантність, організованість, ініціативність тощо) майбутнього вчителя, котрі дозволяють це інтегративне особистісне утворення, встановлювати психологічний контакт із школярами, їхніми батьками та колегами; логічно, науково та стисло передавати предметну інформацію; керувати процесом спілкування та організувати педагогічно доцільну взаємодію в навчально-виховному середовищі; виховувати гармонійно розвинену особистість, творчо вирішувати педагогічні завдання, що виникають у навчально-виховному процесі.» [20, с.250-251]
Н.В.Лук'янчук., Н.А.Климова	«дає змогу інтерпретувати комунікативну компетентність людини як здатність, засновану на знаннях та чуттєвому досвіді, орієнтуватися у ситуаціях професійного спілкування, розуміти мотиви, інтенції, стратегії поведінки, фрустрації, як свої власні, так і партнерів по спілкуванню, рівень освоєння технології та психотехніки спілкування» [28, с.22]
В.Ф.Казібекова	«Під комунікативною компетентністю слід розуміти спроможність особистості встановлювати і підтримувати різноманітні контакти з іншими людьми, певну систему знань, умінь і навичок, що забезпечують продуктивне спілкування. Вона включає уміння варіювати інтенсивність взаємодії і спілкування, чути, розуміти і бути зрозумілим для партнерів по спілкуванню. Комунікативна компетентність виникає і розвивається за умови безпосередньої взаємодії, тому виступає як результат досвіду міжособистісного спілкування.» [16, с.66]

*Продовження таблиці 1.2.*

Н.Коструба , Я.Гошовський	«Комунікативну компетентність також розглядаємо як систему внутрішніх ресурсів, необхідних для побудови ефективної комунікативної дії в певному колі ситуацій» [19, с.70]
І.В. Пузь, О.М.Шевченко	«Комунікативна компетентність є складним системно-структурним утворенням, складовими якого є відповідні комунікативні здібності, комунікативні знання, вміння та навички» [47, с.155]
І.О. Черезова	«Під комунікативною компетентністю розуміють здатність встановлювати і підтримувати необхідні контакти з іншими людьми, певну сукупність знань, умінь і навичок, що забезпечують ефективне спілкування. Вона передбачає уміння змінювати глибину і коло спілкування, розуміти і бути зрозумілим для партнера по спілкуванню. Комунікативна компетентність формується в умовах безпосередньої взаємодії, тому є результатом досвіду спілкування між людьми.» [60, с.104]
Н.М.Самборська	«Під комунікативною компетентністю майбутнього фахівця розуміємо сукупність його професійних знань, умінь, навичок, а також відповідних особистісних якостей, які дають можливість здійснювати професійну діяльність.» [48, с.126]
О.Ю.Чуйко, Н.П.Сергієнко	«Комунікативна компетентність розглядається, як система внутрішніх ресурсів, необхідних для побудови ефективної комунікації в ситуаціях особистісної взаємодії. До складу компетентності включаються когнітивні (орієнтованість, психологічні знання і перцептивні здібності), виконавські (соціальні установки, досвід, система відносин особистості) компоненти» [ 64, с.290]
Авторський погляд	Комунікативна компетентність — це здатність ефективно взаємодіяти з іншими людьми, використовуючи вербальні та невербальні засоби комунікації. Вона включає в себе низку навичок та знань, що дозволяють людині адекватно сприймати, інтерпретувати та реагувати на комунікативні сигнали, а також будувати й підтримувати взаємини, досягати взаєморозуміння і вирішувати конфлікти. Комунікативна компетентність охоплює мовленнєві, соціальні, емоційні та культурні аспекти взаємодії.

*Джерело: систематизовано автором на основі аналізу наукових джерел [16,19, 20,39,47,48,60,64,70,72]*

Аналіз таблиці 1.2 дозволив виявити спільні риси та суттєві відмінності у поглядах науковців.

Спільними рисами в підходах є те що, більшість авторів розглядають комунікативну компетентність як комплекс знань, умінь та навичок, які забезпечують ефективне спілкування. Усі автори відзначають, що комунікативна компетентність пов'язана з можливістю встановлювати і підтримувати контакти з іншими людьми, що свідчить про її ключову роль у соціальній взаємодії.

Відмінність у поглядах дозволяє авторам сфокусувати увагу на відповідних акцентах:

- досягнення життєвих цілей через комунікацію (Д. Хаймз), що підкреслює практичний аспект комунікативної компетентності

- наявність внутрішніх ресурсів особистості, які необхідні для побудови ефективної комунікації (Ю. Н.Коструба, Я.Гошовський [19], О.Ю.Чуйко, Н.П.Сергієнко) [63]

- включення чуттєвого досвіду, здатності орієнтуватися в професійному спілкуванні та розуміти інтенції та мотиви партнерів (Н.В.Лук'янчук, Н.А.Климова) [28,с.22]

- значення безпосередньої взаємодії та досвіду міжособистісного спілкування в розвитку комунікативної компетентності (В.Ф.Казібекова [16,с.66] та І.О.Черезова [59,с.104])

- професійний аспект комунікативної компетентності, її важливість для здійснення професійної діяльності (Н.М.Самборська) [48,с.126]

Таким чином, можна зробити висновок, що комунікативна компетентність є ключовою складовою ефективної взаємодії, яка залежить від внутрішніх ресурсів особистості, професійних знань та досвіду міжособистісного спілкування.

Комунікативна компетентність — це багатовимірне поняття, яке включає в себе як мовленнєві, так і соціальні, емоційні та культурні аспекти. Вона охоплює здатність ефективно сприймати, інтерпретувати та реагувати на комунікативні сигнали, а також будувати взаємини і вирішувати конфлікти.

Аналіз наукових джерел дозволив виявити певні підходи до трактування комунікативної компетентності особистості: діяльнісний, особистісний, акмеологічний, аксіологічний, когнітивний, компетентнісний, системний.

Доцільно розглянути особливості, відмінні та спільні риси виявлених підходів:

- у межах діяльнісного підходу (І.Когут), сутність комунікативної компетенції розглядається в умовах відповідної діяльності, що має сенс, тому

що існують певні відмінності у професійних комунікаціях, які зумовлені особливостями професійної діяльності [20, с.249];

- особистісний підхід (А.Маслоу) підкреслює важливість врахування індивідуальних особливостей та потреб особистості в процесі розвитку її комунікативних здібностей, що забезпечує гармонійний розвиток особистості в контексті міжособистісної взаємодії та соціальної адаптації;

- акмеологічний підхід (О.Ф.Мельник [31], І.І.Драч, І.М.Драч [8]), акцентує увагу на досягненні найвищого рівня розвитку комунікативних здібностей у процесі професійної та особистісної самореалізації, він орієнтує особистість на постійний розвиток, самовдосконалення, спрямоване на необхідність досягнення найвищих результатів у професійній діяльності особистості» [8, с.65];

- аксіологічний підхід (О.Ю.Бойчук [5], О.Тур [55, с.118]) підкреслює важливість цінностей у формуванні та розвитку комунікативних навичок, розглядає комунікативну компетенцію не лише як сукупність технічних умінь, а як систему, що базується на особистісних і суспільних цінностях, які визначають зміст і характер спілкування;

- когнітивний підхід фокусується на пізнавальних процесах, які впливають на розвиток і використання комунікативних навичок, розглядає комунікативну компетенцію як результат когнітивної обробки інформації, що включає сприйняття, розуміння, обробку і генерацію мовлення. (О.А. Попова [43, с.334]);

- компетентнісний підхід (С.В.Кульбіда [22]), зосереджується на розвитку здатності особистості ефективно використовувати знання, навички та установки для успішного спілкування в різних життєвих ситуаціях, розглядає комунікативну компетентність як інтегральну якість особистості, яка поєднує в собі кілька ключових елементів, що забезпечують ефективність комунікативної діяльності. Як визначає С.В.Кульбіда, «список компетенцій, пропонованих відомими міжнародними організаціями, які працюють у сфері освіти (ЮНЕСКО, ЮНІСЕФ, ООН, Рада Європи, Організація європейської співпраці і розвитку, Міжнародний департамент стандартів та ін.), хоч і

мають розбіжності у кількісному і термінологічному відношенні, втім комунікативну компетентність називають однією з ключових, а набуття позитивних навичок спілкування у полікультурному суспільстві – важливою» [22, с. 1];

- системний підхід розглядає її як цілісну систему, що складається з взаємопов'язаних елементів, які працюють разом для забезпечення ефективної комунікації, базується на ідеї, що комунікативна компетентність не є ізольованим набором навичок, а комплексною структурою, яка функціонує в певному контексті та взаємодії з іншими системами (особистісними, соціальними, культурними - О.С.Березюк [4], Н.М.Самборська [40,с.127] , С.Гончаренко [7, с.3].

Порівняльний аналіз виявлених підходів до сутності комунікативної компетентності знайшов відображення у таблиці 1.3.

Проведений порівняльний аналіз підкреслює що діяльнісний і компетентнісний підходи орієнтовані на практичний аспект комунікації, акцентуючи увагу на розвиток умінь і навичок, особистісний і акмеологічний приділяють більше уваги розвитку особистості, включаючи індивідуальні особливості та досягнення найвищого рівня розвитку, когнітивний зосереджений на внутрішніх когнітивних процесах, які впливають на комунікацію, аксіологічний акцентує увагу на ціннісних аспектах і моральній основі комунікації, системний розглядає комунікативну компетенцію як комплексну структуру, що взаємодіє з іншими системами та адаптується до змін.

Це порівняння показує, що акцентуючи увагу на різних аспектах розвитку комунікативної компетентності, ці підходи враховують як практичні навички, так і особистісні, когнітивні та ціннісні аспекти, доповнюють один одного, створюючи більш повне розуміння комунікативної компетентності. Оптимальним є комплексне застосування різних підходів, що дозволяє отримати більш повне і об'єктивне уявлення про комунікативну компетентність.



Таблиця 1.3

**Порівняльний аналіз підходів до сутності комунікативної компетентності**

	<b>Підходи до сутності комунікативна компетентність</b>	<b>Основна ідея</b>	<b>Акцент</b>	<b>Ціль</b>
1	Діяльнісний підхід	Комунікативна компетенція формується через активну комунікативну діяльність.	На практиці та реальному виконанні комунікативних завдань. Людина вчиться спілкуванню через досвід, набуваючи навичок у процесі діяльності	Розвиток практичних умінь для ефективного виконання комунікативних завдань у різних життєвих ситуаціях.
2	Особистісний підхід	що комунікативна компетентність - це не просто набір універсальних навичок, а складний феномен, який тісно пов'язаний з особистістю людини.	підкреслює унікальність кожної людини та її індивідуальний досвід як ключові фактори, що формують її здатність ефективно спілкуватися. Цей підхід відходить від універсальних моделей і стандартів, зосереджуючись на тому, як особистісні особливості, цінності, емоції та досвід впливають на процес спілкування.	це глибоке розуміння того, як особистісні особливості впливають на комунікативну поведінку людини.
3	Акмеологічний підхід	Комунікативна компетенція розвивається досягненням найвищого рівня особистісного та професійного розвитку.	На самовдосконаленні, досягненні «акме» — найвищого рівня розвитку, включаючи професійні та особистісні аспекти.	Досягнення високого рівня майстерності та ефективності у комунікації, що відповідає найвищим стандартам.
4	Аксіологічний підхід	Комунікативна компетенція базується на системі особистісних і соціальних цінностей.	На етиці, моральних цінностях, соціальній відповідальності у процесі комунікації.	Формування етичної комунікативної поведінки, що відображає суспільні та особистісні цінності.

## Продовження таблиці 1.3.

5	Когнітивний підхід	Комунікативна компетенція залежить від когнітивних процесів, що забезпечують розуміння та створення значень у комунікації.	На пізнавальних процесах (увага, пам'ять, мислення, сприйняття), що впливають на здатність до комунікації.	Розвиток когнітивних стратегій для ефективного розуміння і генерації мовлення в різних контекстах.
6	Компетентнісний підхід	Комунікативна компетенція — це здатність ефективно використовувати знання, навички та установки в різних життєвих ситуаціях.	На інтеграції знань і навичок для досягнення конкретних комунікативних цілей	Розвиток здатності до адаптації і постійного вдосконалення комунікативних навичок відповідно до вимог ситуації.
7	Системний підхід	Комунікативна компетенція — це цілісна система, що складається з взаємопов'язаних елементів, які забезпечують ефективну комунікацію.	системний підхід розглядає комунікативну компетентність як складну структуру, що включає різноманітні елементи та взаємодії.	Забезпечення цілісного і комплексного розвитку комунікативної компетенції з урахуванням контексту і взаємодії з іншими системами

*Джерело: систематизовано автором на основі аналізу наукових джерел [4,7,8,16,19,22,3143,48,55,59,63]*

Авторський погляд на сутність комунікативної компетенції полягає у тому, що комунікативна компетентність - це динамічна, цілісна система взаємопов'язаних знань, умінь, навичок, цінностей та особистісних якостей, що забезпечують ефективну взаємодію індивіда з соціальним середовищем у різних ситуаціях. Це комплексний феномен, який охоплює як вербальні, так і невербальні засоби комунікації, а також здатність адаптуватися до мінливих умов спілкування.

Дослідження комунікативної компетентності є надзвичайно важливим у сучасному глобалізованому світі, де ефективне спілкування стає критичним фактором успіху як в особистісному, так і в професійному житті, однією з

ключових компетенцій, що забезпечує успішну соціальну взаємодію та професійну діяльність.

Проведений аналіз показав:

- різні науковці акцентують увагу на різних аспектах комунікативної компетентності: практичних навичках і професійних аспектах (діяльнісний і компетентнісний підходи), на розвитку особистості (особистісний і акмеологічний підходи), когнітивних процесах (когнітивний підхід) або ціннісних орієнтирах (аксіологічний підхід), а системний підхід дозволяє інтегрувати ці різні аспекти в єдину, цілісну систему;

- комунікативна компетентність розглядається як багатогранний і динамічний феномен, який включає в себе різноманітні знання, уміння, навички, а також цінності та особистісні якості, охоплює як вербальні, так і невербальні аспекти комунікації, відображає здатність адаптуватися до різних ситуацій спілкування;

- різні підходи не є взаємовиключними, а скоріше доповнюють один одного, дозволяючи сформувати більш повне уявлення про цей феномен. Інтеграція різних підходів сприятиме більш ефективному розвитку комунікативних навичок у сучасних умовах.

Виходячи з аналізу, авторське визначення комунікативної компетентності відображає це поняття як динамічну, цілісну систему взаємопов'язаних знань, умінь, навичок, цінностей та особистісних якостей, що забезпечують ефективну взаємодію індивіда з соціальним середовищем у різних ситуаціях. Це комплексний феномен, який охоплює не тільки мовленнєві аспекти, а й соціальні, емоційні та культурні компоненти комунікації.

Перспективні напрямки подальших досліджень комунікативної компетентності особистості можуть охоплювати такі аспекти: інтеграція різних підходів, оскільки дослідження, спрямовані на поєднання різних підходів до вивчення комунікативної компетентності (діялісного, особистісного, акмеологічного, когнітивного та аксіологічного), з метою створення єдиної концептуальної моделі, яка враховуватиме багатогранність

цього феномену. Зважаючи на специфіку різних професій, варто продовжувати дослідження особливостей комунікативної компетентності у професійній освіті, розробляючи спеціалізовані тренінги та програми для різних професійних груп, таких як педагоги, медики, юристи та менеджери.

Ці напрями досліджень дозволять глибше зрозуміти сутність комунікативної компетентності, розробити нові підходи до її оцінювання та розвитку, а також адаптувати існуючі моделі до умов сучасного суспільства.

### **1.3. Структура комунікативної компетентності**

Комунікативна компетентність – це фундаментальна здатність людини, яка визначає успішність її взаємодії з оточенням. Дослідження структури комунікативної компетентності є надзвичайно актуальним і важливим для сучасного суспільства. Воно сприяє глибшому розумінню процесів спілкування, розробці ефективних методів навчання і розвитку комунікативних навичок, а також підвищенню якості життя людей.

Дослідження питання структури комунікативної компетенції знайшло відображення у психологічних дослідженнях як зарубіжних науковців, таких як, Д. Хаймс [69], Дж. Мак Кроскі [73], Б. Шпітсберг[74], В. Купах [74], та і вітчизняних – О. Жирун [10], М. Завіниченко [11], М. Заушнікова О. [12], Корніяка [21], І.Шаповал [18], О. Лахтадир [24], Н. В.Лук'янчук [11], Н. А. Климова [11], О. Низовець-Кропта [37],Т. Пономаренко [42], В. Черевко [62],та інші. Проведений аналіз свідчить, що існує цілий спектр думок щодо того, які компоненти входять до складу комунікативної компетентності.

Проведений нами аналіз наукової літератури показав, що, незважаючи на значний інтерес до феномену комунікативної компетентності, серед дослідників немає єдиної думки щодо її структури. Найбільші розбіжності спостерігаються щодо кількості та назв компонентів, а також щодо їхнього взаємозв'язку. Такі розбіжності можуть бути зумовлені різними теоретичними підходами, методологічними особливостями досліджень, а також культурними та соціальними факторами.

Для з'ясування особливостей у поглядах відповідних науковців доцільно докладно розглянути найбільш поширені:

- модель Д.Хайса, яка дозволяє детально проаналізувати різні аспекти мовлення та зрозуміти, як вони взаємодіють між собою;

- модель Дж. Мак Кроскі [2]. Її поділяють В. Черевко [14]; О. Низовець-Кропта [12]; І. Шаповал [18]; М. Заушнікова [6], яка зосереджується на деталізації емоційного компонента., доповненого Т.Пономаренко [13] медійним компонентом, що пов'язаний зі здатністю ефективно використовувати різні засоби комунікації;

- модель М. Завіниченко [5] розглядає комунікативну компетентність як складну структуру, що складається з трьох основних компонентів: гностичного, конативного та емоційного, що дозволяє більш детально охарактеризувати здатність людини ефективно взаємодіяти з іншими, більш глибоко зрозуміти складність і багатогранність процесу спілкування;

- модель О.Корніяка [21] пропонує три основні компоненти: комунікативно-мовленнєвий, соціально-перцептивний та інтерактивний, дозволяє всебічно розглядати здатність людини ефективно взаємодіяти з оточенням;

- модель Б. Шпітцберга та В. Купаха [75], є одним із класичних підходів до розуміння цього багатогранного явища. Автори виділяють три основні компоненти: комунікативні знання, уміння та мотивацію, які взаємодіють між собою і забезпечують ефективну взаємодію, є одним із найбільш відомих і визнаних підходів до розуміння цього явища;

- модель О. Жируна [10], виділяє два основних компоненти: інструментальний та мотиваційно-ціннісний, дозволяє розглядати комунікативну компетентність як складну систему, що включає не тільки знання та вміння, а й внутрішню мотивацію та цінності особистості;

- модель О. Лахтадир [24], є однією з найбільш розроблених і всебічних, яка деталізує аспекти ефективного спілкування і дає можливість розробити ефективні програми навчання і розвитку комунікативних навичок;

- модель «ключ комунікативної компетенції» Н. В.Лук'янчук, Н. А. Климової [11], який окрім відповідних компонент включає функції спілкування – контактну, інформаційну, спонукальну, координаційну, функцію розуміння, емотивну, функцію впливу та функцію встановлення взаємин, внесла вагомий вклад у розуміння структури комунікативної компетентності, запропонувавши модель, яка враховує як когнітивні, так і особистісні аспекти спілкування.

Погляди науковців на структуру комунікативної компетенції з виокремленням відповідних компонент та акцентів сформовані та розміщені в таблиці 1.4.

*Таблиця 1.4*

**Погляди науковців на структуру комунікативної компетенції**

	<b>Компоненти кк</b>	<b>Акценти моделі</b>
Д. Хаймс [ 69 ]	лінгвістичний (правила мови); • соціально-лінгвістичний (правила діалектного мовлення); • дискурсивний (правила побудови змістовного висловлювання); • стратегічний (правила підтримки контакту із співрозмовниками).	Відрізняється багаторівневістю та системністю, але не достатньо враховує невербальні компоненти
Дж. Мак Кроскі [73] В. Черевко [61]; О. Низовець-Кропта, [37]; Кадолба Т. [17,18], І. Шаповал [18]; М. Заушнікова [12].	когнітивний компонент – - емоційний компонент – - поведінковий компонент –	Одна з найпоширеніших, акцентує увагу на когнітивному, емоційному та поведінковому компонентах.
Т. Пономаренко[42]	когнітивний компонент – - емоційний компонент – - поведінковий компонент – медійний	Класичний перелік компонент автор доповнює сучасним - медійним
М. Завіниченко. [11].	гностичний, конативний та емоційний компонент	Виділяє гностичний, конативний та емоційний компоненти, підкреслюючи важливість мотивації та цілей у комунікації
О. Корніяка [21].	комунікативно-мовленнєвий, соціально-перцептивний, інтерактивний	Підкреслює важливість соціальної перцепції та інтерактивних навичок.

## Продовження таблиці 1.4.

Б. Шпітсберг, В. Купах [74]	комунікативні знання (усвідомлення того, яка комунікативна поведінка є найбільш доцільною в конкретній ситуації); уміння (здатність застосувати цю поведінку в певному контексті); мотивація до спілкування (прагнення до ефективної та компетентної комунікації).	Акцентує увагу на комунікативних знаннях, уміннях та мотивації.
О. Жирун [10]	інструментальний і мотиваційно-ціннісний компоненти	Виділяє інструментальний та мотиваційно-ціннісний компоненти
О. Лахтадир [24]	когнітивний (пізнавальний), комунікативно-мовленнєвий, соціально-перцептивний та інтерактивний.	Є однією з найвсебічніших, включає когнітивний, комунікативно-мовленнєвий, соціально-перцептивний та інтерактивний компоненти
Н. В.Лук'ячук, Н. А. Климова [28]	«ключ комунікативної компетенції» комплекс особистісних якостей; <ul style="list-style-type: none"> <li>• комплекс знань, умінь та навичок щодо комунікації;</li> <li>• спілкування, що включає три взаємопов'язаних сторони: комунікативну, інтерактивну, перцептивну та має вісім функцій спілкування;</li> <li>• включає аналіз, рефлексію та самомоніторинг.</li> </ul>	Особливості моделі – комплексність, практичність та орієнтація на розвиток
Авторський погляд	когнітивний компонент емоційний компонент соціальний компонент цифровий компонент культурний компонент креативний компонент етичний компонент	Особливі риси моделі: синергія, гнучкість, динамічність та комплексність

Джерело: систематизовано автором на основі аналізу наукових джерел [10-12,17,18,21,28,37,69,73,74].

На основі аналізу наукових джерел та представлених поглядів на структуру комунікативної компетенції, автором сформовано інтеграційну модель структури комунікативної компетенції, яка поєднує в собі класичні компоненти та сучасні аспекти.

Таблиця 1.3

### Інтеграційна модель структури комунікативної компетентності (авторський погляд)

Компоненти структури кк	Сутнісне наповнення компоненти
<b>Базові компоненти</b>	
<b>Когнітивний компонент</b>	Знання мови (лексика, граматики, прагматика) Розуміння контексту спілкування Здатність до аналізу інформації та формулювання висновків Метакогнітивні знання про власні комунікативні процеси
<b>Емоційний компонент:</b>	Здатність розпізнавати та виражати власні емоції Емпатія та розуміння емоцій інших Управління емоціями в процесі спілкування
<b>Соціальний компонент:</b>	Знання соціальних норм і правил Здатність будувати і підтримувати соціальні відносини Навички ведення переговорів і вирішення конфліктів
<b>Сучасні доповнення:</b>	
<b>Цифровий компонент</b>	Здатність ефективно використовувати цифрові інструменти комунікації (соціальні мережі, месенджери, відеоконференції) Цифрова грамотність (пошук інформації, оцінка її достовірності, захист особистих даних) Розуміння особливостей онлайн-спілкування (асинхронність, відсутність невербальних сигналів)
<b>Культурний компонент</b>	Знання культурних особливостей різних спільнот Здатність адаптувати свою комунікацію до різних культурних контекстів Толерантність і повага до культурного різноманіття
<b>Критичний компонент:</b>	Здатність аналізувати інформацію, виявляти маніпуляції і дезінформацію Формувати власну думку і аргументувати її
<b>Креативний компонент</b>	Здатність генерувати нові ідеї і нестандартні рішення в процесі спілкування
<b>Етичний компонент:</b>	Відповідальне використання мови Повага до приватності інших людей Справедливість і чесність у спілкуванні

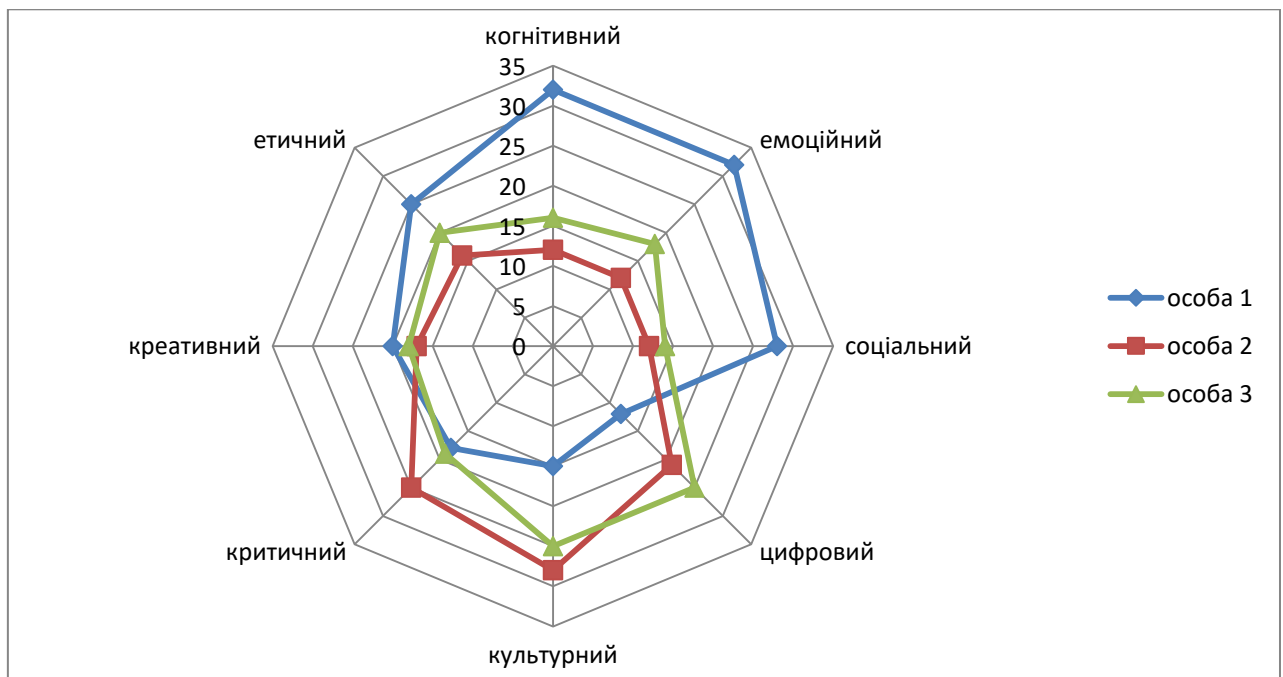
*Джерело: систематизовано автором на основі аналізу наукових джерел [10-12,17,18,21,28,37,69,73,74].*

Відмінними рисами інтегрованої моделі є синергія, гнучкість та розвиток, які проявляються у тому, що всі компоненти взаємодіють між собою, посилюючи ефективність комунікації; кожен компонент може змінюватися залежно від контексту спілкування, що свідчить про гнучкість моделі; комунікативна компетентність виступає як динамічна система, яка постійно розвивається і вдосконалюється



Перевагами моделі є її комплексність, оскільки вона враховує широкий спектр аспектів комунікації, актуальність, тому що включає сучасні компоненти, пов'язані з цифровими технологіями та культурним різноманіттям, а також практична значимість, оскільки вона може бути використана для розробки програм навчання і розвитку комунікативних навичок.

Графічне зображення інтегрованої моделі комунікативної компетенції знайшло відображення на рис.1.1, має практичне спрямування, оскільки дозволяє наочно представити компоненти комунікативної компетенції та дає можливість порівняти та співставити складові комунікативної компетенції декількох осіб.



**Рис.1.1. – Графічне зображення інтегрованої моделі структури комунікативної компетенції (авторський погляд)**

Запропонована модель є лише одним з можливих варіантів, і вона може бути доповнена і модифікована в залежності від конкретних цілей дослідження.

Проведене дослідження підтвердило актуальність питання комунікативної компетентності, виявило широкий спектр поглядів на цей

феномен, та також відсутність єдиної думки щодо її структури. Запропонована інтеграційна модель поєднує в собі класичні компоненти та сучасні аспекти, такі як цифровий та культурний компоненти. Для подальших досліджень перспективним є проведення емпіричних досліджень для перевірки валідності запропонованої моделі та розробка інструментів для її оцінки.

## **Висновки до розділу 1**

Ознайомившись із поглядами вітчизняних та зарубіжних науковців щодо феномену комунікативної компетентності як складової адаптивної поведінки особистості, доходимо висновку, що адаптивна поведінка особистості є важливим та необхідним компонентом процесу адаптації та пристосування індивіда до мінливих умов.

Проведений аналіз показав, що науковці акцентують увагу на різних аспектах комунікативної компетентності, таких як практичні навички, професійні уміння, розвиток особистості, когнітивні процеси, ціннісні орієнтири. Інтегрувати всі ці аспекти дозволяє системний підхід.

Різні підходи до вивчення комунікативної компетентності не є взаємовиключними, а скоріше доповнюють один одного, дозволяючи сформулювати більш повне уявлення про цей феномен.

Виходячи з аналізу, запропоновано авторське визначення комунікативної компетентності як динамічної, цілісної системи взаємопов'язаних знань, умінь, навичок, цінностей та особистісних якостей, що забезпечують ефективну взаємодію індивіда з соціальним середовищем у різних ситуаціях. Це комплексний феномен, який охоплює не тільки мовленнєві аспекти, а й соціальні, емоційні та культурні компоненти комунікації.

Таким чином, дослідження сутності комунікативної компетентності має важливе значення для розвитку особистості і її здатності до ефективної соціальної взаємодії, особливо в умовах сучасного суспільства, яке стає

дедалі більш взаємозалежним і складним. Інтегрований підхід до вивчення цього феномена дозволить розробити ефективні стратегії для його розвитку та впровадження в різних сферах діяльності.

Перспективні напрямки подальших досліджень комунікативної компетентності особистості можуть охоплювати такі аспекти: інтеграція різних підходів, оскільки дослідження, спрямовані на поєднання різних підходів до вивчення комунікативної компетентності (діяльнісного, особистісного, акмеологічного, когнітивного та аксіологічного), з метою створення єдиної концептуальної моделі, яка враховуватиме багатогранність цього феномену.

Дослідження структури комунікативної компетентності є актуальним і важливим завданням сучасної психології. Глибоке розуміння цього феномену дозволяє розробляти ефективні стратегії навчання, розвитку та оцінки комунікативних навичок, що є необхідним для успішної адаптації людини в сучасному світі.

Проведений аналіз існуючих моделей дозволив виявити широкий спектр поглядів на цей феномен, проте відсутність єдиної думки щодо її компонентів. Запропонована інтеграційна модель структури комунікативної компетентності поєднує в собі класичні компоненти та сучасні аспекти, такі як цифровий та культурний компоненти. Перевагою цієї моделі є її комплексність, актуальність та практична значимість. Для подальших досліджень перспективним є проведення емпіричних досліджень для перевірки валідності запропонованої моделі та розробка інструментів для її оцінки. Загалом, розуміння структури комунікативної компетентності є важливим кроком для розробки ефективних програм навчання та розвитку комунікативних навичок.

## РОЗДІЛ 2

### ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ КОМУНІКАТИВНОЇ КОМПЕТЕНТНОСТІ ТА АДАПТИВНОСТІ ОСОБИСТОСТІ

#### 2.1. Організаційно-методичні засади емпіричного дослідження комунікативної компетентності та адаптивності здобувачів освіти

Результати теоретико-методологічного огляду наукової літератури з питань феноменології комунікативної компетентності склали підґрунтя подальшого емпіричного дослідження. Логічна послідовність виконання емпіричної частини кваліфікаційного магістерського дослідження потребувала здійснення таких етапів:

1. Підготовчого (організаційного) етапу, скерованого на вибудовування логічної схеми дослідження та обґрунтування вибору методик психодіагностичного вимірювання параметрів комунікативної компетентності та адаптивності респондентів.
2. Констатувального етапу, функціональним призначенням якого було виконання психодіагностичного вимірювання досліджуваних параметрів за допомогою обраних стандартизованих методик із подальшим аналізом та інтерпретацією результатів.
3. Корекційно-розвивального етапу, орієнтованого на створення та апробацію корекційно-розвивальної програми оптимізації рівня комунікативної компетентності як складової адаптивної поведінки респондентів, а також оцінювання її ефективності.

Метою емпіричного частини кваліфікаційного магістерського дослідження ми вважали вивчення сутнісних ознак комунікативної компетентності респондентів із різним рівнем адаптивності.

Емпіричне дослідження було виконане на базі науково-навчального інституту економіки, управління та адміністрування Донецького національного університету економіки і торгівлі імені Михайла Туган-Барановського. Завдання констатувального етапу емпіричного дослідження виконувалися протягом січня – березня 2024 року.

Вибіркова сукупність була сформована рандомно і була представлена 42 респондентами юнацького віку (19 – 21 років), які є студентами 3 – 4 курсів бакалаврату. Основним критерієм залучення здобувачів освіти до дослідницької програми ми вважали добровільну згоду студентів взяти участь в опитуванні.

Емпіричні дані були отримані шляхом групового опитування респондентів.

Для вирішення завдань констатувального етапу емпіричного дослідження даного кваліфікаційного магістерського проєкту нами були обрані такі методики психодіагностичного вимірювання:

- методика діагностики загального рівня комунікабельності (В. Ф. Ряховський) [цит. за: 65, с. 205 – 207];
- тест комунікативних умінь (Л. Міхельсон; перекладений та адаптований Ю. З. Гільбухом) [цит. за: 33, с. 18 – 25];
- методика діагностики комунікативної толерантності (В. В. Бойко) [цит. за: 57, с.109 – 112];
- методика дослідження соціально-психологічної адаптації К. Роджерса – Р. Даймонда [цит. за: 45, с. 85 – 90].

*Методика діагностики загального рівня комунікабельності* (В. Ф. Ряховського) є опитувальником, який дозволяє кількісно зафіксувати рівень розвиненості у респондентів даної ознаки. Опитувальник складається з 16 запитань, на кожне з яких досліджувані мають дати один із трьох варіантів відповідей: «так», «іноді», «ні». Відповіді оцінюються за 2-бальною шкалою («так» – 2 бали, «ні» – 1 бал, «іноді» – 0 балів). Рівень комунікабельності респондентів розраховується шляхом арифметичного складання усіх набраних балів і дозволяє означувати як нормативний рівень комунікабельності особистості, так і недостатню або надмірну форму виявлення ознаки.

Для уточнення якісних показників сформованості основних комунікативних умінь (як компетентних чи некомпетентних комунікативних

реакцій особистості у спілкуванні) нами був використаний *тест комунікативних умінь* (Л. Міхельсона; перекладений та адаптований Ю. З. Гільбухом). Тест комунікативних умінь розроблений у форматі тестів досягнень, тобто має орієнтовно нормотипову (еталонну) відповідь, що відображує компетентний, впевнений стиль поведінки.

Тест складається із описів 27 комунікативних ситуацій, поділених на п'ять типів:

- 1) ситуації, в яких потрібно обрати реакцію на позитивні висловлювання партнера;
- 2) ситуації, в яких людина повинна реагувати на негативні висловлювання;
- 3) ситуації, в яких потрібно відреагувати на звернення з проханням;
- 4) ситуації бесіди;
- 5) ситуації, в яких потрібно проявити емпатію (розуміння почуттів і станів іншої людини).

До кожної із комунікативних ситуацій тесту наведено п'ять можливих варіантів реагування. Опрацьовуючи завдання методики, респонденти мають обрати один із варіантів відповіді, що є найбільш характерним для них. Ступінь наближення комунікативних умінь респондентів до еталону визначається за кількістю правильних (компетентних, суголосних еталону) відповідей. Неправильні (некомпетентні) відповіді можуть інтерпретуватися як залежні або агресивні. За результатами тестування (згідно із ключем від 0 до 27 балів) вираховується відсоткове співвідношення залежних – компетентних – агресивних відповідей і визначається загальна тенденція вираження комунікативних умінь респондентів. Оцінюванню підлягають такі блоки комунікативних умінь:

- 1) уміння надавати і приймати знаки уваги (компліменти);
- 2) здатність адекватно реагувати на справедливую критику;
- 3) здатність адекватно реагувати на несправедливую критику;
- 4) уміння реагувати на провокативну поведінку зі сторони співрозмовника;

- 5) уміння звернутися з проханням до іншої людини;
- 6) уміння відповісти відмовою на прохання, сказати «ні»;
- 7) уміння надати підтримку, співчуття;
- 8) уміння самому приймати співчуття і підтримку;
- 9) уміння адаптивно контактувати з іншими, контактність;
- 10) здатність адекватно реагувати на спробу контактувати з респондентом [цит. за: 33, с. 23 – 25].

Змістовно доповнити профіль комунікативної компетентності здобувачів освіти юнацького віку дозволила також *методика діагностики комунікативної толерантності*, розроблена В. В. Бойком у 1996 році. Опитувальник складається із 45 питань, поєднаних у 9 блоків, кожний з яких відображує особливості інтолерантної поведінки особистості у певних умовах спілкування:

- 1) неприйняття (нерозуміння або небажання розуміти) індивідуальних особливостей людини;
- 2) позиціонування себе як еталону при оцінюванні інших осіб;
- 3) категоричність або консерватизм в оцінках людей, брак гнучкості і широти світоглядних позицій;
- 4) не вміння приховувати або згладжувати неприємні емоції при зіткненні з некомунікабельністю партнерів;
- 5) прагнення змінити, перевиховати партнера по спілкуванню;
- 6) прагнення підігнати інших учасників комунікації під себе (під свій характер, свої звички, домагання);
- 7) не вміння (або небажання) пробачати іншим помилки, ненавмисно заподіяні неприємності;
- 8) нетерпимість до дискомфортних станів партнера по спілкуванню (хвороба, втома, відсутність настрою);
- 9) нездатність пристосовуватися до властивостей (рис характеру, звичок, поведінки) інших учасників спілкування.

Опрацювання результатів дослідження дозволяє виважено оцінити проблемні сегменти комунікативної компетентності особистості та

усвідомити можливості корегування певних аспектів міжособистісної комунікації.

Твердження опитувальника мають бути оцінені респондентами за 3-бальною шкалою Ліккерта: від «абсолютно невірно» (0 балів) до «абсолютно вірно» (3 бали). Рівень комунікативної толерантності розраховується як сума балів за усіма субшкалами (максимально – 135 балів): чим більшою є сума балів, тим нижче рівень комунікативної толерантності особистості (і відповідно – більш виражений рівень інтолерантності), що спричиняє нетерпимість до оточення і високу імовірність конфліктів.

Зважаючи на вибудувані темою даного кваліфікаційного магістерського дослідження маркери проблемного поля, в якості обов'язкового аспекту психодіагностичного вимірювання ми розглядали феномен адаптивності. Для цього була обрана *методика дослідження соціально-психологічної адаптації* (Test of Personal Adjustment) К. Роджерса–Р.Даймонда [цит. за: 45, с. 85 – 90], призначена для виявлення рівня успішності адаптаційних процесів суб'єкта життєтворення.

Опитувальник К. Роджерса–Р.Даймонда складається із 101 змістовного твердження, які сформульовані в третій особі однини (без використання займенників, зокрема й займенника Я). Це дозволяє респондентам уникати впливу «прямого ототожнення» і нейтралізувати установки стандартних тестових запитань на соціальну бажаність відповідей.

Кожне з тверджень опитувальника респонденти на підставі власного соціального досвіду мають оцінити за 6-бальною шкалою Ліккерта: 0 – «це мене зовсім не стосується»; 1 – «це мене не стосується»; 2 – «скоріше мене це не стосується»; 3 – «не знаю, чи це мене стосується»; 4 – «це схоже на мене, але маю сумніви»; 5 – «це схоже на мене»; 6 – «це точно я».

За змістом, згідно із узагальненими концептами, твердження опитувальника можна розподілити на два полюси: характеристики адаптованості особистості (достатньо успішне пристосованість до умов соціального середовища, здатність до подальшого розвитку і змін) –



характеристики дезадаптованості особистості (відсутність певної соціально-психологічної гнучкості при зміненні ситуації, труднощі комунікації тощо).

Деталізація векторів маркування адаптивності особистості дозволяє означити такі інтегральні субшкали:

- 1) адаптивність/ дезадаптивність;
- 2) самоприйняття: прийняття/ неприйняття себе;
- 3) прийняття/ неприйняття інших;
- 4) емоційна комфортність/ дискомфорт;
- 5) інтернальність: переважання внутрішнього/ зовнішнього контролю;
- 6) прагнення до домінування/ підпорядкованість;
- 7) уникання проблем [цит. за: 45, с. 89 – 90].

Отримані за результатами психодіагностичного вимірювання дані були піддані аналізу із застосуванням методів математичної статистики первинного рівня. Так були здійснені розрахунки показників комунікативної компетентності і адаптивності здобувачів освіти згідно із ключем тестових методик і опитувальників, обраховано середні та відсоткові значення досліджуваних показників.

Також був використаний непараметричний метод рангової кореляції Спірмена ( $r$ -Spearman), який дозволяє означити наявність і напрям кореляційного зв'язку між двома ознаками або профілями ознак в межах певної групи досліджуваних. За допомогою методу рангової кореляції Спірмена були означені характеристики кореляційних зв'язків між показниками комунікативної компетентності та адаптивності респондентів.

Процедура аналізу досліджуваних параметрів здійснювалася за допомогою програми SPSS-20.

## **2.2. Аналіз результатів психодіагностичного вимірювання показників комунікативної компетентності та адаптивності здобувачів освіти**

З метою увиразнення базових тенденцій розвитку комунікативної компетентності та адаптивності здобувачів вищої освіти результати

психодіагностичного вимірювання досліджуваних параметрів були опрацьовані із залученням кількісного та якісного аналізу.

Робота із даними психодіагностичного вимірювання здійснювалася покроково:

- 1) обрахування за допомогою ресурсу первинного математичного аналізу індивідуальних показників комунікативної компетентності та адаптивності респондентів за ключем тестових методик і опитувальників, а також визначення усереднених показників по вибірковій сукупності;
- 2) вирахування відсоткових показників прояву респондентами досліджуваних параметрів та співставлення даних у межах вибіркової сукупності;
- 3) означення кореляційних зв'язків між показниками комунікативної компетентності та адаптивності здобувачів вищої освіти із використанням методу рангової кореляції Спірмена.

Аналіз та узагальнення результатів психодіагностичного вимірювання рівня розвитку комунікабельності респондентів, отриманих за допомогою методики діагностики загального рівня комунікабельності В. Ф. Ряховського [65, с. 205 – 207], засвідчили домінування серед здобувачів вищої освіти вибіркової сукупності помірного рівня ознаки (див. табл. 2.1.). Разом з тим маємо зауважити, що середні величини даного рівня значущості більше тяжіють до нижньої межі ознаки ( $\bar{x} = 22,79$ ), що свідчить про критичність нормативного рівня комунікабельності. Також привертає увагу і маркер стандартного відхилення показників середнього рівня розвитку комунікабельності, що є найбільшим у порівнянні із показниками високого і низького рівнів і свідчить про значний розкид ознаки – від вищого за середній рівень тестової норми і до нижчого за норму.

Таблиця 2.1.

**Середні величини рівня розвитку комунікабельності респондентів**  
(за методикою В. Ф. Ряховського)

Рівні виявлення комунікабельності	Показники	Середній рівень тестової норми	Середні величини у вибірці ( $\bar{x}$ )	Стандартне відхилення
			Кількість респондентів у % (N = 42)	
Низький рівень		25 – 29 балів	$\bar{x} = 29,23$	3,72
Середній рівень		14 – 18 балів	$\bar{x} = 22,79$	5,36
Високий рівень		8 – 4 балів	$\bar{x} = 10,32$	3,52

Подібний варіативний розкид рівня виявлення середніх показників тестової норми простежується також і при аналізі високого і низького рівнів комунікабельності респондентів. Проте патологічні вияви комунікабельності (надмірна комунікабельність, багатослівність або (за надмірного низького рівня) максимальна закритість, некомунікабельність) серед респондентів вибіркової сукупності виявлені не були. Це дозволило нам при інтерпретації характеристик комунікативних характеристик юнаків орієнтуватися саме на рівень тестової норми.

Узагальнені показники порівневого виявлення респондентами комунікабельності наведені у таблиці 2.2.

Таблиця 2.2.

**Узагальнені показники рівня комунікабельності респондентів**  
(за методикою В. Ф. Ряховського)

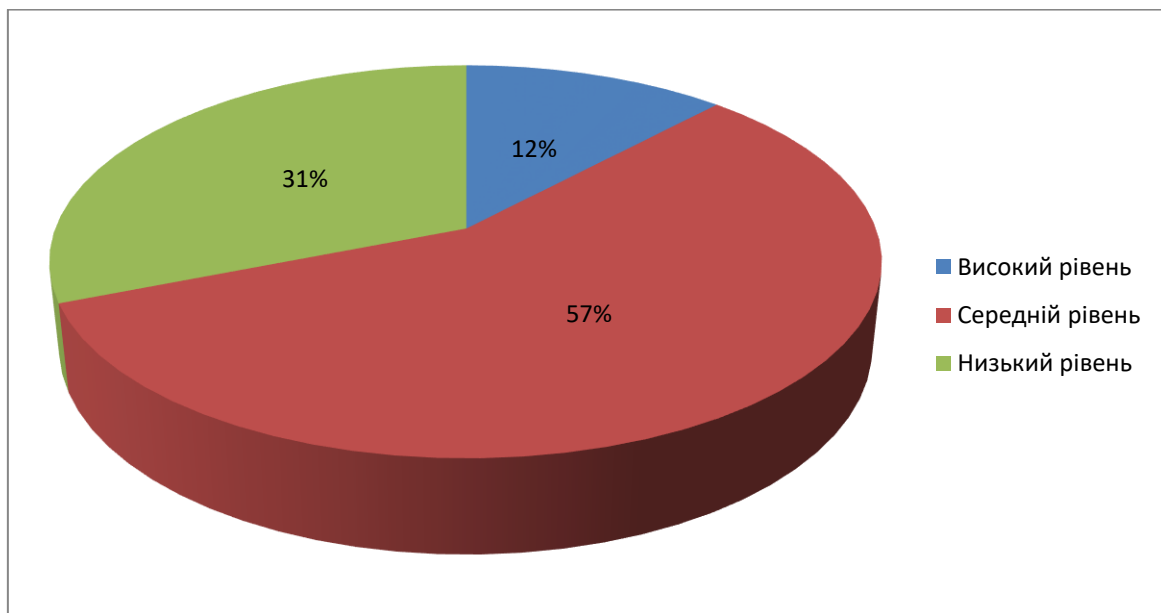
Рівень виявлення	Низький рівень	Середній рівень	Високий рівень
	Кількість респондентів у % (N = 42)		
Показник			
Рівень комунікабельності	31 % (13 осіб)	<b>57%</b> (24 осіб)	12% (5 особи)

Як видно із наведених у таблиці даних здобувачів освіти юнацького віку характеризує здебільшого оптимальний (посередній) рівень виявлення комунікабельності, що засвідчено у відповідях 57% респондентів. Особи цієї групи достатньою мірою товариські, у сталих ситуаціях почуваються цілком упевнено. Вони адекватно реагують на проблемні ситуації, проте суперечки, дискусії їх не приваблюють. Обережно студенти юнацького віку цієї групи сходяться із незнайомими людьми.

Разом з тим викликає занепокоєння значна кількість студентів із низьким рівнем комунікабельності, зафіксованим у відповідях 31% респондентів. Особи цієї групи неговіркі, замкнені, схильні до самотності. Необхідність спілкування із сторонніми людьми виводить їх із рівноваги. Саме респонденти даної групи, на нашу думку, потребують кваліфікованої психологічної допомоги.

Найменш представленими у вибірковій сукупності виявилися особи із високим рівнем розвитку комунікабельності (12%), що характеризуються товариськістю (іноді навіть надмірною); вони охоче знайомляться і спілкуються із різними людьми, активно долучаються до дискусій, не відмовляють іншим у спілкуванні, хоча інколи вони переходять межу і стають нав'язливими. І це, беззаперечно, також потребує психологічного втручання і корекції зі сторони психологічної служби закладу освіти.

Результати вимірювання рівня комунікабельності здобувачів вищої освіти юнацького віку унаочнено на рисунку 2.1.



**Рис.2.1. Графічне представлення результатів вимірювання рівня комунікабельності респондентів**

Деталізація показників комунікативної компетентності респондентів була здійснена за допомогою тесту комунікативних умінь Л. Міхельсона (перекладеного та адаптованого Ю. З. Гільбухом) [цит. за: 33, с. 18–25].

Призначенням даної методики є оцінювання адекватності реакцій, комунікативних сигналів та стилів поведінки респондентів у комунікативних ситуаціях різного типу.

Аналіз середніх величин виявлення здобувачами вищої освіти вибіркової сукупності комунікативних умінь (див. *табл. 2.3.*) засвідчив функціональну значущість комунікативних реакцій респондентів на нижній межі ознаки:

- високий рівень  $\bar{x} = 21,03$  при діапазоні тестових значень 21 – 27 балів;
- середній рівень  $\bar{x} = 12,31$  при нормативних показниках (12 – 14 балів) нижче середньої ознаки;
- низький рівень  $\bar{x} = 5,11$  при діапазоні тестових значень 0 – 11 балів.

*Таблиця 2.3.*

**Середні величини виявлення респондентами комунікативних умінь**  
(за методикою Л. Міхельсона)

Рівні виявлення комунікативних умінь \ Показники	Середній рівень тестової норми	Середні величини у вибірці ( $\bar{x}$ )	Стандартне відхилення
		Кількість респондентів у % (N = 42)	
Низький рівень	6 – 8 балів	$\bar{x} = 5,11$	6,28
Середній рівень	15 – 18 балів	$\bar{x} = 12,31$	5,26
Високий рівень	24 – 25 балів	$\bar{x} = 21,03$	3,81

Відповідно, виявлення комунікативних умінь здобувачами вищої освіти економічного профілю можна інтерпретувати як ситуативні показники, що можуть суттєво варіюватися залежно від ситуації або психічних станів респондентів. Наприклад, впевнена адаптивна позиція студентів у стереотипних ситуаціях комунікації (високий рівень виявлення комунікативних умінь) під впливом фактору невизначеності (або фрустрованості особистості) може трансформуватися у менш ефективну – набути ознак середнього або й низького рівня, що проявляється у послабленні контролю над ситуацією, в імпульсивних реакціях, інтолерантності до партнера по спілкуванню. Разом з тим співвіднесення середніх величин рівнів виявлення комунікативних умінь респондентів у

різних ситуаціях взаємодії (див. *табл. 2.4.*) дозволило означити домінування у поведінковому профілі студентів компетентнісного стилю комунікації ( $\bar{x} = 17,12$ ), що дозволяє сподіватися на потенційну схильність юнаків до конструктивних моделей комунікації.

*Таблиця 2.4.*

**Середні величини виявлення респондентами комунікативного стилю  
(за методикою Л. Міхельсона)**

Показники	Стиль комунікативної поведінки		
	Залежний	Компетентний	Агресивний
Середні величини ( $\bar{x}$ )	$\bar{x} = 7,45$	$\bar{x} = 17,12$	$\bar{x} = 11,26$
Стандартне відхилення	4,77	9,82	3,74

Подальший аналіз результатів психодіагностичного вимірювання, отриманих за допомогою тесту комунікативних умінь Л. Міхельсона, дозволив розглянути показники порівневого виявлення респондентами стильових характеристик комунікативної поведінки. Узагальнені дані наведені у таблиці 2.5.

*Таблиця 2.5.*

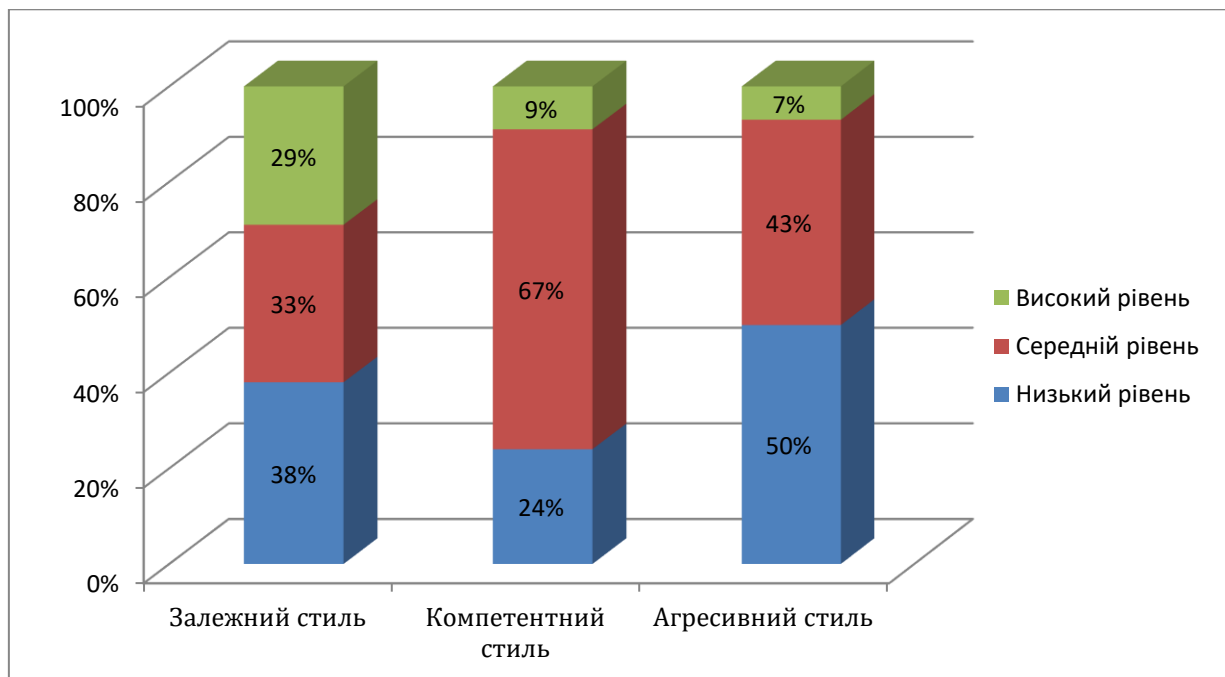
**Узагальнені показники рівня виявлення респондентами комунікативних стилів поведінки (за методикою Л. Міхельсона)**

Стиль комунікативної поведінки	Рівень виявлення		
	Низький рівень	Середній рівень	Високий рівень
	Кількість респондентів у % (N = 42)		
Залежний стиль	38 % (16 осіб)	33% (14 осіб)	29% (12 осіб)
Компетентний стиль	24 % (10 осіб)	<b>67%</b> (28 осіб)	9% (4 особи)
Агресивний стиль	50 % (21 особа)	43% (18 осіб)	7% (3 особи)

Результати дослідження підтверджують переважання серед респондентів вибіркової сукупності компетентного (впевненого) стилю комунікативної поведінки (зафіксовано у відповідях 76% респондентів: у 67% студентів на середньому рівні значущості та у 9% – на високому). Така поведінка характеризується здатністю особистості впевнено висловлювати власні думки, відстоювати свої позиції у ситуаціях конфліктного протистояння та критики, емпатійно ставитися до партнерів по спілкуванню,

контролювати свої реакції під впливом стрес-факторів. До комунікативних умінь студентів даної групи належать здатності активного слухання, виявлення інтересу до думок і переживань інших осіб. Вони достатньою мірою володіють навичками саморегуляції, із розумінням ставляться до власних ресурсів (і комунікативних зокрема), усвідомлюють відповідальність за власні дії, адекватно оцінюють власні досягнення. І хоча означені властивості виявляються помірно (переважає середній рівень виявлення ознак), компетентний стиль комунікативної поведінки суголосний особливостям вікового розвитку студентів і є важливою складовою адаптивних стратегій життєдіяльності респондентів.

Показники виявлення здобувачами вищої освіти економічного профілю унаочнено на рисунку 2.2.



**Рис. 2.2. Графічне представлення результатів вимірювання комунікативних стилів поведінки респондентів**

Разом з тим викликає занепокоєння відносно високий рівень серед респондентів залежного стилю комунікації (29%), що у поєднанні із середнім рівнем даної ознаки (33%) відображує деструктивні прояви комунікативної залежної (невпевненої) поведінки 62% студентів вибіркової сукупності. Залежний стиль комунікативної поведінки відзначається пасивністю

респондентів, відсутністю ініціативи, намаганні уникати самостійних відповідальних рішень. Такі студенти надто залежні від думки оточення, зазвичай орієнтуються на очікування інших осіб, підпорядковують свою поведінку зовнішнім настановам. Вони недостатньо впевнені, характеризуються неадекватно заниженою самооцінкою, сумніваються у власних можливостях і тому потребують системного заохочення та зовнішнього контролю. І хоча, зважаючи на низький показник середньої величини виявлення залежного стилю комунікації ( $\bar{x} = 7,45$ ), варто говорити лише про тенденцію до залежності, конформізму студентів у спілкуванні, дана група респондентів потребує нагальної психологічної підтримки в системі особистісного та професійного самоздійснення.

50% осіб, залучених до емпіричного дослідження, засвідчили схильність до агресивних стратегій комунікативної поведінки – 43% на середньому рівні значущості та 7% на високому рівні. У спілкуванні така позиція проявляється у прагненні домінувати у всьому, пригнічувати та контролювати інших, демонструвати зверхність, зневагу партнерам по комунікації. Схильні до агресивності у взаємодії особи намагаються занижувати самооцінку інших, не беручи до уваги їхні інтереси, переживання і провокуючи конфлікти. Відповідно, особи із досить високим рівнем агресивності у спілкуванні також потребують психологічного супроводу, спрямованого на урегулювання поведінки.

Наступним кроком у дослідженні сутнісних ознак комунікативної компетентності особистості стало вивчення параметрів *комунікативної толерантності* за допомогою методики В. В. Бойка [цит. за: 57, с.109 – 112]. Діагностичний діапазон методики дозволяє окреслити показники толерантності/ інтолерантності особистості у вимірах різних комунікативних ситуацій. Дослідницькі маркери методики скеровані передусім на виявлення комунікативної інтолерантності респондентів (максимальна кількість балів, яку можуть набрати респонденти при тестуванні дорівнює 135 балам), але низькі показники за цією ознакою свідчать про протилежну рису – толерантність. Це зумовлює можливість здійснювати порівняне



диференціювання виявлення комунікативної толерантності студентів вибіркової сукупності. Середні величини діагностичного ресурсу методики дослідження комунікативної толерантності здобувачів вищої освіти економічного профілю наведені у таблиці 2.6.

Таблиця 2.6.

**Середні величини виявлення респондентами комунікативної толерантності (за методикою В. В. Бойка)**

Рівні виявлення комунікативної толерантності	Показники	Середній рівень тестової норми	Середні величини у вибірці ( $\bar{x}$ )	Стандартне відхилення
	Кількість респондентів у % (N = 42)			
Низький рівень		66 – 90 балів	$\bar{x} = 123,25$	23,13
Середній рівень		33 – 35 балів	$\bar{x} = 39,04$	6,38
Високий рівень		15 – 20 балів	$\bar{x} = 28,36$	8,40

Параметри середніх величин виявлення комунікативної толерантності респондентів підтвердили переважання у вибірковій сукупності маркерів комунікативної толерантності на верхній межі ознаки, яка наближує фіксовані дані тестування до якісного полюсу інтолерантності:

- високий рівень виявлення ознаки, що тлумачиться як маркер комунікативної толерантності  $\bar{x} = 28,36$  при діапазоні тестових значень 0 – 30 балів;
- середній рівень  $\bar{x} = 39,04$  при показниках тестових значень 31 – 40 балів;
- низький рівень  $\bar{x} = 123,25$  (із суттєвим розкидом даних – 23,13) при діапазоні тестових значень 41–135 балів, що вже є свідченням узвичаєного інтолерантного поведіння респондентів у комунікативному просторі взаємодії.

Деталізувати виявлення здобувачами вищої освіти економічного профілю толерантних показників комунікативної поведінки дозволили узагальнені порівневі маркери ознаки (див. табл. 2.7.).

Таблиця 2.7.

**Рівні виявлення респондентами показників комунікативної толерантності (за методикою В. Бойка)**

Показники комунікативної толерантності	Рівень виявлення	Низький рівень	Середній рівень	Високий рівень
	Кількість респондентів у % (N = 42)			
Неприйняття і незрозуміння індивідуальності людини		38% (16 осіб)	<b>48%</b> (20 осіб)	14% (6 осіб)
Позиціонування себе як еталону в оцінюванні інших		<b>81%</b> (34 особи)	19% (8 осіб)	0
Категоричність в оцінюванні людей		17% (7 осіб)	26% (11 осіб)	<b>57%</b> (24 особи)
Невміння приховувати негативне ставлення до інших учасників спілкування		17% (7 осіб)	38% (16 осіб)	<b>45%</b> (19 осіб)
Прагнення змінити, перевиховати партнера		<b>77%</b> (32 особи)	14% (6 осіб)	9% (4 особи)
Схильність підлаштовувати інших учасників комунікації під себе		36% (15 осіб)	<b>43%</b> (18 осіб)	21% (9 осіб)
Невміння (або небажання) пробачати іншим помилки		33% (14 осіб)	<b>38%</b> (16 осіб)	29% (12 осіб)
Нетерпимість до дискомфортних станів партнера по спілкуванню		31% (13 осіб)	<b>40%</b> (17 осіб)	29% (12 осіб)
Неадаптивність у взаєминах із іншими учасниками спілкування		19% (8 осіб)	29% (12 осіб)	<b>52%</b> (22 осіб)

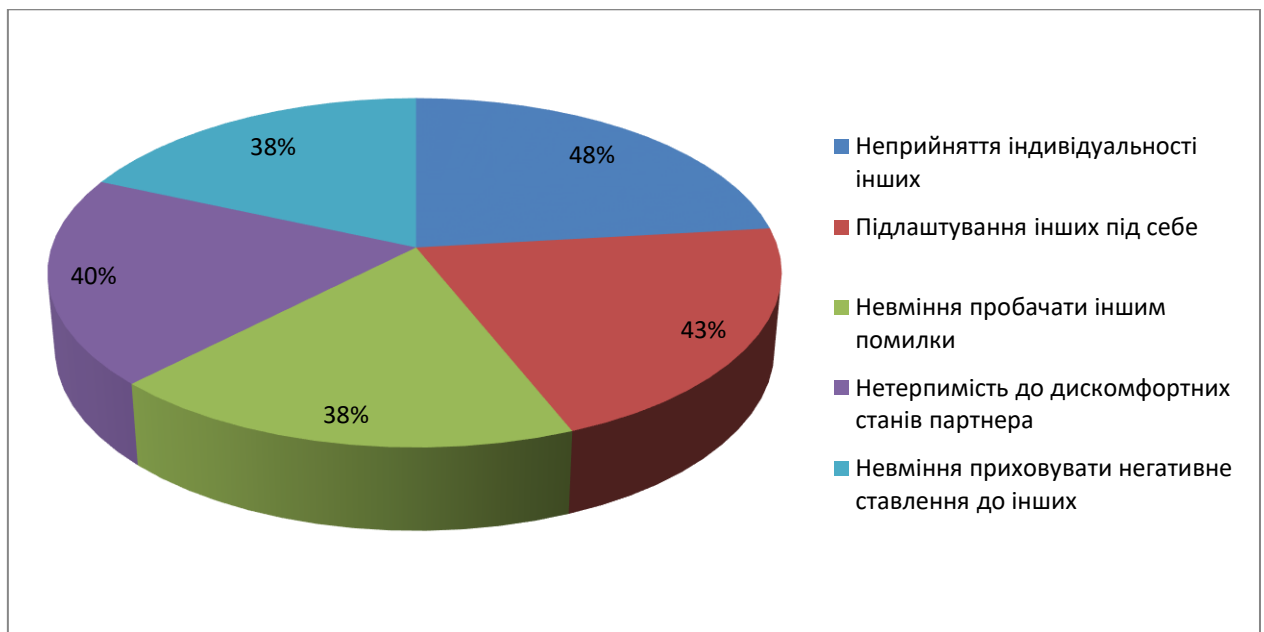
Зважаючи на зворотне шкалування обліку балів, можемо констатувати, що аналіз результатів дослідження за методикою В. В.Бойка виявив найбільш проблемні сегменти комунікативної компетентності респондентів, виражені на високому рівні значущості показників толерантності студентів, що межує із інтолерантністю і свідчить про розмивання «кордонів толерантності» особистості. Серед них передусім вартують уваги такі:

- 1) категоричність в оцінюванні людей засвідчена на високому рівні значущості у відповідях 57% респондентів;
- 2) неадаптивність у взаєминах із іншими учасниками спілкування демонструють 52% опитаних юнаків;

3) 45% респондентів констатують невідміння приховувати негативне ставлення до інших учасників спілкування.

Можна припустити, що прояви інтолерантності у комунікативній поведінці студентів юнацького віку спричинені не лише відсутністю достатнього досвіду толерантної поведінки та психологічною інфантильністю респондентів, але й віковими особливостями особистісного розвитку юнаків. Передусім це може бути пов'язане із переживанням кризи ідентичності, що часто супроводжується юнацьким максималізмом, безапеляційністю когнітивних оцінок, недостатнім рівнем резильєнтності, байдужістю.

Усереднений профіль комунікативної толерантності респондентів (див. рис. 2.3.) унаочнює найбільш проблемні сегменти даної ознаки.



**Рис. 2.3. Графічне представлення проблемних сегментів комунікативної толерантності респондентів**

Композиційно комунікативна толерантність здобувачів вищої освіти економічного спрямування відносно рівномірно розподіляє увагу між такими маркерами середнього рівня значущості: неприйняття (або нерозуміння) індивідуальних властивостей іншої людини (виявили 48% респондентів), схильність підлаштовувати інших учасників комунікації під себе (фіксується у 43% респондентів), нетерпимість до дискомфортних станів (хвороби,

емоційна нестабільність тощо) партнера по спілкуванню (означили відповіді 40% респондентів), невміння (або небажання) пробачати іншим помилки та прорахунки у діяльності (засвідчено у відповідях 38% респондентів). Середні показники толерантності, згідно із інтерпретаційними стандартами методики В. В.Бойка, характеризують ті сегменти комунікативної компетентності студентів вибіркової сукупності, в межах яких респонденти здатні залежно від ситуації демонструвати риси як толерантності, так і інтолерантності. Означені аспекти виявлення комунікативної поведінки можуть бути пов'язані передусім із імпульсивними реакціями, конформізмом та орієнтованістю респондентів на очікування оточення на фоні недостатньо розвинених ціннісних орієнтирів та низького самоконтролю осіб юнацького віку. Разом з тим активний пошук юнаками перспективних шляхів життєтворення і ефективних ресурсів самоздійснення, продуктивного розвитку Я-концепції знижують значущість маркерів позиціонування ними себе як еталону в оцінюванні інших осіб (це засвідчив низький рівень виявлення ознаки у 81% респондентів) та прагнення перевиховати партнера по комунікації (низький рівень значущості ознаки у 77% респондентів).

На підставі узагальнення результатів аналізу виявлення здобувачами вищої освіти економічного профілю комунікативної толерантності можна констатувати помірність виявлення ознаки, що зумовлює поєднання в особистісному профілі респондентів як рис комунікативної толерантності, так і інтолерантності.

Розглядаючи комунікативну компетентність як складову адаптивної поведінки особистості, наступним кроком психодіагностичного (констатувального) етапу емпіричного дослідження ми вважали психодіагностичне вимірювання показників соціально-психологічної адаптації за методикою К. Роджерса – Р.Даймонда [цит. за: 45, с. 85 – 90], субшкали якої дозволяють оцінити інтегративні характеристики адаптації респондентів у вимірах позитивних і негативних полюсів ознаки. Середні величини досліджуваних маркерів представлені у таблиці 2.8.

Таблиця 2.8.

**Середні величини виявлення респондентами соціально-психологічної адаптації (за методикою К. Роджерса – Р.Даймонда)**

Показники Субшкали адаптації	Середній рівень тестової норми	Середні величини у вибірці ( $\bar{x}$ )	Стандартне відхилення
		Кількість респондентів у % (N = 42)	
Адаптивність	68 – 136 балів	$\bar{x} = 104,37$	59,36
Самоприйняття	22 – 42 балів	$\bar{x} = 24,04$	12,28
Прийняття інших	12 – 24 балів	$\bar{x} = 20,77$	11,84
Емоційна комфортність	14 – 28 балів	$\bar{x} = 12,05$	6,24
Інтернальність	26 – 52 балів	$\bar{x} = 54,26$	12,84
Прагнення до домінування	6 – 12 балів	$\bar{x} = 21,64$	9,43
Прагнення уникати проблем	10 – 20 балів	$\bar{x} = 16,32$	8,24

Аналіз середніх величин показників адаптації особистості до соціальних умов життєдіяльності засвідчив тяжіння маркерів адаптаційних тенденцій до середньостатистичної тестової норми. Лише показники інтернальності і прагнення респондентів до домінування перевищують нормотипові значення ( $\bar{x} = 54,26$  за верхньої нормативної межі 52 бали та  $\bar{x} = 21,64$  за верхньої нормативної межі 12 балів відповідно до субшкал), а середній показник емоційної комфортності респондентів знижений ( $\bar{x} = 12,05$  за нижньої нормативної межі 14 балів).

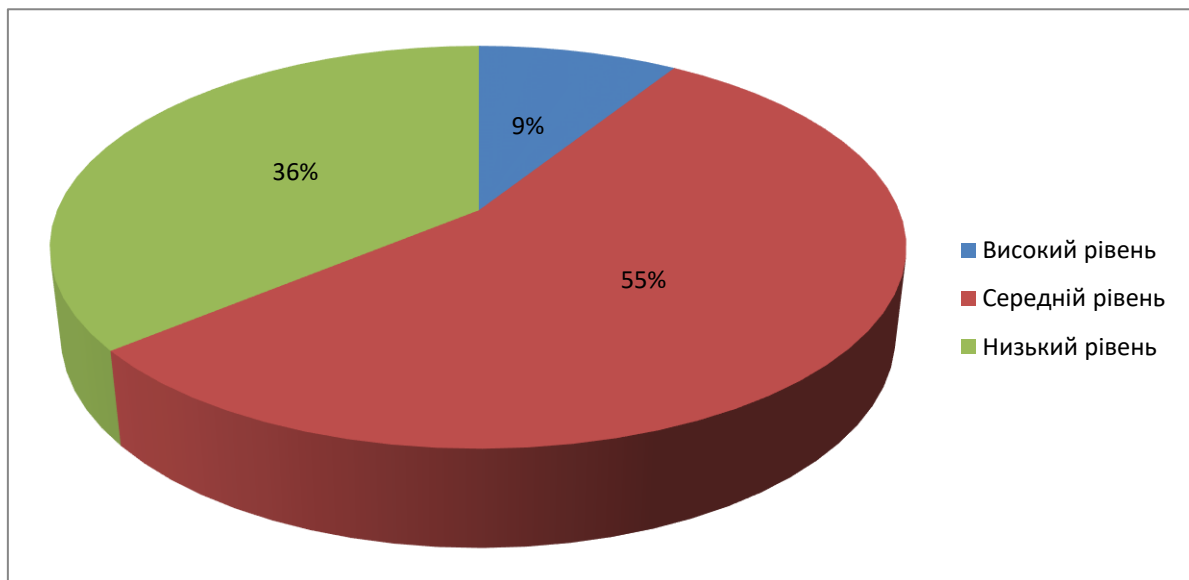
Більш ретельно розглянути параметри соціально-психологічної адаптації здобувачів вищої освіти економічного профілю дозволяють узагальнені виміри порівневого розподілу ознак у вибірковій сукупності (див. табл. 2.9.).

Таблиця 2.9.

**Рівні виявлення респондентами показників соціально-психологічної адаптації (за методикою К. Роджерса – Р.Даймонда)**

Субшкали адаптивності	Рівень виявлення	Низький рівень	Середній рівень	Високий рівень
	Кількість респондентів у % (N = 42)			
Адаптивність		36% (15 осіб)	<b>55%</b> (23 особи)	9% (4 особи)
Самоприйняття		43% (18 осіб)	45% (19 осіб)	12% (5 осіб)
Прийняття інших		38% (16 осіб)	33% (14 осіб)	29% (12 осіб)
Емоційна комфортність		<b>57%</b> (24 особи)	38% (16 осіб)	5% (2 особи)
Інтернальність		19% (8 осіб)	24% (10 осіб)	<b>57%</b> (24 особи)
Прагнення до домінування		14% (6 осіб)	29% (12 осіб)	<b>57%</b> (24 особи)
Прагнення уникати проблем		43% (18 осіб)	<b>52%</b> (22 особи)	5% (2 особи)

В цілому інтегральний показник адаптивності особистості є позитивним полюсом ознаки і відображує співвідношення показників адаптивності/ дезадаптивності у функціонуванні респондентів у соціальному просторі (рис. 2.4.).



**Рис. 2.4. Графічне представлення результатів вимірювання інтегрального показника психологічної адаптації респондентів**

За результатами тестування було з'ясовано, що у вибірковій сукупності переважна кількість респондентів відзначається позитивним полюсом адаптивності: 55% опитаних студентів демонструють середній рівень адаптивності, 9% – високий рівень. Особи адаптивного типу вирізняються

успішним пристосуванням до умов соціального середовища, критично сприймають нормативні стандарти соціального простору, цінують себе і стосунки з іншими людьми. Ознакою адаптованості також є орієнтованість на самовдосконалення, здатність до подальшого розвитку власних ресурсів, що можуть бути корисними у нових умовах генези буття. Вони цілеспрямовані, налаштовані на позитивний перебіг подій. Тоді як дезадаптовані особи – а негативний полюс адаптації (низький рівень адаптивності – дезадаптивність) прослідковується у відповідях 36% респондентів – зазвичай пасивно-песимістичні, часто незадоволені собою та іншими людьми, схильні до депресивних настроїв і незрілих особистісних рішень. Юнакам з ознаками дезадаптації властиві недостатність позитивного соціального досвіду, досвіду успішного досягнення мети, нерозвиненість (або мала вираженість) соціально-психологічної гнучкості у несталих умовах життя, що суттєво ускладнює процеси соціалізації та ідентифікації особистості, і особливо – в юнацькому віці.

Разом з тим варто наголосити, що домінування серед досліджуваної групи осіб помірного рівня адаптивності особистості (а це підтверджує 55% відповідей респондентів із середнім рівнем показника адаптивності) свідчить про несталість адаптивних моделей поведінки досліджуваних осіб, їхню амбівалентність. Залежно від ситуації вони можуть виявляти як адаптивні, так і дезадаптивні реакції, що цілком узгоджується із результатами вивчення комунікативної толерантності здобувачів вищої освіти вибіркової сукупності.

Суголосними до інтегративного показника адаптивності особистості є показники, отримані за субшкалами самоприйняття, прийняття/ неприйняття інших осіб, емоційної комфортності/ дискомфорту, особливостей внутрішнього/ зовнішнього контролю, прагнення до домінування і уникання проблем.

Максимально виразними в узагальненому профілі студентів вибіркової сукупності є маркери інтернальності (виявлені у 57% респондентів як формат екстернальності, переважання зовнішнього контролю) та прагнення респондентів до домінування, лідерства (виявлено також у 57%

досліджуваних), що цілком підтверджується показниками середніх величин (див. табл. 2.8.).

Звертають на себе увагу й 57% осіб із зниженим рівнем емоційного комфорту, що можна інтерпретувати як свідчення емоційної ригідності, відстороненості та низького рівня суб'єктивного благополуччя респондентів. Це може бути пов'язане зокрема й із довготривалим дистанційним навчанням у закладах освіти та впливом стрес-факторів в умовах війни в Україні, що суттєво ускладнює життєдіяльність людини.

У сегменті самоприйняття і прийняття респондентами інших осіб можна констатувати амбівалентність ознаки, тому що значущих відмінностей у порівневому розподілі не виявлено. Здобувачами вищої освіти виявляється помірний рівень (у 45% респондентів) сприйняття власних характеристик, особистісних ресурсів та прийняття інших (у 33% респондентів). 43% досліджуваних засвідчили незадоволеність собою (це підтверджено низьким рівнем самосприйняття) та неприйняття інших (38% досліджуваних). Означене цілком узгоджується із тенденцією вікового розвитку юнаків, що виявляється у схильності юнацтва до максималізму в порівнянні себе із оточенням.

З метою підтвердження існування статистично достовірних зв'язків між показниками комунікативної компетентності та вимірами адаптивності особистості був застосований непараметричний метод рангової кореляції Спірмена ( $r$ ).

Процедура аналізу досліджуваних параметрів здійснювалася за допомогою програми SPSS-20.

Результати кореляційного аналізу показників комунікативної компетентності та соціально-психологічної адаптації здобувачів вищої освіти представлено у *таблиці 2.6.*



Таблиця 2.10.

**Показники коефіцієнтів кореляції Спірмена (r) для структурних компонентів комунікативної компетентності та соціально-психологічної адаптивності респондентів**

Критерії аналізу	Адаптивність	Самоприйняття	Прийняття інших	Емоційна комфортність	Інтернальність	Прагнення до домінування	Уникання проблем
Рівень комунікабельності	<b>0,664**</b>	0,036	0,332*	0,428*	- 0,452*	<b>0,512*</b>	- 0,437*
Стиль комунікативної поведінки	<b>0,638*</b>	0,308*	<b>0,532**</b>	<b>0,562**</b>	0,456*	0,244*	0,406*
Нерозуміння сутності індивідуальних властивостей людей	- 0,321*	0,376*	<b>- 0,544*</b>	0,272	0,456*	0,045	0,223
Позиціонування себе як еталону в оцінюванні інших	0,228	<b>0,584**</b>	<b>- 0,538*</b>	0,338	0,256	<b>0,622**</b>	0,324
Категоричність в оцінюванні людей	<b>- 0,598**</b>	0,418	- 0,427*	0,372	0,256	0,421**	0,027
Невміння приховувати негативне ставлення до партнера	<b>- 0,723*</b>	0,028	<b>- 0,521*</b>	- 0,426*	0,356	0,384*	0,082
Прагнення змінити, перевиховати партнера	0,284*	0,320	<b>- 0,628*</b>	0,419	0,252	<b>0,504*</b>	0,353
Схильність підлаштовувати інших осіб під себе	- 0,332	0,026	<b>- 0,521*</b>	0,042	0,328	<b>0,589**</b>	0,249
Невміння пробачати іншим помилки	<b>- 0,542*</b>	0,216	<b>- 0,621*</b>	<b>- 0,547**</b>	0,256	<b>0,523*</b>	0,221
Нетерпимість до дискомфортних станів партнера	<b>- 0,522*</b>	0,252*	<b>-0,633**</b>	0,238	0,056	0,312	0,021
Неадаптивність у взаєминах із іншими учасниками спілкування	<b>-0,732**</b>	<b>-0,536**</b>	<b>-0,528**</b>	<b>- 0,622*</b>	- 0,443*	-0,462*	<b>0,525*</b>

Примітка: статистично значущі зв'язки позначено \* для  $p \leq 0,05$ ; \*\* для  $p \leq 0,01$

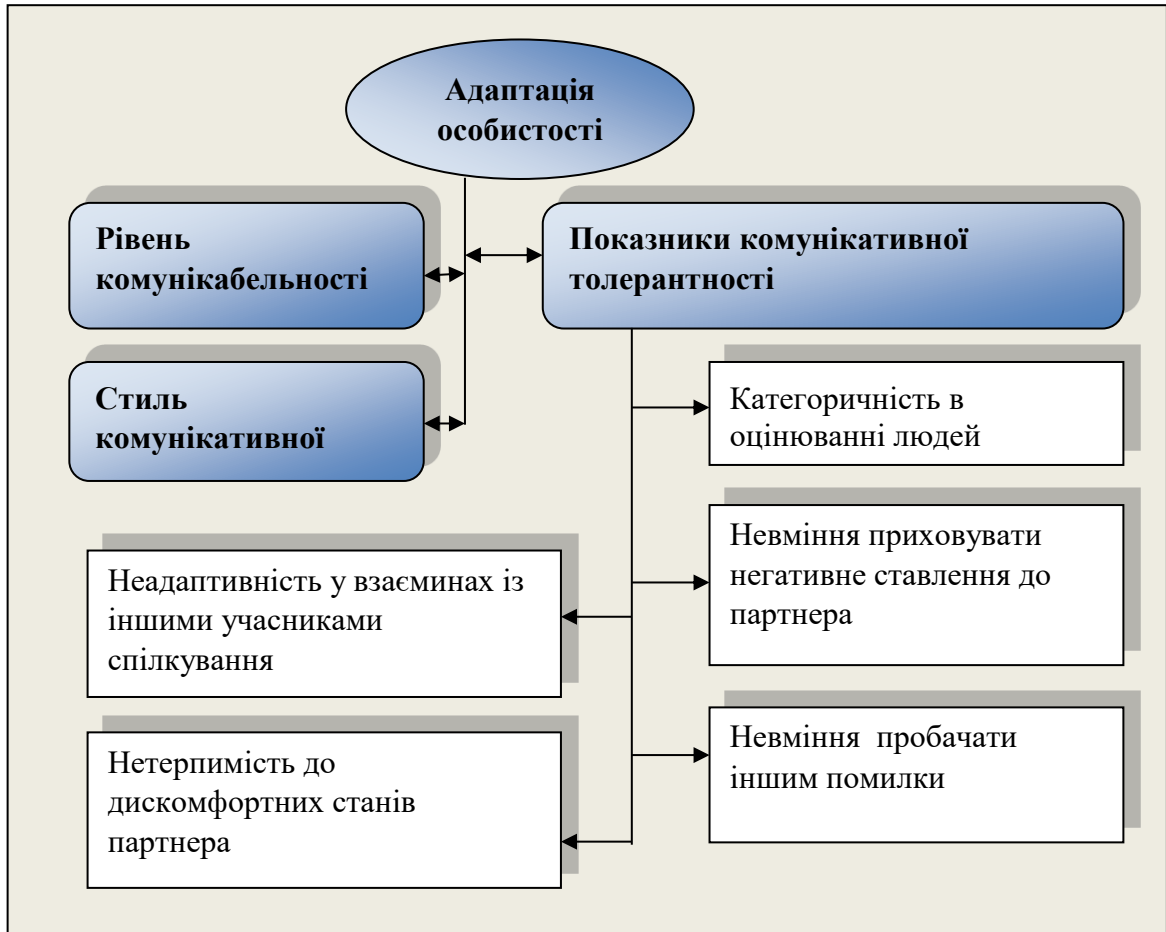
Опрацювання результатів кореляційного аналізу засвідчило існування прямих та зворотних (для реверсійних показників) зв'язків між показниками комунікативної компетентності та вимірами соціально-психологічної адаптивності респондентів юнацького віку. Для окреслення поля високої

статистичної ваги показників кореляції ми брали до уваги передусім зв'язки високої значущості ( $p \leq 0,05$  та  $p \leq 0,01$ ) та помірної сили (не менше 0,50).

На підставі аналізу кореляційних схем було з'ясовано:

- рівень комунікабельності особистості на рівні високої статистичної значущості корелює із показниками загальної адаптивності ( $r = 0,664$  при  $p \leq 0,01$ ) та прагненням особи до домінування ( $r = 0,512$  при  $p \leq 0,05$ ), лідерства у соціальній групі;
- стиль комунікативної поведінки респондентів корелює із такими вимірами соціально-психологічної адаптації як загальна адаптивність ( $r = 0,638$  при  $p \leq 0,05$ ), прийняття інших осіб у системі комунікацій ( $r = 0,532$  при  $p \leq 0,01$ ), що позначається й на емоційній комфортності респондентів ( $r = 0,562$  при  $p \leq 0,01$ ), впливає на переживання психологічного благополуччя;  
аналіз кореляційних графів також засвідчив систему значущих реверсивних зв'язків феномену адаптивності із такими ознаками комунікативної толерантності (перцептивно-інтерактивними показниками) як категоричність в оцінюванні людей ( $r = -0,598$  при  $p \leq 0,01$ ), невміння пробачати іншим помилки ( $r = -0,542$  при  $p \leq 0,05$ ) та нетерпимість до дискомфортичних станів партнера по спілкуванню ( $r = -0,522$  при  $p \leq 0,05$ ). Також корелює із показником соціально-психологічної адаптивності здобувачів вищої освіти (зв'язок зворотного типу) фактор неадаптивності респондентів у взаєминах із іншими учасниками спілкування ( $r = -0,732$  при  $p \leq 0,01$ ) – див. *Рис. 2.5*.
- неадаптивність особистості у взаєминах із іншими учасниками спілкування крім того доказово впливає на такі чинники соціально-психологічної адаптації як самоприйняття ( $r = -0,536$  при  $p \leq 0,01$ ), прийняття інших ( $r = -0,528$  при  $p \leq 0,01$ ), емоційна комфортність ( $r = -0,622$  при  $p \leq 0,01$ ) та прагнення уникати проблемних ситуацій ( $r = 0,525$  при  $p \leq 0,05$ ).

Кореляційні зв'язки меншої значущості пов'язують й інші сегменти комунікативної компетентності особистісного профілю респондентів та параметри соціально-психологічної адаптації, що становить особистісний резерв розвитку ідентичності та самоздійснення суб'єктів життєдіяльності юнацького віку.



**Рис. 2.5. Параметри значущих кореляційних зв'язків комунікативної компетентності та соціально-психологічної адаптації здобувачів вищої освіти**

А отже вважаємо доведеним статистично значущий зв'язок між досліджуваними показниками: комунікативна компетентність є складовою адаптивної поведінки особистості, що може стати підґрунтям цілеспрямованого психологічного супроводу здобувачів вищої освіти.

## Висновки до розділу 2

Емпіричне дослідження (констатувально-діагностична частина) даної кваліфікаційної магістерської роботи було зорієнтоване на психодіагностичне вимірювання особливостей виявлення комунікативної компетентності здобувачів вищої освіти економічного профілю. Дотичним напрямом дослідження також стали показники соціально-психологічної адаптованості респондентів до несталого сьогодення.

Емпіричне дослідження було виконане на базі Науково-навчального інституту економіки, управління та адміністрування Донецького національного університету економіки і торгівлі імені Михайла Туган-Барановського. Завдання констатувального етапу емпіричного дослідження виконувалися протягом січня – березня 2024 року.

Вибіркова сукупність була сформована рандомно і була представлена 42 респондентами юнацького віку (19 – 21 років), які є студентами 3 – 4 курсів бакалаврату. Основним критерієм залучення здобувачів освіти до дослідницької програми ми вважали добровільну згоду студентів взяти участь в опитуванні.

В якості психодіагностичного інструментарію були використані науково обґрунтовані, валідні методики: методика діагностики загального рівня комунікабельності (В. Ф. Ряховський); тест комунікативних умінь (Л. Міхельсон; перекладений та адаптований Ю. З. Гільбухом); методика діагностики комунікативної толерантності (В. В. Бойко); методика дослідження соціально-психологічної адаптації К. Роджерса – Р. Даймонда.

За результатами психодіагностичного дослідження нами були виявлені сутнісні ознаки комунікативної компетентності респондентів, а саме:

- показники загальної комунікабельності респондентів фіксуються на помірному рівні виявлення ознаки; середні величини показника більше тяжіють до нижньої межі ознаки ( $\bar{x} = 22,79$ ), що свідчить про критичність нормативного рівня комунікабельності респондентів;

- комунікативні уміння респондентів виявляються на середньому рівні значущості, що є ознакою ситуативного варіювання. Співвіднесення середніх величин рівнів виявлення комунікативних умінь респондентів у різних ситуаціях взаємодії дозволило означити домінування у поведінковому профілі студентів компетентнісного стилю комунікації ( $\bar{x} = 17,12$ );
- найбільш проблемними сегментами комунікативної компетентності респондентів виявилися показники толерантності, що межують із інтолерантністю і свідчать про розмивання «кордонів толерантності» особистості, і зокрема: категоричність в оцінюванні людей (57% респондентів); неадаптивність у взаєминах із іншими учасниками спілкування (52% опитаних юнаків); невміння приховувати негативне ставлення до інших учасників спілкування (45% респондентів). Прояви інтолерантності у комунікативній поведінці студентів юнацького віку спричинені не лише відсутністю достатнього досвіду толерантної поведінки та психологічною інфантильністю респондентів, але й віковими особливостями особистісного розвитку юнаків;
- аналіз середніх величин показників адаптації особистості до соціальних умов життєдіяльності засвідчив тяжіння маркерів адаптаційних тенденцій до середньостатистичної тестової норми. Лише показники інтернальності і прагнення респондентів до домінування перевищують нормотипові значення ( $\bar{x} = 54,26$  за верхньої нормативної межі 52 бали та  $\bar{x} = 21,64$  за верхньої нормативної межі 12 балів відповідно до субшкал), а середній показник емоційної комфортності респондентів знижений ( $\bar{x} = 12,05$  за нижньої нормативної межі 14 балів).

Кореляційний аналіз за методом Спірмена (із урахуванням передусім зв'язків високої значущості ( $p \leq 0,05$  та  $p \leq 0,01$ )) засвідчив існування прямих та зворотних зв'язків між маркерами комунікативної компетентності та адаптивності респондентів.

## РОЗДІЛ 3

### РОЗВИТОК КОМУНІКАТИВНОЇ КОМПЕТЕНТНОСТІ ОСОБИСТОСТІ

#### **3.1. Розробка та презентація тренінгу з розвитку комунікативної компетентності особистості**

Аналіз отриманих даних зумовив доцільність розробки дієвого методичного інструментарію розвитку комунікативної компетентності особистості. З надзвичайно великого різноманіття засобів та методів розвитку комунікативної компетентності було обрано психологічний тренінг, оскільки саме тренінг є одним з найбільш ефективних методів розвитку комунікативних навичок. Його доцільність обумовлена наступними особливостями. Тренінги передбачають активну участь учасників у процесі навчання, що сприяє кращому засвоєнню матеріалу та формуванню практичних навичок. Інтерактивна взаємодія між тренером та учасниками, а також між самими учасниками, дозволяє створити атмосферу довіри та відкритості, що є необхідною умовою для розвитку комунікативних навичок. Наявність зворотнього зв'язку під час тренінгу, оскільки тренер надає учасникам зворотній зв'язок щодо їхньої ефективності в комунікації, що допомагає їм ідентифікувати свої сильні сторони та області для вдосконалення. Тренінги дозволяють враховувати індивідуальні особливості кожного учасника та розробляти програму, яка відповідає їхнім потребам. Основна увага на тренінгах приділяється відпрацюванню практичних навичок спілкування, що дозволяє учасникам швидко побачити результати своєї роботи. Тренінги створюють безпечне середовище, в якому учасники можуть відпрацювати різні комунікативні ситуації, які можуть виникнути в реальному житті. Завдяки інтенсивному формату, тренінги дозволяють досягти помітних результатів у розвитку комунікативних навичок за короткий проміжок часу. Тренінги створюють атмосферу підтримки та мотивації, що спонукає учасників до саморозвитку.

Тренінг – одна із групових форм роботи з розвитку особистості. Термін «тренінг» (від англійського training) має цілу низку значень – «навчання», «тренування» тощо. У практиці відоме різноманіття тренінгів, що класифікують залежно від їхньої мети, цільової групи, тривалості. [65].

Автор кваліфікаційної роботи поділяє погляд Федорчук В.М., Федорчук В.В., Комарніцької Л.М. [65], які вважають, що серед усього розмаїття методів практичної психології тренінг виділяється наявністю певних специфічних рис. До них відносяться:

- дотримання ряду принципів групової роботи;
- націленість на психологічну допомогу учасникам групи в саморозвитку, при цьому така допомога виходить не тільки (а часом і не стільки) від ведучого, а й від самих учасників;
- наявність більш-менш постійної групи (зазвичай від 8 до 14 осіб), яка періодично збирається на зустрічі безперервно упродовж двох-п'яти днів (так звані групи-марафони);
- певна просторова організація (найчастіше робота проходить в зручному ізольованому приміщенні, учасники більшу частину часу сидять у колі);
- акцент на взаєминах учасників групи, які розвиваються і аналізують за принципом «тут і тепер»;
- застосування активних методів групової роботи;
- об'єктивація суб'єктивних почуттів і емоцій учасників групи відносно один одного і того, що відбувається в групі, вербалізована рефлексія;
- атмосфера розкнутості і свободи спілкування, клімат психологічної безпеки.

Тренінг як форма практичної психологічної роботи завжди відображає своїм змістом певну парадигму того напрямку, якого дотримується психолог, що проводить тренінгові заняття. [65, с.19 ]

Дослідивши теоретичні передумови доцільно перейти безпосередньо до «Тренінгу підвищення комунікативної компетенції», розробку якого логічно розпочати з визначення правил проведення тренінгу, якими можуть бути наступні: [29, с.84 ]

1. Правило «00». Всі учасники тренінгу вчасно приходять на початок заняття і після перерв, в заздалегідь обумовлений час; приклад подає тренер – він має бути пунктуальним і дотримуватися усіх умов, поставлених перед учасниками. Необхідно пам'ятати, що ведучий тренінгу є прикладом в цьому відношенні. Якщо тренер спізнюється (хоча б 1-2 рази), то обов'язково будуть спізнюватися і члени групи, тільки вже на довший термін і значно регулярніше. Ведучий тренінгу не тільки вчить, керує і бере участь в аналізі разом з групою, а й значною мірою своїм особистим прикладом демонструє бажаний стиль поведінки і спілкування. [29, с.84 ]

2. Правило «мікрофону». Говорить той, у кого в руках «мікрофон». Мікрофоном може служити іграшка або звичайний кольоровий маркер. В умовах, коли у тренера не було достатнього часу підготуватися до роботи, можна використовувати в якості «мікрофона» звичайну ручку або олівець. Варто пам'ятати, що будь-який предмет впливає на емоційний настрій групи, тому «вираз обличчя» іграшки або сам її зовнішній вигляд не повинні мати агресивного чи депресивного забарвлення. У підліткових і дитячих групах не рекомендується у якості «мікрофону» використовувати м'яч, оскільки завжди знайдеться той, хто захоче з ним погратися і тим самим відволікатиметься від роботи. [29, с.84 ]

3. Правило активності. Кожен учасник має право не брати участь в будь-якій вправі, однак він повинен завчасно повідомити тренера та групу про своє небажання активності участі, учасник тренінгу може виконувати вправу, але не давати зворотнього зв'язку та не розповідати про свої почуття, що виникли під час роботи. [29, с.84 ]

4. Правило «Я-висловлювання» (принцип персоніфікації висловлювань). Учасник тренінгу повинен говорити лише від першої особи: «Я вважаю, я відчуваю, я думаю, що ...». [29, с.85 ]



5. Правило тактовного і доброзичливого ставлення до всіх членів групи (правило ввічливості). На початку тренінгу учасники домовляються, що на заняттях неприпустимо називати один одного по прізвищах чи прізвиська. Винятком є ті випадки, коли учасник тренінгу сам забажає, щоб його називали на прізвище або прізвисько, чи у групах учасників бойових дій – на позивний. [13, с.85 ]

6. Правило «Тут і зараз» означає, що все, що відбувається в теперішньому часі і в даному місці, а також почуття, емоції і відносини присутніх слід розглядати в рамках тренінгу і не переносити на інші реалії життя учасників (наприклад, на минуле або майбутнє). [13, с.85 ]

7. Правило конфіденційності. Все, що відбувається на цьому тренінгу, залишається тут та ні з ким, хто не брав участі у тренінгу, не обговорюється. [13, с.85 ]

Зазначені правила є базовими та можуть бути доповненими за пропозицією та погодженням учасників тренінгу.

Тренінг з розвитку комунікативної компетентності розрахований на 20 годин часу та складається з 10 тем, які відображені у додатку А.

Переважна більшість занять тренінгу розвитку комунікативної компетентності була проведена під час викладання дисципліни «Комунікативний менеджмент» для студентів 3 курсу та дисципліни «Управління організаційною поведінкою» для студентів 4 курсу Донецького національного університету економіки і торгівлі імені Михайла Туган-Барановського. Поглиблення окремих знань та формування компетенцій відбувалось під час засідань наукового гуртка кафедри маркетингу, менеджменту та публічного адміністрування ДонНУЕТ імені Михайла Туган-Барановського «Адаптивні процеси в економіці: маркетинг, менеджмент», науковим керівником якого є автор кваліфікаційної роботи.

Погоджуючись із концептуальним підходом Федорчук В.М., Федорчук В.В., Комарницької Л.М. [65, с.48 ] до логіки проведення тренінгових занять з розвитку комунікативної компетентності, нами прийнято за основу структуру занять саме цих науковців, які доповнені авторським поглядом та адаптовані

до студентської аудиторії з урахуванням специфіки спеціальності. Структура тренінгових занять з розвитку комунікативної компетентності наведені у Додатку Б.

Запропонована програма тренінгу з комунікативної компетентності є досить детальною та структурованою. Вона охоплює широкий спектр тем, від базових понять до більш складних аспектів ефективного спілкування. Логіка подачі матеріалу дозволяє поступово заглиблюватися в тему, від простого до складного.

На нашу думку, сильними сторонами програми слід відзначити комплексний підхід, оскільки Програма охоплює різні аспекти комунікативної компетентності, включаючи вербальну і невербальну комунікацію, активне слухання, асертивність, емоційний інтелект, управління конфліктами та публічні виступи. Перевагою програми є практична спрямованість, тому що на кожному занятті передбачені практичні вправи, що дозволяють закріпити теоретичні знання. Крім того, має місце логічна послідовність, теми розташовані в логічній послідовності, що сприяє кращому засвоєнню матеріалу, та Програма орієнтована на результат: кожне заняття має чітко визначену мету та очікувані результати.

Запропонована програма тренінгу є основою для розвитку комунікативної компетентності. Вона охоплює широкий спектр тем і надає учасникам практичні інструменти для ефективного спілкування. Однак, для досягнення максимальної ефективності, програму можна доповнити додатковими темами та інтерактивними вправами.

### **3.2. Оцінка ефективності тренінгу з розвитку комунікативної компетентності особистості**

З метою оцінювання продуктивності корекційно-розвивальної програми оптимізації рівня комунікативної компетентності як складової адаптивної поведінки респондентів у форматі посттренінгового моніторингу

було здійснено повторне (контрольне) психодіагностичне вимірювання досліджуваних параметрів.

Для ретестування були використані такі психодіагностичні методики:

- тест комунікативних умінь (Л. Міхельсон; перекладений та адаптований Ю. З. Гільбухом);
- методика діагностики комунікативної толерантності (В. В. Бойко);
- методика дослідження соціально-психологічної адаптації К. Роджерса – Р. Даймонда.

Аналіз та узагальнення результатів контрольного вимірювання типових показників комунікативного стилю залучених до корекційно-розвивальної програми здобувачів вищої освіти економічного профілю (студентів

Науково-навчального інституту економіки, управління та адміністрування Донецького національного університету економіки і торгівлі імені Михайла Туган-Барановського) засвідчили виразну позитивну динаміку (табл. 3.1.).

*Таблиця 3.1.*

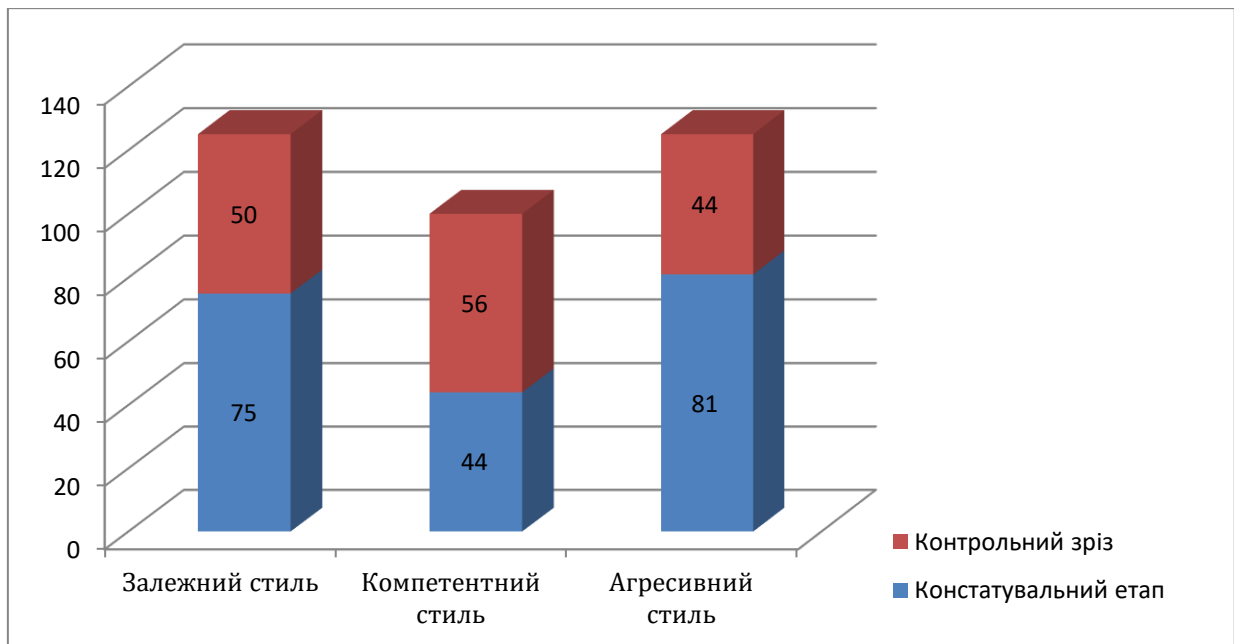
**Динаміка показників рівня виявлення респондентами комунікативних стилів поведінки до і після тренінгу (за методикою Л. Міхельсона)**

Рівень виявлення Стиль комунікативної поведінки	Низький рівень		Середній рівень		Високий рівень	
	Конст. зріз	Контрол зріз	Конст. зріз	Контрол зріз	Конст. зріз	Контрол зріз
	Кількість респондентів у % (N = 16)					
Залежний стиль	0	38 % (N = 6)	75 % (N = 12)	50 % (N = 8)	25 % (N = 4)	12 % (N = 2)
Компетентний стиль	56 % (N = 9)	25 % (N = 4)	44 % (N = 7)	56 % (N = 9)	0	19 % (N = 3)
Агресивний стиль	0	44 % (N = 7)	81 % (N = 13)	44 % (N = 7)	19 % (N = 3)	12 % (N = 2)

Зокрема повторне використання тесту комунікативних умінь Л. Міхельсона дозволило констатувати зниження конформізму та невпевненості респондентів у комунікативних ситуаціях: у виявленні залежного стилю комунікативної поведінки на 13% зменшилася кількість осіб із високим рівнем і на 25% із середнім рівнем залежності студентів від

очікувань інших осіб, від думки оточення та зовнішніх настанов. Кількісний перерозподіл даної ознаки в комунікативному профілі респондентів відбувся за рахунок збільшення кількості осіб із низьким рівнем залежності у комунікативній поведінці ( $\Delta$  38% респондентів).

Також серед учасників тренінгу зменшилася кількість осіб, схильних до агресивної комунікації: на 7% менше стало респондентів із високим рівнем та на 37% – із середнім рівнем агресивності, зверхності у спілкуванні, тоді як на 44% збільшилася кількість студентів із низьким рівнем агресивності у профілі комунікативної поведінки. А отже на фоні позитивної динаміки компетентнісного стилю комунікативної поведінки ( $\Delta$  19% респондентів із високим рівнем та  $\Delta$  12% – із середнім рівнем продуктивної поведінки) можна впевнено стверджувати, що запропонована нами корекційно-розвивальна програма значно оптимізує стильові ознаки комунікативної поведінки студентства (Рис. 3.1.).



**Рис. 3.2. Динаміка показників комунікативного стилю поведінки респондентів (середній рівень ознаки)**

Представлені результати аналізу динаміки змін комунікативної поведінки здобувачів вищої освіти економічного профілю підтвержені також ретестуванням параметрів комунікативної толерантності/інтолерантності особистості за допомогою методики В. В.Бойка (табл. 3.2.).

Таблиця 3.2.

**Динаміка показників комунікативної толерантності респондентів до і після тренінгу (за методикою В. Бойка)**

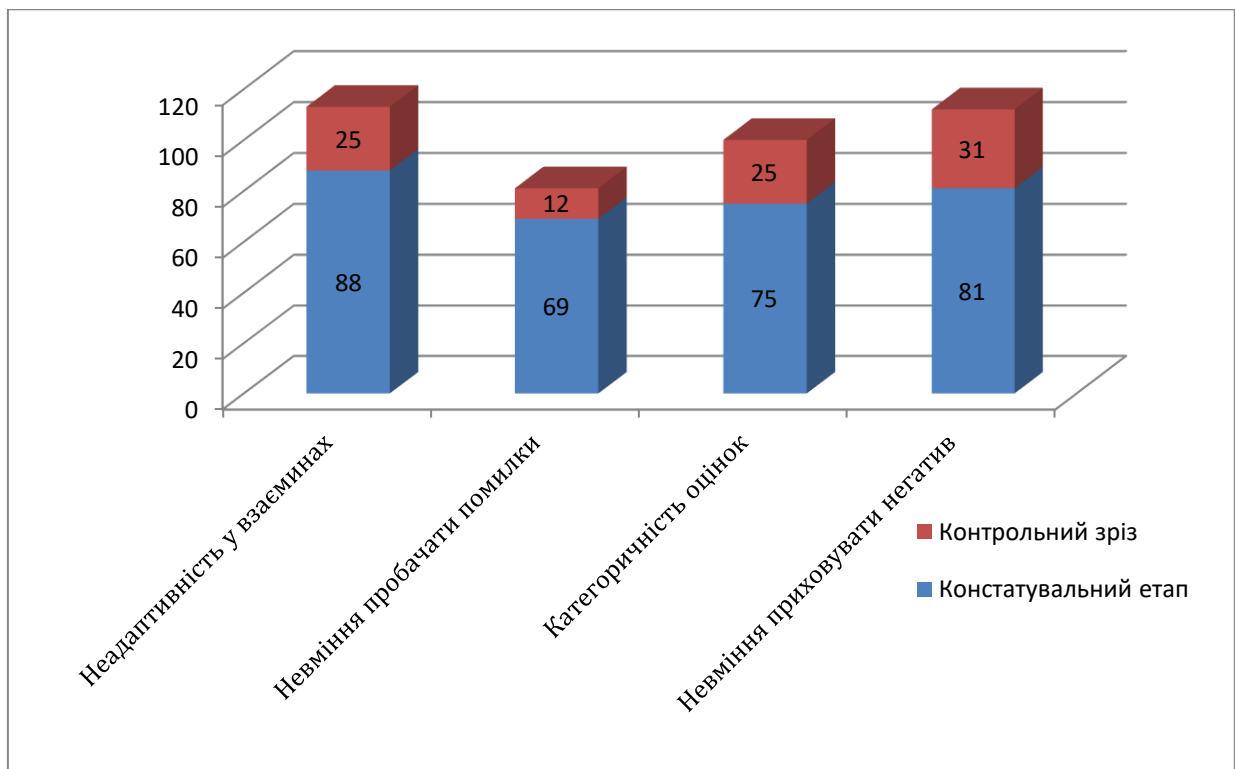
Показники комунікативної толерантності	Рівень виявлення		Низький рівень		Середній рівень		Високий рівень	
	Конст. зріз	Контрол зріз	Конст. зріз	Контрол зріз	Конст. зріз	Контрол зріз	Конст. зріз	Контрол зріз
	Кількість респондентів у % (N = 16)							
Неприйняття і незрозуміння індивідуальності людини	0	25 % (N = 4)	62 % (N = 10)	75 % (N = 12)	38 % (N = 6)	0		
Позиціонування себе як еталону в оцінюванні інших	50 % (N = 8)	75 % (N = 12)	50 % (N = 8)	25 % (N = 4)	0	0		
Категоричність в оцінюванні людей	0	25 % (N = 4)	25 % (N = 4)	50 % (N = 8)	75 % (N = 12)	25 % (N = 4)		
Невміння приховувати негативне ставлення до інших учасників спілкування	0	25 % (N = 4)	19 % (N = 3)	44 % (N = 7)	81 % (N = 13)	31 % (N = 5)		
Прагнення змінити, перевиховати партнера	44 % (N = 7)	62 % (N = 10)	31 % (N = 5)	38 % (N = 6)	25 % (N = 4)	0		
Схильність підлаштовувати інших учасників комунікації під себе	0	19 % (N = 3)	44 % (N = 7)	56 % (N = 9)	56 % (N = 9)	25 % (N = 4)		
Невміння (або небажання) пробачати іншим помилки	0	38 % (N = 6)	31 % (N = 5)	50 % (N = 8)	69 % (N = 11)	12 % (N = 2)		
Нетерпимість до дискомфортних станів партнера по спілкуванню	0	19 % (N = 3)	62 % (N = 10)	56 % (N = 9)	38 % (N = 6)	25 % (N = 4)		
Неадаптивність у взаєминах із іншими учасниками спілкування	0	31 % (N = 5)	12 % (N = 2)	44 % (N = 7)	88 % (N = 14)	25 % (N = 4)		

Нами були відстежені зміни маркерів толерантності/ інтолерантності учасників програми оптимізації рівня комунікативної компетентності як складової адаптивної поведінки.

Найбільш значущими виявилися зміни (за рахунок зниження високого рівня виявлення ознаки) за такими субшкалами як: «Неадаптивність у взаєминах із іншими учасниками спілкування», «Невміння (або небажання) пробачати іншим помилки», «Категоричність в оцінюванні людей» та «Невміння приховувати негативне ставлення до інших учасників спілкування». Зокрема було доведено зменшення високого рівня неадаптивності респондентів у взаєминах із іншими учасниками спілкування на 63% за рахунок перерозподілу маркерів у межах комунікативного профілю: на 32% збільшилася кількість осіб із середнім рівнем неадаптивності та на 31% – із низьким рівнем виявлення ознаки. На 57% зменшилася кількість осіб категорично не здатних (або не готових) пробачати іншим помилки. Відповідно більш терпимими щодо інших за результатами тренінгу стали 57% респондентів: 38% учасників при контрольному тестуванні засвідчили низький рівень нетерпимості до помилок інших ( $\Delta$  38%), 50% – середній рівень ( $\Delta$  19%).

Знизився також рівень категоричності юнацтва в оцінюванні людей: на 50% зменшилася кількість респондентів із високим рівнем ознаки, тоді як кількість учасників корекційно-розвивальної програми із низьким ( $\Delta$  25%) та посереднім ( $\Delta$  25%) рівнем категоричності у своїх оцінках зроста. Схожі тенденції простежуються й відносно такої субшкали комунікативної толерантності/ інтолерантності як «Невміння приховувати негативне ставлення до інших учасників спілкування» (зафіксовано зменшення на 50% респондентів із високим рівнем ознаки за рахунок збільшення кількості осіб із низьким ( $\Delta$  25%) та середнім ( $\Delta$  25%) рівнем значущості ознаки).

Також було доведено зниження серед респондентів рівня неприйняття і нерозуміння індивідуальнісних характеристик співрозмовника: кількість осіб із високим рівнем вияву ознаки зменшилася на 38%, із середнім рівнем – на 13%. Разом з тим кількість осіб, здатних до усвідомлення різниці між людьми, спроможних враховувати індивідуальні властивості у спілкуванні збільшилася ( $\Delta$  25% респондентів) – Рис. 3.2 .



**Рис. 3.2. Динаміка показників комунікативної толерантності респондентів (високий рівень ознаки)**

Покращилися (хоча меншою мірою) й інші показники комунікативної толерантності студентів, які були долучені до корекційно-розвивальної програми оптимізації комунікативної компетентності особистості (див.: табл. 3.2.).

Результати ретестування показників комунікативного профілю респондентів, таким чином, свідчать про ефективність психологічного супроводу комунікаційних компетентностей юнацтва у вимірах запропонованої нами програми. Разом з тим, тематичне спрямування даної магістерської роботи потребувало також перевірки ефективності впливу удосконалення комунікативних компетентностей залучених до корекційно-розвивальної програми осіб на складові адаптивної поведінки респондентів. Тому наступним кроком ретестування у площині здійснення емпіричної частини кваліфікаційного дослідження стала перевірка динаміки показників соціально-психологічної адаптації респондентів. Для цього була використана методика дослідження соціально-психологічної адаптації К. Роджерса – Р.Даймонда.

Узагальнені результати контрольного зрізу показників соціально-психологічної адаптації здобувачів вищої освіти економічного профілю наведені у таблиці 3.3.

Таблиця 3.3.

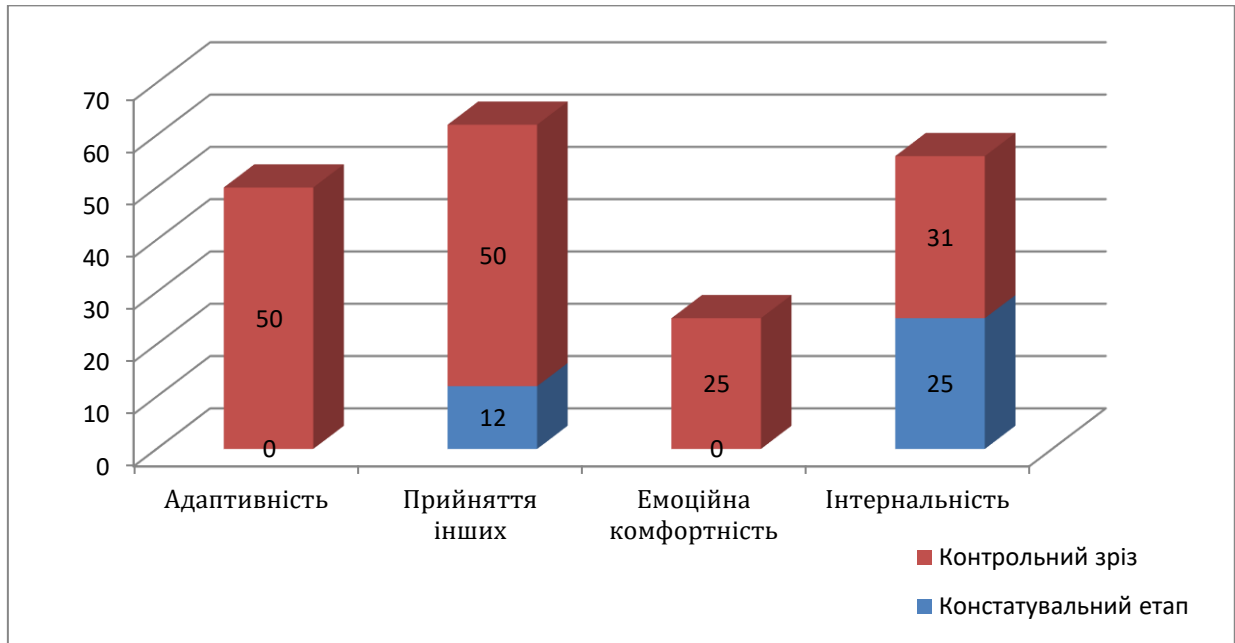
**Динаміка показників соціально-психологічної адаптації респондентів до і після тренінгу (за методикою К. Роджерса – Р.Даймонда)**

Рівень виявлення Субшкали адаптивності	Низький рівень		Середній рівень		Високий рівень	
	Конст. зріз	Контрол зріз	Конст. зріз	Контрол зріз	Конст. зріз	Контрол зріз
	Кількість респондентів у % (N = 16)					
Адаптивність	75 % (N = 12)	25 % (N = 4)	25 % (N = 4)	25 % (N = 4)	0	50 % (N = 8)
Самоприйняття	62 % (N = 10)	25 % (N = 4)	38 % (N = 6)	50 % (N = 8)	0	25 % (N = 4)
Прийняття інших	50 % (N = 8)	12 % (N = 2)	38 % (N = 6)	38 % (N = 6)	12 % (N = 2)	50 % (N = 8)
Емоційна комфортність	75 % (N = 12)	25 % (N = 4)	25 % (N = 4)	50 % (N = 8)	0	25 % (N = 4)
Інтернальність	31 % (N = 5)	19 % (N = 3)	44 % (N = 7)	50 % (N = 8)	25 % (N = 4)	31 % (N = 5)
Прагнення до домінування	25 % (N = 4)	12 % (N = 2)	56 % (N = 9)	69 % (N = 11)	19 % (N = 3)	19 % (N = 3)
Прагнення уникати проблем	25 % (N = 4)	50 % (N = 8)	75 % (N = 12)	50 % (N = 8)	0	0

Ретестування засвідчило, що в умовах реалізації корекційно-розвивального задуму програми оптимізації рівня комунікативної компетентності маркери адаптивності також зазнали змін. Найбільш виразно позитивна динаміка виявилася відносно показників за такими субшкалами як «Адаптивність» та «Прийняття інших». Учасники тренінгової програми на етапі посттренінгового моніторингу продемонстрували суттєве зростання рівня адаптивності: кількість осіб із високим рівнем адаптивності збільшилася на 50% ( $\Delta$  50%); при цьому зменшилася кількість студентів із низьким рівнем адаптивності. Покращилися також серед учасників тренінгу показники толерантного ставлення і прийняття інших осіб: 50% респондентів виявили високий рівень ознаки ( $\Delta$  38 %) на фоні зменшення кількості осіб із низьким рівнем толерантності у ставленні до інших людей. Змінилися у профілі адаптивності респондентів також показники самоприйняття,



емоційної комфортності ( $\Delta$  25% на високому рівні значущості). На 25% зменшилася кількість осіб, які на середньому рівні значущості намагаються уникати проблем; разом з тим збільшилася кількість студентів, готових опиратися труднощам ( $\Delta$  25%), знецінюючи прагнення уникати проблемних ситуацій (Рис. 3.3.).



*Рис. 3.3. Динаміка показників адаптивної поведінки респондентів (високий рівень ознаки)*

U-критерій Манна-Уїтні підтвердив статистичну значущість відмінностей між двома групами показників комунікативного та адаптивного профілів респондентів до і після участі в запропонованій нами корекційно-розвивальній програмі: зафіксовано статистично значущі відмінності між інтегральними показниками компетентнісного (безконфліктного) стилю комунікації ( $N=12,34$  при  $p < 0,05$ ) та показниками адаптивності ( $N=11,25$  при  $p < 0,01$ ).

Результати ретестування показників комунікативної компетентності та соціально-психологічної адаптивності здобувачів вищої освіти юнацького віку ми розглядаємо як достатнє обґрунтування дослідницьких тверджень:

- 1) комунікативна компетентність особистості є необхідною умовою опанування навичками адаптивної поведінки;

- 2) цілеспрямоване впровадження корекційно-розвивальної програми оптимізації рівня комунікативної компетентності респондентів сприяє унормуванню показників адаптивної поведінки особистості, і зокрема – здобувачів вищої освіти юнацького віку.

### **Висновки до розділу 3**

Аналіз отриманих даних зумовив доцільність розробки дієвого методичного інструментарію розвитку комунікативної компетентності особистості. З надзвичайно великого різноманіття засобів та методів розвитку комунікативної компетентності було обрано психологічний тренінг, оскільки саме тренінг є одним з найбільш ефективних методів розвитку комунікативних навичок. Його доцільність обумовлена наступними особливостями. Тренінг були обрані як найбільш ефективний метод розвитку комунікативних навичок завдяки їхній інтерактивній формі, можливості персоналізації та наданню зворотного зв'язку. Це дозволяє учасникам не лише отримувати теоретичні знання, але й активно їх застосовувати на практиці, розвиваючи впевненість у своїх комунікативних здібностях.

Результати ретестування показників комунікативної компетентності та соціально-психологічної адаптивності здобувачів вищої освіти юнацького віку ми розглядаємо як достатнє обґрунтування дослідницьких тверджень:

- 3) комунікативна компетентність особистості є необхідною умовою опанування навичками адаптивної поведінки;
- 4) цілеспрямоване впровадження корекційно-розвивальної програми оптимізації рівня комунікативної компетентності респондентів сприяє унормуванню показників адаптивної поведінки особистості, і зокрема – здобувачів вищої освіти юнацького віку.

## ВИСНОВКИ

Ознайомившись із поглядами вітчизняних та зарубіжних науковців щодо феномену комунікативної компетентності як складової адаптивної поведінки особистості, доходимо висновку, що адаптивна поведінка особистості є важливим та необхідним компонентом процесу адаптації та пристосування індивіда до мінливих умов.

Проведений аналіз показав, що науковці акцентують увагу на різних аспектах комунікативної компетентності, таких як практичні навички, професійні уміння, розвиток особистості, когнітивні процеси, ціннісні орієнтири. Інтегрувати всі ці аспекти дозволяє системний підхід.

Різні підходи до вивчення комунікативної компетентності не є взаємовиключними, а скоріше доповнюють один одного, дозволяючи сформувати більш повне уявлення про цей феномен.

Виходячи з аналізу, запропоновано авторське визначення комунікативної компетентності як динамічної, цілісної системи взаємопов'язаних знань, умінь, навичок, цінностей та особистісних якостей, що забезпечують ефективну взаємодію індивіда з соціальним середовищем у різних ситуаціях. Це комплексний феномен, який охоплює не тільки мовленнєві аспекти, а й соціальні, емоційні та культурні компоненти комунікації.

Таким чином, дослідження сутності комунікативної компетентності має важливе значення для розвитку особистості і її здатності до ефективної соціальної взаємодії, особливо в умовах сучасного суспільства, яке стає дедалі більш взаємозалежним і складним. Інтегрований підхід до вивчення цього феномена дозволить розробити ефективні стратегії для його розвитку та впровадження в різних сферах діяльності.

Перспективні напрямки подальших досліджень комунікативної компетентності особистості можуть охоплювати такі аспекти: інтеграція різних підходів, оскільки дослідження, спрямовані на поєднання різних підходів до вивчення комунікативної компетентності (діяльнісного,

особистісного, акмеологічного, когнітивного та аксіологічного), з метою створення єдиної концептуальної моделі, яка враховуватиме багатогранність цього феномену.

Дослідження структури комунікативної компетентності є актуальним і важливим завданням сучасної психології. Глибоке розуміння цього феномену дозволяє розробляти ефективні стратегії навчання, розвитку та оцінки комунікативних навичок, що є необхідним для успішної адаптації людини в сучасному світі.

Проведений аналіз існуючих моделей дозволив виявити широкий спектр поглядів на цей феномен, проте відсутність єдиної думки щодо її компонентів. Запропонована інтеграційна модель структури комунікативної компетентності поєднує в собі класичні компоненти та сучасні аспекти, такі як цифровий та культурний компоненти. Перевагою цієї моделі є її комплексність, актуальність та практична значимість. Для подальших досліджень перспективним є проведення емпіричних досліджень для перевірки валідності запропонованої моделі та розробка інструментів для її оцінки. Загалом, розуміння структури комунікативної компетентності є важливим кроком для розробки ефективних програм навчання та розвитку комунікативних навичок.

Емпіричне дослідження (констатувально-діагностична частина) даної кваліфікаційної магістерської роботи було зорієнтоване на психодіагностичне вимірювання особливостей виявлення комунікативної компетентності здобувачів вищої освіти економічного профілю. Дотичним напрямом дослідження також стали показники соціально-психологічної адаптованості респондентів до несталого сьогодення.

Емпіричне дослідження було виконане на базі Науково-навчального інституту економіки, управління та адміністрування Донецького національного університету економіки і торгівлі імені Михайла Туган-Барановського. Завдання констатувального етапу емпіричного дослідження виконувалися протягом січня – березня 2024 року.

Вибіркова сукупність була сформована рандомно і була представлена 42 респондентами юнацького віку (19 – 21 років), які є студентами 3 – 4 курсів бакалаврату. Основним критерієм залучення здобувачів освіти до дослідницької програми ми вважали добровільну згоду студентів взяти участь в опитуванні.

В якості психодіагностичного інструментарію були використані науково обґрунтовані, валідні методики: методика діагностики загального рівня комунікабельності (В. Ф. Ряховський); тест комунікативних умінь (Л. Міхельсон; перекладений та адаптований Ю. З. Гільбухом); методика діагностики комунікативної толерантності (В. В. Бойко); методика дослідження соціально-психологічної адаптації К. Роджерса – Р. Даймонда.

За результатами психодіагностичного дослідження нами були виявлені сутнісні ознаки комунікативної компетентності респондентів, а саме:

- показники загальної комунікабельності респондентів фіксуються на помірному рівні виявлення ознаки; середні величини показника більше тяжіють до нижньої межі ознаки ( $\bar{x} = 22,79$ ), що свідчить про критичність нормативного рівня комунікабельності респондентів;
- комунікативні уміння респондентів виявляються на середньому рівні значущості, що є ознакою ситуативного варіювання. Співвіднесення середніх величин рівнів виявлення комунікативних умінь респондентів у різних ситуаціях взаємодії дозволило означити домінування у поведінковому профілі студентів компетентнісного стилю комунікації ( $\bar{x} = 17,12$ );
- найбільш проблемними сегментами комунікативної компетентності респондентів виявилися показники толерантності, що межують із інтолерантністю і свідчать про розмивання «кордонів толерантності» особистості, і зокрема: категоричність в оцінюванні людей (57% респондентів); неадаптивність у взаєминах із іншими учасниками спілкування (52% опитаних юнаків); невміння приховувати негативне ставлення до інших учасників спілкування (45% респондентів). Прояви

інтолерантності у комунікативній поведінці студентів юнацького віку спричинені не лише відсутністю достатнього досвіду толерантної поведінки та психологічною інфантильністю респондентів, але й віковими особливостями особистісного розвитку юнаків;

- аналіз середніх величин показників адаптації особистості до соціальних умов життєдіяльності засвідчив тяжіння маркерів адаптаційних тенденцій до середньостатистичної тестової норми. Лише показники інтернальності і прагнення респондентів до домінування перевищують нормотипові значення ( $\bar{x} = 54,26$  за верхньої нормативної межі 52 бали та  $\bar{x} = 21,64$  за верхньої нормативної межі 12 балів відповідно до субшкал), а середній показник емоційної комфортності респондентів знижений ( $\bar{x} = 12,05$  за нижньої нормативної межі 14 балів).

Кореляційний аналіз за методом Спірмена (із урахуванням передусім зв'язків високої значущості ( $p \leq 0,05$  та  $p \leq 0,01$ )) засвідчив існування прямих та зворотних зв'язків між маркерами комунікативної компетентності та адаптивності респондентів.

Аналіз отриманих даних зумовив доцільність розробки дієвого методичного інструментарію розвитку комунікативної компетентності особистості. З надзвичайно великого різноманіття засобів та методів розвитку комунікативної компетентності було обрано психологічний тренінг, оскільки саме тренінг є одним з найбільш ефективних методів розвитку комунікативних навичок. Його доцільність обумовлена наступними особливостями. Тренінг були обрані як найбільш ефективний метод розвитку комунікативних навичок завдяки їхній інтерактивній формі, можливості персоналізації та наданню зворотного зв'язку. Це дозволяє учасникам не лише отримувати теоретичні знання, але й активно їх застосовувати на практиці, розвиваючи впевненість у своїх комунікативних здібностях.

Результати ретестування показників комунікативної компетентності та соціально-психологічної адаптивності здобувачів

вищої освіти юнацького віку ми розглядаємо як достатнє обґрунтування дослідницьких тверджень:

- 5) комунікативна компетентність особистості є необхідною умовою опанування навичками адаптивної поведінки;
- 6) цілеспрямоване впровадження корекційно-розвивальної програми оптимізації рівня комунікативної компетентності респондентів сприяє унормуванню показників адаптивної поведінки особистості, і зокрема – здобувачів вищої освіти юнацького віку.

## СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Алексеева А. В. Соціально-комунікативна компетентність як чинник професійної успішності особистості: гендерний аспект [Електронний ресурс] / А. В. Алексеева // Психологічні перспективи. – 2020. – Вип. 35. – С. 8–23. – Режим доступу: [http://nbuv.gov.ua/UJRN/Ppst\\_2020\\_35\\_4](http://nbuv.gov.ua/UJRN/Ppst_2020_35_4)
2. Амплєєва О. М. Комунікативна компетентність студентів як передумова адаптивної поведінки особистості [Електронний ресурс] / О. М. Амплєєва, Н. С. Міхтахова // Габітус. – 2022. – Вип. 34. – С. 37–40. – Режим доступу: [http://nbuv.gov.ua/UJRN/habit\\_2022\\_34\\_7](http://nbuv.gov.ua/UJRN/habit_2022_34_7)
3. Андрійчук І. Комунікативна компетентність як адаптаційний ресурс особистості підлітка [Електронний ресурс] / // Ціннісні орієнтири в сучасному світі: теоретичний аналіз та практичний досвід : зб. тез IV Міжнар. наук.-практ. конф., м. Тернопіль, 13–14 травня 2022 року. – Тернопіль, 2022. – С. 268–271. – Режим доступу: <http://dspace.tnpu.edu.ua/bitstream/123456789/25882/1/Andriichuk.pdf>
4. Березюк О. С. Системний підхід до формування полікультурної компетентності майбутніх фахівців в сучасному освітньому просторі // Професійна педагогічна освіта: системні дослідження : монографія / за ред. О. А. Дубасенюк. – Житомир : Вид-во ЖДУ ім. І. Франка, – 2015. – С. 193 – 209.
5. Бойчук О. Ю. Формування професійної комунікативної компетентності майбутніх кваліфікованих робітників сфери послуг : автореф. дис. канд. пед. наук : спец. 13.00.04 "теорія і методика професійної освіти" / Бойчук Оксана Юхимівна Київ, 2021. – 21 с.
6. Бондар В. Адаптивне навчання студентів як передумова реалізації компетентнісного підходу до професійної підготовки вчителя [Електронний ресурс] / В. Бондар, І. Шапошнікова // Рідна школа. – 2013. – № 11. – С. 36–41. – Режим доступу: [http://nbuv.gov.ua/UJRN/rsh\\_2013\\_11\\_7](http://nbuv.gov.ua/UJRN/rsh_2013_11_7)



7. Гончаренко С. Методологічні особливості наукових поглядів на педагогічний процес / С. Гончаренко, В. Кушнір, Г. Кушнір // Шлях освіти. – 2008. – № 4. – С. 2–10.
8. Драч І.І., Драч І.М. Акмеологічний підхід до підготовки фахівців у вищих навчальних закладах I-II рівнів акредитації. //Нові технології навчання. – К: 2000. – випуск 28. – с. 61- 65.
9. Григораш В. Розвиток комунікативної компетентності керівників навчальних закладів як умова адаптивного управління формальними та неформальними комунікаціями в організації [Електронний ресурс] / В. Григораш, Т. Хлебнікова // Адаптивне управління: теорія і практика. Серія «Педагогіка». – 2021. – Т. 11, № 21. – Режим доступу: <https://amtp.org.ua/index.php/journal/article/view/366/317>
10. Жирун О. А. Педагогічна комунікація в аспекті професійної ідентичності. Вісник НТУУ «КПІ». Філософія. Психологія. Педагогіка. 2010. № 1. С. 100–104
11. Завіниченко Н. Особливості розвитку комунікативної компетентності майбутнього практичного психолога закладів освіти : автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. псих. наук. Київ, 2003. 20 с.
12. Заушнікова М. Психологічні умови формування комунікативної компетентності майбутнього логопеда: дис. ...канд.псих.наук : 19.00.07. Київ, 2021. 249 с
13. Зливков В.Л., Лукомська С.О. Теорія та практика психологічних тренінгів. К.- Ніжин: Видавець ПП Лисенко М.М., 2019. 209 с.
14. Ільїна Ю.Ю. Адаптивність особистості як умова перцептивно інтерактивної компетентності. Сучасні проблеми правового, економічного та соціального розвитку держави. Харків, 2018. С.315-317. URL: [https://univd.edu.ua/general/publishing/konf/30\\_11\\_2018/pdf/158.pdf](https://univd.edu.ua/general/publishing/konf/30_11_2018/pdf/158.pdf)
15. Качалова Т. В. Теоретичні засади проблеми формування комунікативної компетентності особистості [Електронний ресурс] / Т. В. Качалова, Л. М. Павлюк // Наукові записки Національного університету

«Острозька академія».Серія : Філологічна. – 2015. – Вип. 52. – С. 128–130. –

Режим доступу: [http://nbuv.gov.ua/UJRN/Nznuoaf\\_2015\\_52\\_45](http://nbuv.gov.ua/UJRN/Nznuoaf_2015_52_45)

16. Казібекова В. Ф. Психологічні особливості комунікативної компетентності майбутніх фахівців. Інсайт: психологічні виміри суспільства: наук. журн. 2019. Вип. 2. Херсон: Видавничий дім «Гельветика», 2019. С. 64-71.

17. Кадолба Т. С. Психологічний супровід розвитку комунікативної компетентності у студентів закладів вищої освіти : магістерська робота, 71 науковий керівник – канд. психол. наук., доц. І. М. Шаповал. Кривий Ріг, 2021. 83 с.

18. Кадолба Т., Шаповал І. М. Комунікативна компетентність як професійно важлива якість особистості психолога. Психологічне здоров'я особистості в умовах пандемії: діагностика, консультування, терапія: Наук. часопис каф. практичної психології (Зб. наук. робіт студентів, молодих учених і фахівців-практиків). Кривий Ріг, 2021. С. 57-63

19. Коструба, Н., & Гошовський, Я. (2020). Когнітивно-стильова характеристика комунікативної компетентності студента. Психологічні перспективи, (35), 68–82.

20. Когут І. Інформаційна компетентність як структурний компонент професійно-педагогічної комунікативної компетентності педагога в сучасному освітньому просторі / І. Когут //Освітологічний дискурс. – 2018. – С. 246 – 258

21. Корніяка О. М. Особливості розвитку комунікативної компетентності фахівців на різних етапах їх професійного становлення. Психолінгвістика: зб. наук. праць ДВНЗ «Переяслав-Хмельницький державний педагогічний університет імені Григорія Сковороди». Переяслав–Хмельницький: ПП «СКД», 2011. №8. С. 33–45

22. Кульбіда С.В. Компетентнісний підхід у підготовці сурдопедагогічних кадрів. Світлана Кульбіда. Сучасні технології розвитку професійної майстерності майбутніх учителів: зб. наук. праць за матеріалами

І міжнародній інтернетконференції, 26 жовтня 2017 р. / відп. Ред. В.В. Макарчук. – Умань : ФОП

23. Кузнєцова О. В. Факторна структура простору адаптивно-інновативних характеристик особистості [Електронний ресурс] / О. В. Кузнєцова // Наука і освіта. – 2015. – № 11–12. – С. 66–73. – Режим доступу: <http://dspace.pdpu.edu.ua/handle/123456789/6193>

24. Лахтадир О. В. Психологічні особливості розвитку комунікативної компетентності майбутніх фахівців з фізичної культури і спорту: дис. ... канд. пед. наук : 19.00.07 / Ін-т психології ім. Г. С. Костюка. Київ. 2017. 261 с.

25. Лазуренко С. І. Розвиток психомоторних якостей студентів технічних ВНЗ: [монографія]. К. : ДП Інформаційно-аналітичне агентство, 2010. 195 с.

26. Левченко Л. С. Комунікативна компетентність особистості в аспекті сучасної інноваційної освіти [Електронний ресурс] / Л. С. Левченко // Педагогічні науки: теорія, історія, інноваційні технології. – 2015. – № 2. – С. 240–248. – Режим доступу: [http://nbuv.gov.ua/UJRN/pednauk\\_2015\\_2\\_33](http://nbuv.gov.ua/UJRN/pednauk_2015_2_33)

27. Левченко Л. С. Соціально-психологічні фактори комунікативної компетентності особистості [Електронний ресурс] / Л. С. Левченко, Ю. В. Косенко // Науковий часопис НПУ імені М. П. Драгоманова. Серія 12 : Психологічні науки. – Київ, 2012. – Вип. 39. – С. 131–136. – Режим доступу: [http://nbuv.gov.ua/UJRN/Nchnpu\\_012\\_2012\\_39\\_21](http://nbuv.gov.ua/UJRN/Nchnpu_012_2012_39_21)

28. Лук'янчук Н. В., Климова Н. А. Теорія та практика підготовки педагогічних працівників до формування комунікативної компетентності обдарованих старшокласників з використанням інформаційних технологій : методичний посібник. – К. : ТОВ «Інформаційні системи», 2011. – 184 с.

29. Матійків І. «Управління емоціями у конфлікті»: структура та результати апробації тренінгу. Педагогіка і психологія професійної освіти. 2013. № 1. С. 157–168. URL: [https://lib.iitta.gov.ua/id/eprint/6871/1/%D0%A3%D0%BF%D1%80%D0%B0%D0%B2%D0%BB%D1%96%D0%BD%D0%BD%D1%8F\\_%D0%B5%D0%BC%](https://lib.iitta.gov.ua/id/eprint/6871/1/%D0%A3%D0%BF%D1%80%D0%B0%D0%B2%D0%BB%D1%96%D0%BD%D0%BD%D1%8F_%D0%B5%D0%BC%)

[D0%BE%D1%86%D1%96%D1%8F%D0%BC%D0%B8 %D0%B2 %D0%BA %D0%BE%D0%BD%D1%84%D0%BB%D1%96%D0%BA%D1%82%D1%96.pdf](#)

30. Максименко С.Д., Заброцький М.М. Технологія спілкування (комунікативна компетентність вчителя: сутність і шляхи формування). – К. : Главник, 2005. 112 с.

31. Мельник О. Ф. Акмеологічний підхід до формування професійної компетентності майбутніх техніків-технологів виробництва харчової продукції //Проблеми освіти: збірник наукових праць. – 2015. – №. 84. – С. 232-236.

32. Методологічні умови трансформації комунікативної компетентності психолога в інформаційному суспільстві : монографія. В.В.Андрієвська, Е.І.Драніщева, С.П.Тищенко та ін. / за ред. В.В.Андрієвської. Кіровоград : Імекс-ЛТД, 2014. 226с. ISBN 978-966-189-337-4. URL: [https://lib.iitta.gov.ua/id/eprint/7562/2/2621\\_Andreevska.pdf](https://lib.iitta.gov.ua/id/eprint/7562/2/2621_Andreevska.pdf)

33. Методичні вказівки до самостійної роботи з дисципліни «Соціальні комунікації в управлінні» для студентів всіх спеціальностей заочної форми навчання / Укладач: О.М. Шеломовська. Дніпродзержинськ, ДДТУ, 2015. 40 с.

34. Москаленко В.В. Соціальна психологія. Навч.посібн. К. : Центр учбової літератури. 2008. 688с. URL: [https://library.nusta.edu.ua/depository/%D0%9E%D1%86%D0%B8%D1%84%D1%80%D0%BE%D0%B2%D0%B0%D0%BD%D1%96%20%D0%B4%D0%BE%D0%BA%D1%83%D0%BC%D0%B5%D0%BD%D1%82%D0%B8/%D0%A1%D0%BE%D1%86%D1%96%D0%B0%D0%BB%D1%8C%D0%BD%D0%B0%20%D0%BF%D1%81%D0%B8%D1%85%D0%BE%D0%BB%D0%BE%D0%B3%D1%96%D1%8F%20.%D0%9C%D0%BE%D1%81%D0%BA%D0%B0%D0%BB%D0%B5%D0%BD%D0%BA%D0%BE%20%D0%92.%D0%92.\(2008\).pdf](https://library.nusta.edu.ua/depository/%D0%9E%D1%86%D0%B8%D1%84%D1%80%D0%BE%D0%B2%D0%B0%D0%BD%D1%96%20%D0%B4%D0%BE%D0%BA%D1%83%D0%BC%D0%B5%D0%BD%D1%82%D0%B8/%D0%A1%D0%BE%D1%86%D1%96%D0%B0%D0%BB%D1%8C%D0%BD%D0%B0%20%D0%BF%D1%81%D0%B8%D1%85%D0%BE%D0%BB%D0%BE%D0%B3%D1%96%D1%8F%20.%D0%9C%D0%BE%D1%81%D0%BA%D0%B0%D0%BB%D0%B5%D0%BD%D0%BA%D0%BE%20%D0%92.%D0%92.(2008).pdf)

35. Ніколаєнко С., Ніколаєнко О. Поняття адаптації в різних напрямках психології. Репозитарій Національної бібліотеки України імені В.І.Вернадського. 2012. С.3-8. URL:

<http://dspace.nbuu.gov.ua/bitstream/handle/123456789/39533/08-Nikolaienko.pdf?sequence=1>

36. Низовець О.А. Розвиток комунікативної компетентності в процесі професійної підготовки майбутніх психологів. *Актуальні проблеми навчання та виховання людей з особливими потребами: зб. наукових праць*. № 3(5). К. : Університет «Україна», 2012. С. 246-254с URL: <https://ap.uu.edu.ua/article/252>

37. Низовець-Кропта О.А. Структурно-змістові характеристики образу комунікативно-компетентного психолога. *Вісник Чернігівського національного педагогічного університету*. Серія : Психологічні науки. 2015. Вип. 128. С. 191-196. URL: [http://nbuv.gov.ua/UJRN/VchdpuPH\\_2015\\_128\\_44](http://nbuv.gov.ua/UJRN/VchdpuPH_2015_128_44)

38. Ничкало Н.Г. Адаптація професійна. *Енциклопедія сучасної України / Координаційне бюро ЕСУНАУ: керівник М.І.Железняк*. К., 2002. Т.1. С.179-180

39. Осетрова О.О. Психоаналітичний аспект дослідження феномену соціальної адаптації. *Соціальна робота в Україні: теорія і практика*. Серія : Психологія. 2015. С.142-150. URL: <https://enpuir.npu.edu.ua/bitstream/handle/123456789/20482/Osetrova.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

40. Пилипчук І. Основні підходи до розуміння соціально-психологічної адаптації у сучасній психологічній науці. *Студентський дайджест : зб.наук.пр. здобувачів вищої освіти Рівненського державного гуманітарного університету / за ред.. Павеліква Р.В.. Рівне . РДГУ, 2021. 145с. С.90-92. URL: [https://psuhologia.rshu.edu.ua/images/nauk\\_diyal/zdobuvachi/stud\\_digest\\_2021\\_4.pdf#page=91](https://psuhologia.rshu.edu.ua/images/nauk_diyal/zdobuvachi/stud_digest_2021_4.pdf#page=91)*

41. Пономаренко Т. І. Особливості комунікативної медіа компетентності сучасних психологів- студентів і практиків. *Науковий часопис НПУ імені М. П. Драгоманова. Серія 12. Психологічні науки*. 2020. №12 (57). С. 90–99. doi.org/10.31392/NPU-nc.series12.2020.12(57).08

42. Пономаренко Т.І. Психологічні чинники розвитку комунікативної компетентності майбутніх психологів у медійному просторі: Дис. д-ра наук з психології: 053 Психологія, 05 Соціальні та поведінкові науки. Національний педагогічний університет імені М. П. Драгоманова. Київ, 2022. 281 с.

43. Попова О. А. Когнітивний підхід до розвитку граматично правильного мовлення майбутніх учителів у двомовному середовищі / О. Попова //Збірник наукових праць «Педагогічні науки». – 2006. – №. 43. – С. 332 – 337.

44. Прищак М.Д. Комунікація, спілкування, комунікативність: категоріальний аналіз. Вісник Вінницького політехнічного інституту. Серія : Гуманізація і гуманітаризація технічної освіти. 2010. №2. С.5-8. URL: <http://ir.lib.vntu.edu.ua/bitstream/handle/123456789/6073/1696.pdf?sequence=3>

45. Психологу для роботи. Діагностичні методики : [збірник] / уклад.: Лемак М. В., Петрище В. Ю. Вид. 2-ге, випр. Ужгород : Вид-во Олександри Гаркуші, 2012. 615 с.

46. Психологічний словник / Авт.-укл. В.В.Синявський, О.П.Сергеєнкова. / За ред..Н.А.Побірченко. Київський столичний університет імені Бориса Грінченка, 2007. 336с. URL: [https://elibrary.kubg.edu.ua/id/eprint/5980/3/O\\_Serhieienkova\\_IL.pdf](https://elibrary.kubg.edu.ua/id/eprint/5980/3/O_Serhieienkova_IL.pdf)

47. Пузь І., Шевченко О. Значення комунікативної компетентності у професійному становленні майбутніх психологів. *Психологічний часопис Інституту психології імені Г.С. Костюка*. 2018. №4. С. 149–163

48. Самборська Н. М. Соціально-комунікативна компетентність майбутніх медичних працівників у контексті системного та компетентнісного підходів / Н. Самборська // Проблеми освіти: наук-метод. зб. спецвипуск. – 2015. – №. 85. – С. 97 – 101.

49. Сок А.Г. Модель навчання толерантності. *Вісник Чернігівського національного педагогічного університету імені Т.Г. Шевченка*. Серія : Психологічні науки.. Вип. 94(II). Чернігів, 2011. С. 162–164. URL: <https://epub.chnpu.edu.ua/jspui/bitstream/123456789/4786/1/%D0%9C%D0%BE%D0%B4%D0%B5%D0%BB%D1%8C%20%D0%BD%D0%B0%D0%B2%D1>

[%87%D0%B0%D0%BD%D0%BD%D1%8F%20%D1%82%D0%BE%D0%BB%D0%B5%D1%80%D0%B0%D0%BD%D1%82%D0%BD%D0%BE%D1%81%D1%82%D1%96%20.pdf](#)

50. Тарасюк І. В. Психологічні механізми адаптації особистості [Електронний ресурс] / І. В. Тарасюк // Наукові записки [Національного університету «Острозька академія»]. Серія : Психологія і педагогіка. – 2011. – Вип. 17. – С. 342–349. – Режим доступу: [http://nbuv.gov.ua/UJRN/Nznuoapp\\_2011\\_17\\_39](http://nbuv.gov.ua/UJRN/Nznuoapp_2011_17_39)

51. Ткаченко В. Комуникативна компетентність особистості і спілкування в сучасному світі: філософсько-освітній аспект [Електронний ресурс] / В. Ткаченко // Директор школи, ліцею, гімназії. – 2013. – № 3. – С. 37–41. – Режим доступу: [http://nbuv.gov.ua/UJRN/dslg\\_2013\\_3\\_4](http://nbuv.gov.ua/UJRN/dslg_2013_3_4)

52. Татенко В.О. Соціальна психологія впливу. Монографія. К. : Міленіум. 2008. 216с. URL: <https://lib.iitta.gov.ua/id/eprint/706088/1/%D0%A2%D0%B0%D1%82%D0%B5%D0%BD%D0%BA%D0%BE%20%D0%92.%D0%9E.-%D0%BC%D0%BE%D0%BD%D0%BE-2008-%D0%A1%D0%BE%D1%86%D1%96%D0%B0%D0%BB%D1%8C%D0%BD%D0%B0%20%D0%BF%D1%81%D0%B8%D1%85%D0%BE%D0%BB%D0%BE%D0%B3%D1%96%D1%8F%20%D0%B2%D0%BF%D0%BB%D0%B8%D0%B2%D1%83.pdf>

53. Толкачова А. С. Комуникативна компетентність особистості як психолого-педагогічна проблема [Електронний ресурс] / А. С. Толкачова // Науковий вісник Південноукраїнського національного педагогічного університету імені К. Д. Ушинського. – 2013. – № 7–8. – С. 7–13. – Режим доступу: [http://nbuv.gov.ua/UJRN/punpu\\_2013\\_7-8\\_4](http://nbuv.gov.ua/UJRN/punpu_2013_7-8_4)

54. Токарева Н. Адаптивні сценарії самоздійснення особистості в умовах несталого сьогодення [Електронний ресурс] / Наталя Токарева // Психологія: реальність і перспективи : зб. наукових праць РДГУ. – Рівне, 2023. – № 20. – С. 183–194. – Режим доступу: [https://www.prap.rv.ua/index.php/prap\\_rv/article/view/339/288](https://www.prap.rv.ua/index.php/prap_rv/article/view/339/288)

55. Тур О. Аксіологічний підхід до формування комунікативної компетентності майбутніх фахівців із документознавства та інформаційної діяльності / О. Тур // Проблеми підготовки сучасного вчителя. – 2015. – №. 11 (1). – С. 117 – 121.

56. Тур О. Структура комунікативної компетентності особистості [Електронний ресурс] / О. Тур // Педагогічний дискурс. – 2016. – Вип. 20. – С. 187–191. – Режим доступу: [http://nbuv.gov.ua/UJRN/0peddysk\\_2016\\_20\\_33](http://nbuv.gov.ua/UJRN/0peddysk_2016_20_33)

57. Турищева Л. В., Мушинський В. П. Психологія управління. Психологічний портрет учителя. Харків : Вид. група «Основа», 2005. 160 с. (Б-ка журн. «Управління школою»; Вип. 9 (33))

58. Тренінг комунікативної компетентності: Практикум // Автори-упорядники: В.М. Федорчук, В.В. Федорчук, Л.М. Комарніцька – Кам'янець-Подільський : Видавець ПП Зволейко Д. Г., 2021. – 176 с.

59. Чайкіна Н. Модель адаптивної стратегії фахівця [Електронний ресурс] / Н. Чайкіна // Психологія і особистість. – 2017. – № 2 (12). – С. 310–318. – Режим доступу: <http://psychpersonality.pnpu.edu.ua/article/view/163720/162668>

60. Черезова І. О. Комунікативна компетентність як інтегральна якість особистості. *Науковий вісник Харківського державного університету. Серія Психологічні науки.* 2014. Вип. 1. Т. 1. С. 103-107.

61. Черезова І. Адаптивна поведінка особистості в контексті життєвих криз [Електронний ресурс] / І. Черезова // *Наукові записки Бердянського державного педагогічного університету. Серія : Педагогічні науки.* – 2021. – Вип. 1. – С. 72–79. – Режим доступу: [http://nbuv.gov.ua/UJRN/nzbdpu\\_2021\\_1\\_10](http://nbuv.gov.ua/UJRN/nzbdpu_2021_1_10)

62. Черевко В.П. формування комунікативної компетентності менеджера у процесі професійної підготовки: автореф. дис.канд. псих.наук: 19.00.07. Київ, 2001. с. 27

63. Чеботарьова І.О. Формування комунікативної компетентності майбутніх керівників закладів освіти в умовах магістратури: автореф. дис. канд. пел. н. Харків : 2018. 22с. URL: <https://science.uipa.edu.ua/wp->



[content/uploads/2019/11/aref\\_%D0%A7%D0%B5%D0%B1%D0%BE%D1%82%D0%B0%D1%80%D1%8C%D0%BE%D0%B2%D0%B0-%D0%86..pdf](content/uploads/2019/11/aref_%D0%A7%D0%B5%D0%B1%D0%BE%D1%82%D0%B0%D1%80%D1%8C%D0%BE%D0%B2%D0%B0-%D0%86..pdf)

64. Чуйко О. Ю., Сергієнко Н. П. Особливості комунікативної компетентності студентів-психологів. *Проблеми екстремальної та кризової психології*. 2017. Вип. 22. С. 384-291.

65. Філоненко М. М. Психологія спілкування: підручник. Київ : Центр навч. літератури, 2008. 224 с.

66. Arthur Jr, W., Bennett Jr, W., Edens, P. S., & Bell, S. T. (2003). Effectiveness of training in organizations: A meta-analysis of design and evaluation features. *Journal of Applied psychology*, 88(2), 234-244

67. Anderson C.R. Locus of control, coping behavior and performance in stress setting: a longitudinal study. *Journal of Applied Psychology*. 1977. №62 (4) P. 446-451. URL: [https://www.researchgate.net/publication/22268775\\_Locus\\_of\\_control\\_coping\\_behaviors\\_and\\_performance\\_in\\_a\\_stress\\_setting\\_A\\_longitudinal\\_study](https://www.researchgate.net/publication/22268775_Locus_of_control_coping_behaviors_and_performance_in_a_stress_setting_A_longitudinal_study)

68. De Cremer, D., & Ruiters, R.A.G. (2003). Emotional reactions toward procedural fairness as a function of negative information. *The Journal of Social Psychology*, 143, 793–795. URL: <https://research.tilburguniversity.edu/en/publications/emotional-reactions-toward-procedural-fairness-as-a-function-of-n>

69. Hais D.G. How many levels should a grammar recognize? // *Language and discourse: Rest and Protest*. Amsterdam, Philadelphia. 2006, 12 p. URL: <https://benjamins.com/catalog/llsee.19.04hay>

70. Hymes D. On Communicative Competence / D. Hymes // *Sociolinguistics* / J.B. Pride, J. Holmes (eds.). – Harmondsworth : Penguin, 1972. – P. 269 – 293.

71. Kirkpatrick, D. L. (2009). *Implementing the four levels: A practical guide for effective evaluation of training programs: Easyread super large 24pt edition*. ReadHowYouWant. com.

72. Maslow A. H. The psychology of science: A reconnaissance / A.H. Maslow. – N.-Y. : Harper and Row, 1966. – 452 p.

73. Moreno-Manso M. Communicative competence and the facilitating and perturbing factors in the socialisation of immigrant students. *Children and Youth Services Review*. 2013. № 5. P. 865–870.

74. McCroskey J.C. Communication Competence and Performance: A Research and Pedagogical Perspective. *Communication Education*. 1982. №31. P. 42– 54

75. Spitzberg, B.H., Cupach, W.R. *Interpersonal communication competence*. Beverly Hills, CA: Sage, 1984. 456 p

## ДОДАТКИ

## Додаток А

## Програма тренінгу розвитку комунікативної компетентності адаптивної особистості

№п/п	Назва теми тренінгового заняття	Мета тренінгового заняття	Результат тренінгового заняття
1	Тренінгове заняття 1 Поняття про комунікативну компетентність та її структуру	сформувати у учасників чітке розуміння поняття комунікативної компетентності, її структури та важливості в ефективній взаємодії з оточуючими.	розуміти поняття комунікативної компетентності та її важливість у сучасному світі, ідентифікувати основні компоненти комунікативної компетентності (вербальні, невербальні, соціальні навички), зрозуміти взаємозв'язок між комунікативною компетентністю та успіхом у різних сферах життя, оцінити свій рівень комунікативної компетентності, сформулювати цілі для подальшого розвитку своїх комунікативних навичок.
2	Тренінгове заняття 2 Вербальне і невербальне спілкування	знайомити учасників із вербальними і невербальними засобами спілкування, показати їх значення у спілкуванні, а також закріпити їх використання під час виконання відповідних вправ.	розуміти різницю між вербальним та невербальним спілкуванням, ідентифікувати основні компоненти невербальної комунікації (міміка, жести, поза, інтонація тощо), аналізувати взаємозв'язок між вербальними та невербальними повідомленнями, застосовувати знання про невербальну комунікацію для більш ефективного спілкування, розвивати свою уважність до невербальних сигналів інших людей, покращувати свою здатність передавати повідомлення за допомогою невербальних засобів.
3	Тренінгове заняття 3 Уміння слухати – важлива складова комунікативної компетентності. Активне і пасивне слухання	освоєння і розвиток навичок ефективного слухання, подальше освоєння діалогового спілкування; формування в учасників тренінгу потреби у розвитку уміння слухати; надання учасникам можливості практично відпрацювати прийоми активного слухання; виховувати у них доброзичливість, уважність під час спілкування.	глибоко розуміти різницю між активним і пасивним слуханням, ідентифікувати основні бар'єри ефективного слухання, застосовувати техніки активного слухання в різних ситуаціях спілкування, розвивати емпатію та здатність розуміти почуття інших людей, покращувати свої навички ведення діалогу та вирішення конфліктів, будувати більш довірливі відносини з оточуючими.

*Продовження Додатку А*

4	Тренінгове заняття 4 Розвиток навичок асертивності	сприяти формуванню у студентів навичок асертивної поведінки.	розуміти поняття асертивності та її відмінності від агресивної та пасивної поведінки, ідентифікувати ситуації, в яких їм важко виявляти асертивність, застосовувати техніки асертивної комунікації в різних ситуаціях, розвивати впевненість у собі та здатність відстоювати свої права.
5	Тренінгове заняття 5 Розвиток емоційного інтелекту як важливої складової комунікативної компетентності	сформувати в учасників розуміння важливості розвитку емоційного інтелекту для побудови успішної кар'єри; максимально сприяти формуванню вмінь учасників розпізнавати власні емоції, емоції інших дорослих людей і управляти ними; сприяти оволодінню учасниками практичними інструментами діагностики і розвитку емоційного інтелекту; сприяти підвищенню стійкості до життєвих стресових ситуацій різного рівня, а також оволодінню емоційною компетентністю у життєдіяльності.	розуміти поняття емоційного інтелекту та його роль у ефективній комунікації, ідентифікувати основні компоненти емоційного інтелекту (самоусвідомлення, саморегуляція, мотивація, емпатія, соціальні навички), аналізувати власні емоції та емоції інших людей, застосовувати стратегії управління емоціями в різних ситуаціях, розвивати емпатію та здатність розуміти почуття інших людей.
6	Тренінгове заняття 6 Розвиток емоційної компетентності як важливої умови успішного спілкування	розвиток емоційної компетентності особистості шляхом сприяння розвитку самоусвідомлення, самоконтролю власних емоцій, уміння конструктивно їх виражати, а також розвитку навичок і вміння розпізнавати емоції інших людей; формування навичок співробітництва, взаєморозуміння.	поглибити розуміння компонентів емоційного інтелекту, зокрема саморегуляції, мотивації та соціальних навичок., розробити персональні стратегії управління емоціями в різних ситуаціях, особливо в контексті спілкування, поліпшити здатність до емпатії та розуміння емоцій інших людей, ідпрацювати на практиці навички ефективного спілкування з урахуванням емоційного аспекту, зрозуміти взаємозв'язок між емоційною компетентністю та успіхом у різних сферах життя, сформувати більш стійку самооцінку та впевненість у своїх силах.

*Продовження додатку А*

7	Тренінгове заняття 7 Бар'єри спілкування	ознайомити з бар'єрами, які створюють перешкоди в спілкуванні; формування вміння долати бар'єри у спілкуванні; формування внутрішніх засобів гнучкості і пластичності в процесі зміни комунікативних ситуацій; розвиток комунікативних здібностей.	розуміти поняття бар'єрів у спілкуванні та їхню роль у міжособистісних взаєминах, ідентифікувати основні типи бар'єрів, як вербальних, так і невербальних, аналізувати конкретні ситуації спілкування та виявляти в них присутні бар'єри, застосовувати стратегії подолання бар'єрів у спілкуванні, розвивати навички ефективного слухання та розуміння інших людей, будувати більш довірливі та продуктивні відносини з оточуючими, покращувати свої комунікативні навички в різних ситуаціях.
8	Тренінгове заняття 8 Конфлікт, причини його виникнення та розв'язання	ознайомити студентів із причинами конфліктів та навчити ефективно розв'язувати конфлікти, управляти енергією конфлікту й переводити конфлікт в конструктивне русло.	розуміти природу конфлікту, його причини та наслідки, ідентифікувати різні типи конфліктів та їхні особливості, застосовувати ефективні стратегії запобігання та вирішення конфліктів, будувати конструктивні відносини з людьми навіть у складних ситуаціях. використовувати комунікативні навички для мирного вирішення суперечностей, розвивати емоційний інтелект та вміння керувати своїми емоціями в конфліктних ситуаціях, приймати різні точки зору та шукати компроміси.
9	Тренінгове заняття 9 Психологічні особливості публічного виступу	оволодіти знаннями, навичками та уміннями щодо ораторського мистецтва.	розуміти психологічні процеси, що відбуваються під час публічного виступу як у доповідача, так і в аудиторії

*Продовження додатку А*

10	Тренінгове заняття 10 Удосконалення комунікативної компетентності. Підведення підсумків тренінгу	закріпити результати (знання, навички та уміння) оволодіння комунікативною компетентністю. Узагальнити та структурувати всю інформацію, отриману учасниками протягом тренінгу	розуміти поняття комунікативної компетентності та її значення в різних сферах життя, ідентифікувати власні сильні сторони та слабкі місця в комунікації, застосовувати на практиці різноманітні комунікативні стратегії та техніки, будувати ефективні взаємовідносини з різними людьми, переконувати та впливати на інших людей. адаптувати свій стиль спілкування до різних аудиторій та ситуацій, отримувати зворотний зв'язок та використовувати його для самовдосконалення чітко сформулювати свої сильні сторони та напрямки для подальшого розвитку в комунікації, скласти індивідуальний план: для вдосконалення своїх комунікативних навичок, отримати зворотний зв'язок: від тренера та інших учасників, посилити мотивацію до подальшого самовдосконалення, сформувати мережу контактів: для обміну досвідом та підтримки.
----	--	--	---

*Джерело: систематизовано автором за джерелом [65]*

**Структура тренінгових занять 1-10 тренінгу з розвитку комунікативної компетентності**

Складові структурні частини		
<b>Структура тренінгового заняття 1</b>		
1	Вступна частина	1. Вступ. «Що таке тренінг». Міні-лекція «Поняття про комунікативну компетентність її структуру та критерії» 2. Вправа. «Початок тренінгу та його ритуал (за вибором групи)»
	Основна частина	3. Вправа «Знайомство. Мій настрій. Самопочуття», 2-й варіант «Три імені» 4. Вправа «Правила» 5. Притча «Непросте завдання» 6. Мозковий штурм «Спілкування – це...» 7. Вправа «Рефлексія» (проводиться по колу). 8. Методика «Визначення властивостей гарного співрозмовника» 9. Вправа «Виконати малюнок на тему «Моя головна проблема в спілкуванні» 10. Вправа «Мийка машини» 11. Вправа «Комунікативно-компетентна особистість» 12. Вправа-рефлексія «Тут і тепер»
	Заключна частина	13. Домашнє завдання. Написати есе на тему: «Спілкування у моєму житті» 14. Вправа «Рефлексія вправи і усього заняття» або «Шерінг» 15. Вправа «Ритуал завершення заняття»
<b>Структура тренінгового заняття 2</b>		
1	Вступна частина	1. Міні-лекція «Пояснення поняття «вербальне» і «невербальне спілкування» 2. Вправа. «Початок тренінгу та його ритуал (за вибором групи)» 3. Вправа «Побажання на день» 4. Притча «Про те, чому так важливо вміти відпускати»
	Основна частина	5. Вправа «Знайомство» – «Якби я був...» 6. Вправа «Правила» 7. Вправа «Очікування» 8. Домашнє завдання «Написати есе на тему: Спілкування у моєму житті» 9. Вправа «Подарунок портрета» 10. Вправа «Інтонація» 11. Вправа «Реклама» 12. Вправа «Передача почуттів» 13. Вправа «Розмова через скло» 14. Вправа «Німе кіно. Історії про стосунки» 15. Вправа «Медитація. Долоні. Віддзеркалення руху» 16. Вправа «Малюнок удвох» 17. Вправа «Підлаштовування за невербальними ознаками» 18. Вправа «Віч-на-віч» [19] 19. Вправа «Передати одним словом» 20. Вправа релаксаційна «Ромашковий луг» 21. Вправа «Контакт»

**Продовження додатку Б**

	Заключна частина	22. Вправа (домашнє завдання) «Безпечне місце» 23. Вправа «Рефлексія вправи і усього заняття» 24. Вправа «Ритуал завершення заняття»
<b>Структура тренінгового заняття 3 Уміння слухати – важлива складова комунікативної компетентності. Активне і пасивне слухання</b>		
1	Вступна частина	1. Міні-лекція «Активне слухання» 2. Вправа «Ритуал початку заняття» 3. Притча «Слухай» 4. Вправа «Розминка «Привітання»
	Основна частина	5. Вправа (домашнє завдання) «Безпечне місце» 6. Вправа «Техніки активного слухання» 7. Вправа «Вгадай, хто ти» 8. Бесіда «Що означає слухати усім тілом?» 9. Вправа «Ефективне слухання» 10. Історія Стенфордського університету 11. Вправа «Австралійський дощ» 12. Вправа «Цивілізована суперечка» 13. Вправа «Зворотний зв'язок» 14. Вправа «Вислухай – поверни» 15. Тест «Чи вмієте ви слухати?» 16. Вправа «Тренування уважного слухання» 17. Вправа «Закріплення технік активного слухання» 18. Релаксаційна вправа «Сунична галявина»
	Заключна частина	19. Вправа (домашнє завдання) «Зустріч з близькою людиною» 20. Вправа «Рефлексія вправи і усього заняття» 21. Вправа «Ритуал завершення заняття»
<b>Структура тренінгового заняття 4 Розвиток навичок асертивності</b>		
1	Вступна частина	1. Міні-лекція «Асертивність» 2. Вправа «Ритуал початку заняття» 3. Притча про дружбу
	Основна частина	4. Вправа «Вірш про себе» 5. Вправа (домашнє завдання) «Зустріч з близькою людиною» 6. Вправа «Чарівний ринок» 7. Вправа «Кульки для роздумів» 8. Вправа «Горіхи» 9. Вправа «Про корисність та шкідливість емоцій» 10. Вправа «Вчимося говорити «ні»» 11. Вправа «Ситуація примусу» 12. Вправа «Взаємне прийняття різниці в поглядах» 13. Вправа «Перехрестя» 14. Вправа «Сонце» 15. Тест «Моя самооцінка» 16. Вправа «Модельована ситуація «Цигарка»» 17. Рольова гра «Проблемна ситуація» 18. Мозковий штурм «Чому нам важко сказати «ні»?» 19. Вправа «Незакінчена казка»
	Заключна частина	20. Вправа (домашнє завдання) «Два списки» 21. Вправа «Рефлексія вправи і усього заняття» 22. Вправа «Ритуал завершення заняття»
<b>Структура тренінгового заняття 5 Розвиток емоційного інтелекту як важливої складової комунікативної компетентності</b>		
1	Вступна частина	1. Міні-лекція «Емоційний інтелект» 2. Вправа «Ритуал початок заняття» 3. Притча «Істина – в серці» 4. Вправа «Мій щасливий день»



**Продовження додатку Б**

	Основна частина	<ul style="list-style-type: none"> <li>5. Вправа «Контур людини»</li> <li>6. Вправа «Характеристики емоційної компетентності»</li> <li>7. Вправа «Десять кімнат»</li> <li>8. Вправа «Самооцінка комунікативних навичок»</li> <li>9. Медитація «Троянда»</li> <li>10. Вправа «Список почуттів»</li> <li>11. Притча «Почуття образи» або Індійська притча «Три фігурки»</li> <li>12. Вправа «Контраст»</li> <li>13. Вправа «Діснейленд»</li> <li>14. Вправа «Глибоке дихання»</li> <li>15. Вправа (домашнє завдання) «Два списки»</li> <li>16. Вправа «Океан спокою»</li> <li>17. Вправа «Розум, почуття, тіло»</li> <li>18. Вправа «Рефреймінг»</li> </ul>
	Заключна частина	<ul style="list-style-type: none"> <li>19. Вправа (домашнє завдання) «Безпечне місце»</li> <li>20. Вправа «Рефлексія вправи і усього заняття»</li> <li>21. Вправа «Ритуал завершення заняття»</li> </ul>
<b>Структура тренінгового заняття 6 Розвиток емоційної компетентності як важливої умови успішного спілкування</b>		
1	Вступна частина	<ul style="list-style-type: none"> <li>1. Міні-лекція «Емоційна компетентність»</li> <li>2. Вправа «Ритуал початку заняття»</li> <li>3. Притча «Історія про двох друзів»</li> <li>4. Тестування: Як ви себе зараз відчуваєте? «Квадрат сприйняття» (за Д. Карузо)</li> </ul>
	Основна частина	<ul style="list-style-type: none"> <li>5. Вправа «Як справи»</li> <li>6. Вправа «Як зрозуміти співрозмовника?»</li> <li>7. Вправа «Аукціон гарного настрою»</li> <li>8. Тест Холла для визначення рівня емоційного інтелекту</li> <li>9. Вправа «Як без слів виразити прийняття»</li> <li>10. Вправа «Корисність і шкідливість емоцій»</li> <li>11. Вправа «Ехо»</li> <li>12. Вправа (домашнє завдання) «Спостереження за власними почуттями»</li> <li>13. Вправа «Емпатія»</li> <li>14. Вправа «Дитячі образи»</li> <li>15. Притча «Про душу»</li> <li>16. Вправа «Відчуй іншого»</li> <li>17. Вправа «Незакінчені речення»</li> <li>18. Вправа «Асоціації»[35]</li> <li>19. Притча «Відповідь»</li> <li>20. Вправа «Я–повідомлення»</li> <li>21. Рольова гра «Бумеранг»</li> <li>22. Вправа «Сім питань двом групам»</li> <li>23. Вправа «Яка/який я?»</li> </ul>
	Заключна частина	<ul style="list-style-type: none"> <li>24. Вправа (домашнє завдання) «Інтерв'ю»</li> <li>25. Вправа «Рефлексія вправи і усього заняття»</li> <li>26. Вправа «Ритуал завершення заняття»</li> </ul>
<b>Структура тренінгового заняття 7 Бар'єри спілкування</b>		
1	Вступна частина	<ul style="list-style-type: none"> <li>1. Міні-лекція «Що ж таке бар'єри спілкування?»</li> <li>2. Вправа «Ритуал початку заняття»</li> <li>3. Притча «Відстань»</li> <li>4. Вправа «Чарівне слово»</li> </ul>

**Продовження додатку Б**

	Основна частина	<ul style="list-style-type: none"> <li>5. Вправа «Гідна відповідь»</li> <li>6. Вправа на релаксацію «Сонечко і хмарка»</li> <li>7. Вправа «Так – діалог, немає – діалог»</li> <li>8. Вправа (домашнє завдання) «Інтерв'ю»</li> <li>9. Вправа «Перехопити ініціативу»</li> <li>10. Вправа «Телевізор»</li> <li>11. Вправа «Валентність»</li> <li>12. Вправа «Техніка ввічливої відмови рекламному агенту»</li> <li>13. Вправа «Готель»</li> <li>14. Вправа «Запрошення до спільної діяльності»</li> <li>15. Вправа «У театральному фойє»</li> <li>16. Вправа «Долонька»</li> <li>17. Притча «Змія і пилка»</li> <li>18. Вправа «Аналіз ситуацій»</li> <li>19. Вправа «Рідна душа» і «душа компанії»</li> <li>20. Вправа «Риси контактної людина»</li> </ul>
	Заключна частина	<ul style="list-style-type: none"> <li>21. Вправа (домашнє завдання) «Прийом на роботу»</li> <li>22. Вправа «Рефлексія вправи і усього заняття»</li> <li>23. Вправа «Ритуал завершення заняття»</li> </ul>
<b>Структура тренінгового заняття 8 Конфлікт, причини його виникнення та розв'язання</b>		
1	Вступна частина	<ul style="list-style-type: none"> <li>1. Міні-лекція «Конфлікт: поняття, види, способи управління»</li> <li>2. Вправа «Ритуал початку заняття»</li> <li>3. Притча «Пророк і довгі ложки»</li> </ul>
	Основна частина	<ul style="list-style-type: none"> <li>4. Вправа «Конфлікт»</li> <li>5. Варіант «Конфлікт – це...»</li> <li>6. Варіант «Конфлікт – плюси і мінуси»</li> <li>7. Вправа (домашнє завдання) «Прийом на роботу»</li> <li>8. Вправа «Малюнок агресії»</li> <li>9. Вправа «Репетиція поведінки»</li> <li>10. Притча «Комплімент»</li> <li>11. Вправа «Сніданок з героєм»</li> <li>12. Притча «Про цвяхи»</li> <li>13. Вправа «Передача емоцій»</li> <li>14. Притча «Вишневий сад»</li> <li>15. Вправа «Прес-конференція»</li> <li>16. Вправа «Спілкування з агресивним співрозмовником»</li> <li>17. Вправа «Гідна відповідь»</li> <li>18. Вправа «Ехокамера»</li> <li>19. Вправа «Розлучені повітряні кульки»</li> <li>20. Вправа «Нахаба»</li> <li>21. Вправа «Неспокійне русло»</li> <li>22. Вправа «Вирвися з кола»</li> <li>23. Притча «Сонце і вітер»</li> <li>24. Вправа «Ситуація»</li> <li>25. Рольова гра «Розв'язання конфліктів»</li> </ul>
	Заключна частина	<ul style="list-style-type: none"> <li>26. Вправа (домашнє завдання) «Погано – добре»</li> <li>27. Вправа «Рефлексія вправи і усього заняття»</li> <li>28. Вправа «Ритуал завершення заняття»</li> </ul>
<b>Структура тренінгового заняття 9</b>		
	Вступна частина	<ul style="list-style-type: none"> <li>1. Міні-лекція «Психологічні особливості публічного виступу»</li> <li>2. Вправа «Ритуал початку заняття»</li> <li>3. Притча «Відро з яблуками»</li> </ul>

**Продовження додатку Б**

	Основна частина	<ul style="list-style-type: none"> <li>4. Вправа «Конкурс ораторів»</li> <li>5. Вправа «Я можу себе похвалити за те, що...»</li> <li>6. Вправа «Семінар за три хвилини»</li> <li>7. Байка «Три в одному»</li> <li>8. Байка «Мистецтво красномовності»</li> <li>9. Вправа «Факти – емоції – заклик»</li> <li>10. Вправа «Конкурс на посаду»</li> <li>11. Вправа «Виступ»</li> <li>12. Притча «Перстень царя Соломона»</li> <li>13. Вправа «Оцінка виступу»</li> <li>14. Золоті поради до вашого виступу</li> <li>15. Вправа (домашнє завдання) «Погано – добре»</li> <li>16. Вправа «Я хочу сказати»</li> <li>17. Притча «Про мовчання»</li> <li>18. Вправа «Презентація»</li> </ul>
	Заключна частина	<ul style="list-style-type: none"> <li>19. Вправа (домашнє завдання) «Конверти з іменами»</li> <li>20. Вправа «Рефлексія вправи і усього заняття»</li> <li>21. Вправа «Ритуал завершення заняття»</li> </ul>
<b>Структура тренінгового заняття 10 Удосконалення комунікативної компетентності. Підведення підсумків тренінгу комунікативної компетентності (ТКК)</b>		
1	Вступна частина	<ul style="list-style-type: none"> <li>1. Вступ</li> <li>2. Вправа «Ритуал початку заняття»</li> <li>3. Притча «Розповідь Будди»</li> </ul>
	Основна частина	<ul style="list-style-type: none"> <li>4. Вправа «Комплімент» (варіант 1,2,3)</li> <li>5. Вправа «Веселка»</li> <li>6. Вправа «Особиста ноша»</li> <li>7. Вправа «Беру відповідальність на себе»</li> <li>8. Притча «Майстер і учень»</li> <li>9. Вправа «Переможи свого дракона»</li> <li>10. Притча «Ісус і Іуда»</li> <li>11. Вправа «Чарівна зірка»</li> <li>12. Вправа «Хвости»</li> <li>13. Вправа (домашнє завдання) «Конверти з іменами»</li> <li>14. Притча «Цінність часу»</li> <li>15. Вправа «Остання зустріч»</li> </ul>
	Заключна частина	<ul style="list-style-type: none"> <li>16. Притча «Про глек»</li> <li>17. Вправа (завдання на майбутнє) «Саме сьогодні...»</li> <li>18. Вправа «Підведення підсумків тренінгу»</li> <li>19. Анкета «Оцінка психологічного тренінгу»</li> <li>20. Оцінка роботи тренера</li> <li>21. Заключне слово керівника тренінгу</li> <li>22. Завершальна вправа «Оплески»</li> </ul>

*Джерело[65]*