

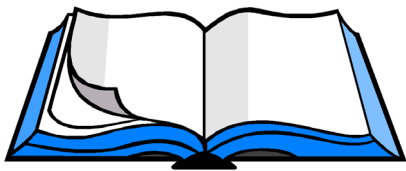
## Розділ 2

### КОМУНІКАТИВНИЙ ДОСВІД

#### 2.1. Особливості розвитку і референтна комунікація підлітків і юнаків (автор: Лавріненко В.А.)

<https://doi.org/10.33989/pnpu.1213.c4111>

У цьому підрозділі Ви:



– дізнаєтесь про те, що таке «референтна комунікація», «референтна група», «спілкування»;

– зрозумієте яка роль референтного спілкування у розвитку особистості і чому людина обирає саме таке референтне оточення;

– розширите бачення ролі різних спільнот у житті людини;

– пригадаєте як ваші психологічні особливості впливають на вашу референтну комунікацію з оточуючими людьми.

Перебуваючи у школі чи в інших соціальних групах (на тренуваннях, гуляючи з друзями) тобі з кожним роком стає все цікавіше і цікавіше взаємодіяти з однолітками. При чому, твоє спілкування з однолітками постійно змінюється, набуває нових форм. Це виражається у тому, щоб стає цікаво говорити з друзями про самі ваші стосунки, дружбу, конфлікти, тощо. Такі зміни в комунікації є не випадковими, а зумовлені процесом твого особистісного зростання і поступового ускладнення функціонування психіки.

У підлітковому і юнацькому віці у тебе активізується соціальна пізнавальна активність, яка підштовхує тебе до спілкування з оточуючими людьми. Суспільна активність не зводиться лише до спілкування з однолітками, а, насамперед, виявляється у намаганні знайти власне місце у структурі

колективу, системі взаємовідносин з оточуючими – друзями, однокласниками, знайомими.

**Комунікація.** Для кращого розуміння питання, якому присвячений цей розділ, почнемо з визначення поняття комунікація. Існує більше 100 визначень даного феномену і різні науковці його по-різному розуміють.

Комунікація розглядається як процес, який передбачає процедуру встановлення, підтримання взаємодії між учасниками спілкування різних соціальних груп, спільнот. Комунікація відтворює взаємопов'язані ситуаційні, інтелектуально-мисленнєві, емоційно-вольові акти сприймання, розуміння, зберігання, аналізу, переробки інформації із застосуванням мови, мовлення, актів паралінгвістичного, психофізіологічного характеру через знакові системи, засоби комунікації та зв'язку.

Реалізація таких актів можлива за умови використання різноманітних символів: малюнків і звуків (жести, міміка, письмо), засобів обміну інформацією (месенджери, періодичні видання, аудіовізуальні матеріали), засобів встановлення контакту (Інтернет, радіо). Доволі часто до поняття «комунікація» застосовують синонімічний термін «спілкування». Однак спілкування характеризує лише акт міжособистісної, міжгрупової взаємодії людей задля налагодження взаємовідносин, досягнення спільних цілей. Завдяки спілкуванню людина реалізує соціальну потребу взаємодії з іншими як діяльність, оскільки спілкування є частиною комунікації. Комунікація, в свою чергу, забезпечує взаємодію як між людьми, так і між людиною та сукупністю людей, комп'ютером, тваринами.

Термін «комунікація» відображає такі характеристики:

- це трансляція (передача) інформації;
- порозуміння між людьми;
- вплив на людей один на одного під взаємодії;
- єднання спільноти людей;
- взаємодія суб'єктів спілкування;
- обмін смислами та цінностями під час спілкування;

– нормативний компонент суспільного процесу та системи суспільних стосунків.

Важливими функціями комунікації є:

- контактна (створення простору довіри, взаєморозуміння);
- інформаційна (обмін знаннями, відомостями, подіями, фактами між людьми);
- спонукальна (стимулювання партнера з комунікації, групу людей до здійснення будь-яких дій);
- координаційна (узгодження позицій партнерів зі спілкування задля налагодження співпраці);
- пізнавальна (отримання й усвідомлення змісту інформації, розпізнавання намірів, ставлень учасників комунікації);
- емотивна (процес обміну емоціями учасників комунікації, активізація переживань, почуттів у групі людей);
- налагодження стосунків (затвердження свого місця у просторі статусів, ролей, стосунків);
- впливова (орієнтація на трансформацію стану, поведінки, цінностей, поглядів, потреб).

Тобто, поняття «спілкування» є вузьким за смисловим наповненням, відображає різні варіанти взаємодії людей один із одним. Натомість, поняття комунікація є ширшим, відображає сукупність процесів взаємодії особистості з різними суб'єктами на різних рівнях.

**Референтна комунікація і референтна група.** У даному розділі ми будемо вести мову про явище референтної комунікації. Референтна комунікація здійснюється у межах перебування людини в межах референтних груп.

**Референтна група** – це група, на яку орієнтується людина, чії цінності, ідеали й норми поведіння вона розділяє. Іноді референтна група визначається як група, у якій людина прагне бути або прагне зберегти членство. Референтна група справляє істотний вплив на формування особистості, її поведіння в групі. Це пояснюється тим, що прийняті в групі стандарти поведіння, установки, цінності виступають для індивіда як якісь зразки, на які він опирається у своїх рішеннях і оцінках.

**Референтна комунікація** – це спілкування людини із значимим для неї колом осіб. Під значимими особами розуміються всі ті люди, які, думка яких для тебе важлива. Це можуть бути батьки, вчителі, тренер, родичі, сусіди. Проте, протягом дорослішання, їхня референтність (тобто, значимість для людини) поступово зменшується. У підлітковому і юнацькому віці серед референтного оточення найбільш важливими є однолітки. Саме однолітки стають референтною групою, в якій здійснюється референтне спілкування.

Референтна комунікація передбачає, що ти здійснюєш спілкування зі значимою для тебе людиною, яка виступає для тебе носієм цінностей. Сміслів, на яку ти прагнеш бути схожим, і до думки якої ти дослухаєшся.

Референтні комунікації здійснюються в різних референтних групах.

Референтна група для людини може бути позитивною, якщо вона спонукає бути прийнятим у неї, або хоча би домогтися відношення до себе, як члену групи.

*Негативна референтна група* – це група, що спонукає людину виступати проти неї, або з якою він не хоче мати відносин як член групи.

*Нормативна референтна група* є джерелом норм поведіння, установок ціннісних орієнтацій для індивіда.

Часто зустрічаються випадки, коли людина вибирає за нормативну не реальну групу, де вона навчається, а уявлювану групу, яка стає для неї референтною.

Наприклад, референтною групою для тебе може виступати спільнота в мережі, яка утворилася для обговорення он-лайн ігор, оскільки ці однолітки мають схожі з тобою інтереси, цінності, а їхня думка для тебе є важливою.

Існує кілька факторів, які визначають особливості референтного спілкування:

1. Якщо група не забезпечує достатнього авторитету своїм членам, вони будуть вибирати зовнішні групи, які мають більший авторитет, ніж власна група.

2. Чим більше ізольована особистість у своїй групі, чим нижче її статус, тим ймовірніший її вибір як референтної групи, де вона очікує мати порівняно вищий статус.

3. Чим більше можливості має людина, щоб змінити свій соціальний статус і групову приналежність, тим більша ймовірність вибору групи з вищим статусом.

Наприклад, якщо ти не можеш знайти «своє місце в класі», конфліктуєш з учнями, не можеш знайти собі друзів, то ти можеш розцінювати як референтне оточення своїх товаришів по спортивній секції, спільноті в мережі інтернет, тощо. При чому, людина обирає у якості референтної групи саме ту сукупність людей, де їй цікавіше і де, на її думку, її краще сприйматимуть, де у неї буде більше вірогідності бути успішною. Такі механізми вибору референтного кола спілкування.

**Зміст референтної комунікації.** В основі референтної комунікації з оточуючими у людини лежить прагнення знайти близького товариша. Таке прагнення часто виражається у тому, що людині цікаво знаходитись разом – спілкуватися, проводити час, просто розмовляти. У різних людей за такою цікавістю приховується різне змістове значення: співпадіння улюблених занять чи особистих інтересів, привабливість більшого рівня знань чи вмінь однолітка у певному виді діяльності тощо.

Розмови, які відбуваються під час референтної комунікації можуть бути поділені на два види. Перший вид розмов – це розмови, під час яких учасниками повідомляються нові факти і відомості з різних областей, починаючи з науки, техніки та культури і закінчуючи цікавими випадками з власного чи чужого життя. Наприклад, спілкуючись із другом ти обговорюєш оновлення програм, оновлення ігор, розповідаєш цікаві ситуації, які у тебе сталися під час навчання чи тренування.

До другого виду розмов відносяться розмови про стосунки, вчинки і якості однолітків: про взаємовідносини між ними, про власні відносини, в тому числі з дівчатами та хлопцями, про плани, мрії, бажане майбутнє. Наприклад, ти з другом спілкуєшся про те, чому ви конфліктуєте, чим відрізняється ваша поведінка в

конфліктах з іншими людьми, тощо. Розмови цього типу – про своє особисте відношення до подій життя та вчинків оточуючих – займають найбільш вагоме місце у референтній комунікації, виступають підґрунтям для формування рефлексивних умінь та усвідомлення життя, окреслення смислових настанов.

Стосунки з близькими товаришами складають особливу сторону референтної комунікації з однолітками. У цих стосунках чітко простежується існування специфічної діяльності людей по відношенню один до одного – діяльності по встановленню довірливих стосунків і активної діяльності по їх реалізації. Ця діяльність розгортається через систему вчинків, у яких і проявляється ставлення до товариша.

Головне у референтній комунікації – це особистісні взаємовідносини, які складаються в процесі спілкування. Саме вони є змістом референтної комунікації. Взаємодія з близьким товаришем виділяється у особливу активність підлітка, вона існує як самостійна діяльність і може бути названа діяльністю спілкування. Вона існує, з одного боку, у вигляді вчинків підлітків один до одного, а, з іншого боку, – у формі роздумів про вчинки товариша та стосунки з ним.

У межах референтної комунікації між людьми виникають дружні стосунки. **Дружба** – це такі стосунки між людьми, які характеризуються психологічною близькістю і взаємним тяготінням людей один до одного. Феномену дружби для підлітків і юнаків притаманна ідея винятковості, екстраординарності, що часто приводить до перевищення певних формальних правил і норм. Змістом дружньої комунікації є глибока відвертість, повна взаємна довіра, розкриття власного «Я». Саме в таких умовах підлітки вчать рефлексії (навичка аналізувати себе, свої дії і вчинки, «погляд на себе, ніби збоку») на себе та на інших. Взаємна зацікавленість, спільне пізнання оточуючого світу і один одного стають для людей під час дружби самоцінними.

Особливості референтної комунікації, з одного боку, залежать від властивих людині індивідуально-психологічних

особливостей, з іншого – є підґрунтям для набуття необхідних молодій особистості якостей. На характер референтної комунікації з однолітками значно впливають особливості емоційної сфери підлітка та юнака. Це пов'язано з тим, що підлітковий вік переповнений суперечностями і конфліктами, а особистість переживає процес свого динамічного становлення. Дослідженнями встановлено, що підлітки, які схильні до переживання переважно негативних емоцій, частіше мають проблеми у встановленні міжособистісних контактів з оточуючими, часто уникають спілкування, більш схильні до конфліктів. Причиною їх конфліктної взаємодії є усталений негативний емоційний фон, що супроводжує взаємини підлітка з оточенням, перенесення ним негативних переживань на партнерів по спілкуванню, внаслідок чого ці стосунки набувають ознак конфліктності та втрачають свою ефективність.

Особлива роль у референтній комунікації з однолітками належить мотиву **афіліації**, що виражає прагнення людини до встановлення контактів з оточуючими. Саме актуалізація цього мотиву зумовлює велику увагу людей до процесу взаємодії з однолітками, підштовхує їх до постійного пошуку друзів, активного обміну думками, новинами, обговоренню актуальних підліткових проблем, які відображають спосіб життя та зміст активності неформальних угруповань.

Повною мірою проявити свої потенційні комунікативні можливості людина здатна у випадку, якщо вона компетентна у різних видах суспільної активності. **Соціально-психологічна компетентність** розглядається як готовність особистості до самостійного виконання тих чи інших суспільно чи особистісно значимих функцій або видів діяльності. У підлітковому та юнацькому віці настає такий етап розвитку соціальної компетентності, коли активно розгортається соціальне становлення особистості. Воно опосередковане різними формами суспільно значимої діяльності і служить ключовим чинником різнобічного засвоєння соціальних компетентностей на високому рівні. Наявність сформованої соціальної компетентності визначає

можливість для людини здійснювати вчинки, реалізовувати свободу вибору у суспільній діяльності та інтимно-особистісному спілкуванні.

Розвиток соціальної компетентності юнаками у референтній взаємодії відображає їх спроможність самореалізуватися у житті, окреслити для себе ті сфери, що викликають найбільшу зацікавленість.

Одним з головних моментів у виникненні дружніх стосунків між однолітками під час референтної комунікації є те, що їм «цікаво» знаходитись поряд – цікаво спілкуватися, проводити час, розмовляти. У різних людей за такою цікавістю приховується різне змістове значення: співпадіння в улюблених заняттях чи особистих інтересах, привабливість більшого рівня знань чи вмінь у іншого однолітка у різній діяльності, що робить процес взаємодії не лише цікавим, а і розвиваючим для людини.

Референтна взаємодія молоді залежить від комунікативних умінь та соціально-психологічної компетентності молодих людей, їх адаптованості до нових соціальних змін та здатності адекватно сприймати і проявляти емоційні реакції при спілкуванні. А небажання зближуватись з деякими однолітками на емоційній основі (наприклад, через наявність негативного комунікативного досвіду – конфліктів у минулому) та прагнення до незалежності і протиставлення себе оточуючим сприяє активності юнака у різних неформальних угрупованнях.

**Неформальні угруповання як форма референтної комунікації.** Неформальні об'єднання набувають великого значення в житті сучасних підлітків. Зростає кількість неформальних угруповань, у складі яких молодь проводить час, засвоює соціальні норми і правила, розширює власний кругозір. Такі об'єднання часто набувають для молоді ознак одного з найважливіших компонентів соціального оточення, порівняно з родиною та колективом школи.

Збільшення числа таких угруповань відбувається у переважній більшості країн по всьому світу. Перебуваючи у таких об'єднаннях, підлітки та юнаки специфічно реалізують

потреби референтного спілкування, яке у цьому віці набуває особливого значення для розвитку особистості, та життєвого самовизначення, що виступає вагомим завданням для підлітків і юнаків.

Перебуваючи у складі формальної групи, класу у школі, ти реалізуєш себе, виконуєш навчальну діяльність, спілкуєшся з однолітками. У школі ти проводиш час, виконуєш спільну з іншими учнями діяльність – навчання, засвоюєш культурні цінності, формуєш своє відношення до оточуючої дійсності, підкоряєшся груповим нормам. Але для того, щоб більш повно дослідити життя сучасних підлітків та юнаків необхідно розглядати, окрім сім'ї і школи, не менш вагоме середовище їх життєдіяльності – субкультуру, яка виступає засобом їх самореалізації.

Взаємодія молоді у складі формальних та неформальних груп відрізняються, що зумовлено їх соціально-психологічними характеристиками.

**Формальною** називають соціальну групу, яка має юридичний статус, є частиною соціального інституту, організації, де становище окремих членів суворо регламентоване офіційними правилами та законами.

Неформальні молодіжні об'єднання визначаються науковцями по-різному. Такі молодіжні об'єднання розглядають як:

– об'єднання людей, що виникають на основі властивих індивідам потреб у спілкуванні, приналежності, симпатії та любові;

– групи, які утворені на основі особистісних симпатій та антипатій;

– групи людей, які об'єднані особистим вибором і безпосередніми контактами.

Проте, найбільш повним у контексті розгляду особливостей молодіжних субкультур виступає наступне.

**Неформальна група** – вид малої групи, який виникає на основі міжособистісних відносин, загальних інтересів і взаємних симпатій.

**Неформальне об'єднання** – це сукупність людей, діяльність яких не закріплена офіційно, юридично, але характеризується системою міжособистісних стосунків, яка склалась (дружба, симпатія, взаєморозуміння, довіра, тощо).

До основних ознак неформальних молодіжних угруповань належать:

– відсутність офіційного статусу та програми діяльності (учасники таких груп збираються і спільно проводять час, проте документально це ніяк не оформлено – відсутній статут групи, чіткий перелік норм і правил);

– специфічний стиль життя та поведінки (всі представники певних неформальних груп збираються у визначених місцях, займаються відповідними справами. Наприклад, футбольні хулігани відвідують спортивні футбольні матчі, влаштовують сутички з представниками інших фанатських груп);

– наявність власної картини світу, норм, цінностей, які відповідають вимогам певних соціальних категорій молоді (мова йде про наявність певної ідеології у кожної окремої субкультури, де містяться відповіді на питання : «Як треба жити?», «Як треба вдягатися?»);

– не чітка ієрархічна структура (у неформальному угрупованні не завжди є чітко визначені лідери і керівники, крім того, будь який член неформального угруповання може змінити свою позицію у групі – наприклад, стати лідером);

– нонконформізм (прагнення демонструвати незалежність і не підпорядковуватися думці більшості), протиставлення себе іншим членам суспільства;

– наявність зовнішньої атрибутики, яка має символічне значення (наприклад, використання специфічного стилю одягу);

– взаємопроникність ідей, внаслідок чого їх важко класифікувати.

Участь у діяльності неформальної групи дає молодій людині можливість самовиразитися і проявити себе як дорослу особистість, окреслити свою самодостатність, що у цьому віці є важливим.

Із активною діяльністю молоді у складі неформальних угруповань пов'язано поняття молодіжної субкультури.

**Молодіжна субкультура** – соціальне угруповання, яке об'єднане тим, що кожен із його представників себе до нього зараховує (ідентифікує себе з членами даної соціальної групи).

Також, поняття «**субкультура**» розглядається як сукупність цінностей, вірувань, традицій та звичок, якими користуються молоді люди.

Специфіка субкультури полягає у тому, що кожен її представник приймає норми, цінності, картину світу, стиль життя за зразок свого існування. Паралельно із цим існують зовнішні атрибути, які свідчать про належність особистості до певного неформального угруповання.

Неформальна група виступає як самоорганізований елемент суспільства, заснований на спільних інтересах, взаємній симпатії, виконанні спільної діяльності.

У референтній комунікації визначальна роль належить «**МИ – почуттю**». Це почуття виступає мірилом згуртованості групи і виражається у наявності психологічного почуття єдності членів групи. Без нього група молоді не виступає як єдність, і не може ефективно виконувати спільну діяльність. У неформальній взаємодії дане почуття часто призводить до психологічного дистанціювання від іншої молоді, що окреслюється у протиставленні себе до оточуючих і відображено у виразі «ми» – «вони».

Функціонування неформальних молодіжних угруповань відбувається на рівнях: взаємовідносин (міжособистісних відносин); групових прагнень (мета, завдання, потреби, мотиви); групових поглядів та настроїв; традицій.

Діяльність неформальних молодіжних груп підпорядковується нормам.

**Групові норми** – певні правила, які вироблені групою, прийняті нею, і яким повинна підпорядковуватись поведінка її членів для того, щоб їх спільна діяльність була можлива.

Вони виконують регулятивну функцію і пов'язані із цінностями, що пропагуються даною неформальною групою. Їх

дотримання є одною з основних умов перебування юнаків у неформальній групі.

Особливістю підліткових неформальних груп є те, що свої норми і правила вони переймають у дорослих, використовуючи їх досвід. Але для того, щоб підкреслити свою відмінність від дорослих, свою самостійність і неповторність підлітки і юнаки намагаються видозмінити групові норми у неформальних об'єднаннях, надати їм особливого забарвлення. Це виступає своєрідною апробацією («примірянням») соціальних ролей, засвоєнням соціальних норм, що в свою чергу сприяє виробленню у підлітків почуття дорослості, власної вагомості, неповторності та індивідуальності.

Участь у різних неформальних рухах – це прояв бажання виділитися, привернути до себе увагу, відчутти себе дорослим. Такі життєві орієнтації властиві молодій особистості значною мірою, визначають їх прагнення до прийняття активної участі у житті суспільства, розвитку власної особистості. Неформальна група часто виступає у ролі альтернативного місця проведення вільного часу молодію особистістю, утворенням, у якому підліток може самовиразитися, розвинути свої особистісні якості, здобути певну незалежність від батьків.

На сьогоднішній день виявлено багато неформальних груп, які відмінні за своїми інтересами, спільною діяльністю, атрибутами, жаргоном тощо. При чому, участь молоді у неформальних об'єднаннях різного спрямування суттєво відрізняється, що коріниться в змістовній направленості їх діяльності та провідних ідеях. З огляду на це, важливим постає питання класифікації неформальних молодіжних угруповань, що здійснюється на основі критеріїв змістовної та соціальної спрямованості.

Враховуючи актуальні тенденції суспільного життя, найбільш узагальненою є наступна класифікація, де виділяються:

– романтико-ескапістські субкультури («хіппі», «емо», «байкери»), основною ідеєю яких є втрата смислу життя та центрування особистості на власних переживаннях;

– гедоністично-розважальні («мажори», «репери»), які центровані на відпочинок та підпорядковуються гедоністичній мотивації;

– кримінальні («гопники»), активність яких характеризується вираженням антисоціального спрямування;

– анархо-нігілістичні («панки», «сатаністи»), основною метою яких є протидія встановленим у суспільстві моральним нормам та усталеним звичаям.

**Чинники вибору неформальних угруповань як референтного оточення.** Важливим аспектом розгляду діяльності молоді у неформальних об'єднаннях є визначення соціально-психологічних причин, що спонукають молоду особистість вступити до складу такої групи, обрати її як різновид референтної групи.

Однією з головних причин вступу молоді до неформальної групи є прагнення до самореалізації. Життєдіяльність підлітка та юнака багато в чому залежить від потреби у належності до певної спільності чи групи. Тому належність до неформальних угруповань сприймається як можливість самореалізуватися, відокремити себе від інших, отримати емоційну підтримку, проявити свою неповторність та власні особистісні риси.

Прагнення до засвоєння нових соціальних ролей виступає вагомим чинником, який впливає на входження у неформальні групи. Часто молоді люди не задоволені тими можливостями, які мають у формальній групі (наприклад, у шкільному класі), тому прагнуть більшого простору для реалізації своїх життєвих стратегій. Перебуваючи у неформальних утвореннях різної спрямованості, підлітки можуть більш глибоко оцінити свої можливості шляхом виконання різних видів діяльності: чи то реставруванням культурних цінностей, чи то організацією концертів рок-музики, чи то вболіванням за спортивну команду, тощо. Найважливіша роль, яку вони прагнуть засвоїти при вступі у неформальні групи, – це роль дорослого. У юнацькому віці участь у неформальних об'єднаннях більше спрямована на представлення себе і своїх можливостей, ніж на формування самостійності, як у підлітковому.

Часто причиною вступу до неформальних об'єднань є конфлікти та психологічне дистанціювання із членами сім'ї. Через емоційність та перебільшене прагнення до самостійності, підлітки не завжди можуть скоординувати свої дії з батьками, вважаючи що вони вже повністю самостійні, зневажаючи думку дорослих. Між батьками і підлітками часто можуть виникати непорозуміння, які роблять перебування вдома і спілкування з батьками для них некомфортним. Це може призвести до втечі з дому, попадання у так звані «погані компанії», антисоціальні неформальні угруповання.

Конфліктність у шкільному класі також має вагу при обранні підлітком неформальної групи, як місця для спілкування та саморозвитку. Некомфортне соціальне положення у класі – одна з головних причин виходу учня з класного колективу. Часті конфлікти у класі (через дівчину чи хлопця, фізичні вади, різноспрямованість інтересів, прояв авторитарності з боку однокласників, тощо) призводять до того, що підліток намагається уникати перебування у такій групі, оскільки це сильно ображає його особистість, яка ще не достатньо сформована в соціально-психологічному плані, хоча і прагне до самостійності, визнання і поваги.

Протиставлення себе нормам формальної групи також зумовлює вступ до неформальних угруповань. Підкорення груповим нормам, що властиво формальній групі – шкільному класу, часто викликає незадоволення у молодих людей, сприймається як обмеження їх прагнення до самовизначення. Вони можуть вважати це придушенням їх самостійності і часто відмовляються виконувати групові правила, встановлені адміністрацією школи, чи навіть намагаються вийти зі складу формальної групи. Натомість у неформальній групі правила встановлюються самими членами, у цій групі більше свободи для самостійної діяльності підлітка.

Отже, проаналізовані соціально-психологічні чинники вступу підлітків і юнаків до неформальних угруповань дозволяють говорити, що вони охоплюють різні сфери їх стосунків (сім'ю, однолітків, учителів) і по-різному впливають на

їх поведінку. Окрім цього, вступ до таких об'єднань у більшості випадків зумовлений особливостями підліткового та юнацького віку (афіліативними тенденціями, страхами перед неприйняттям однолітками, бажанням встановлювати глибокі міжособистісні стосунки та труднощі у соціальній взаємодії, прагнення отримати самостійність, бути визнаним дорослою особистістю, пошук напрямків життєвої самореалізації, компенсування неуспіхів у професійному самовизначенні тощо). Важливу роль відіграють також різні соціальні впливи з боку оточуючого середовища, які значною мірою детермінують поведінку молодого особистості, як суб'єкта, який прагне відповідати його вимогам і в той же час намагається віднайти себе.

Пануючі цінності та ідеологія неформального угруповання, до якого належить молода особистість впливає на психологічний склад її особистості; активність у субкультурі сприяє формуванню чи занепаду певних особистісних рис.

**Вплив референтної комунікації на формування цінностей.** Важливим є питання формування цінностей підлітків та юнаків під час активної їх діяльності у неформальних угрупованнях. Розвиток ціннісної сфери молоді визначається їх досвідом, набутим у міжособистісній взаємодії.

Формування ціннісної сфери молодого особистості відбувається шляхом засвоєння представлених у соціальному макросередовищі ціннісних ідеалів, які заломлюються через відповідні уявлення референтної для підлітка або юнака малої групи (у тому числі і неформальних молодіжних об'єднань), в яку той включений як учасник сумісної діяльності.

Становлення ціннісної сфери в підлітковому та юнацькому віці відображає наявність вираженої кризи осмисленості життя, яку можна визначити наступним чином.

**Смисложиттєва криза** – різновид життєвої кризи, яка породжується об'єктивно існуючими протиріччями у пошуку та практичній реалізації людиною смислу життя.

Конструювання поглядів стосовно власного «Я» підлітками та юнаками реалізується у системі соціальних відносин, а референтна взаємодія відіграє при цьому центральну роль. Саме

референтна взаємодія знаходиться в центрі аналізу процесу створення внутрішнього світу особистістю.

У період підліткової та юнацької смисложиттєвої кризи молоді особистості гостро переживають з приводу непродуктивності своєї життєдіяльності, що виражається у їх смислових конструктах, орієнтованих на втрату сенсу життя (наприклад, «життя для мене нічого не значить, адже я втратив друзів», «я дорослий, а батьки не дають мені змогу обирати своїх друзів. Хіба можна так жити?»).

Уявлення молодих людей про себе під час підліткової кризи характеризуються протирічністю і непослідовністю, що ускладнює процес розуміння логіки внутрішніх переживань і вчинків. Переживаючи кризу, підліток зневірюється у своїх силах (це виражається у фразах «я нічого неспроможний зробити», «я ніколи не зможу знайти справжніх друзів»), відчуває слабкість у вирішенні життєвих проблем.

Саме в межах здійснення референтної комунікації молода людина вчиться по-різному проявляти себе, вчиться новому досвіду і намагається його апробувати у вигляді різних моделей поведінки. Це веде, в свою чергу, до проживання смисложиттєвої кризи і гармонійного особистісного розвитку.

Отже, референтна комунікація відображає вектор активності особистості, її спрямованість на певне коло осіб і бажання із ними взаємодіяти, сприйняття цього кола осіб як значущих для неї.

За допомогою цих методик ти можеш визначити які саме поведінкові характеристики, важливі для референтного спілкування, тобі притаманні.

### **Методика Q-сортування тенденцій поведінки у групі (В. Стефансона)**

Дана методика була розроблена В. Стефансоном і опублікована у 1953 році. Вона призначена для дослідження уявлення індивіда про власне «Я» (самовідношення, самооцінювання та самоповаги) та про оточуючих людей. Процес

дослідження полягає у тому, що досліджуваному пропонується бланк, який містить твердження чи перелік психологічних характеристик особистості. Досліджуваному необхідно розподілити їх по групах від «найбільш характерних» до «найменш характерних» для нього.

Методика дозволяє визначити шість основних тенденцій поведінки людини у реальній групі: залежність, незалежність, схильність до спілкування, уникання спілкування, прийняття боротьби та уникнення боротьби.

Тенденція до залежності визначена автором як внутрішнє прагнення індивіда до прийняття групових стандартів і цінностей. Тенденція на спілкування свідчить про контактність, прагнення встановлювати емоційні зв'язки як у своїй групі, так і за її межами. Тенденція на прийняття боротьби свідчить про активне прагнення особистості приймати участь у груповому житті, досягти більш високого статусу у системі міжособистісних взаємовідносин; на противагу цій тенденції, уникнення боротьби, навпаки, демонструє прагнення уникати взаємодії, зберігати нейтралітет у групових суперечках і конфліктах, схильність до компромісних рішень. Кожна з цих тенденцій має, на думку автора методики, внутрішню і зовнішню характеристику, тобто залежність, схильність до спілкування і «боротьба» можуть бути істинними, внутрішньо притаманними особистості, а можуть бути і зовнішніми – своєрідною «маскою», яка приховує істинне обличчя людини.

Якщо кількість позитивних відповідей у кожній пов'язаній парі (залежність – незалежність, схильність до спілкування – уникання спілкування, прийняття боротьби – уникання боротьби) наближається до 20, то можна говорити про істинну перевагу тієї чи іншої тенденції, яка притаманна індивіду і проявляється ним не лише у певній групі, але і за її межами.

Дослідження проводиться наступним чином. Досліджуваному надається картка з твердженням і пропонується відповісти «так», якщо воно відповідає його уявленню про себе як члена конкретної групи, або ж «ні», якщо воно суперечить

його уявленню, і лише у виключних випадках дозволяється обирати відповідь «сумніваюсь». За відповідями досліджуваного підраховуються тенденції по кожній з пов'язаних пар. При цьому заперечення однієї якості є, по суті, визнанням полярної якості; кількість відповідей «так» складається з кількістю відповідей «ні» протилежних тенденцій.

У результаті можна отримати сумарне кількісне визначення кожної поведінкової тенденції. Передбачається, що відповідь «так» має позитивний знак, а відповідь «ні» – негативний. Тричотири відповіді «сумніваюсь» по окремих тенденціях розцінюються як ознака нерішучості, ухиляння, астенічності; проте в деяких випадках це може свідчити про певну вибірковість у поведінці, тактичну гнучкість, стеничність. Ці якості можна верифікувати, аналізуючи їх у сукупності з іншими особистісними особливостями.

За результатами обробки даних можлива і нульова оцінка, коли суми відповідей «так» і «ні» співпадають. Вона може інтерпретуватись як ознака внутрішнього конфлікту особистості, яка знаходиться у владі протилежно спрямованих тенденцій, що мають однакову вираженість.

### **Бланк методики**

*Інструкція:* Вашій увазі пропонується 60 тверджень, що стосуються поведінки людини групі. Прочитайте послідовно кожне з них і відповідайте «так», якщо воно відповідає вашому уявленню про себе, або «ні», якщо не відповідає йому. У виняткових випадках дозволяється відповісти «сумніваюся». Відповіді зафіксуйте в реєстраційному бланку.

1. Я критичний до товаришів.
2. У мене виникає тривога, коли в групі починається конфлікт.
3. Я схильний додержуватися порад лідера.
4. Я не схильний створювати занадто близькі відносини з товаришами.
5. Мені подобається дружність у групі.
6. Я схильний суперечити лідерові.

7. Відчуваю симпатію до одного-двох певних товаришів.
8. Уникаю зустрічей і зборів у групі.
9. Мені подобається похвала лідера.
10. Я незалежний у судженнях і манері поведінки
11. Я готовий встати на будь-яку сторону в спорі
12. Я схильний керувати товаришами
13. Радію спілкуванню з одним-двома друзями.
14. З появою ворожості з боку членів групи я зовні спокійний
15. Я схильний підтримувати настрій усієї групи
16. Не надаю значення особистим якостям членів групи.
17. Я схильний відволікати групу від її цілей.
18. Відчуваю задоволення, протиставляючи себе лідерові
19. Прагнув би зблизитися з деякими членами групи.
20. Волю залишатися нейтральним у спорі.
21. Мені подобається, коли лідер активний і добре керує.
22. Волю холоднокрівно обговорювати розбіжності.
23. Я недостатньо стриманий у вираженні почуттів.
24. Прагну згуртувати навколо себе однодумців.
25. Незадоволений занадто формальним (діловим) відношенням.
26. Коли мене обвинувачують, я гублюся й мовчу.
27. Волю погоджуватися з основними напрямками в групі.
28. Я прив'язаний до групи в цілому більше, ніж до певних товаришів.
29. Я схильний затягувати й загострювати спір.
30. Прагну бути в центрі уваги.
31. Я прагнув би бути членом більш вузької групи.
32. Я схильний до компромісів.
33. Відчуваю внутрішнє занепокоєння, коли лідер чинить всупереч моїм очікуванням.
34. Болісно ставлюся до зауважень друзів.
35. Можу бути підступним і вкрадливим.
36. Я схильний прийняти на себе керівництво в групі.
37. Я відвертий у групі.
38. У мене виникає нервово занепокоєння під час групової розбіжності.

39. Віддаю перевагу, щоб лідер брав на себе відповідальність при плануванні робіт.

40. Я не схильний відповідати на прояви дружелюбності.

41. Я схильний гніватися на товаришів.

42. Я намагаюся вести інших проти лідера.

43. Легко знаходжу знайомства за межами групи.

44. Намагаюся уникати бути утягненим у спір.

45. Легко погоджуюся із пропозиціями інших членів групи.

46. Чиню опір утворенню угруповань у групі.

47. Коли роздратований, я глузливий і іронічний.

48. У мене виникає ворожість до тих, хто намагається виділитися.

49. Віддаю перевагу меншій, але більш інтимній групі.

50. Намагаюся не показувати свої дійсні почуття.

51. Стаю на сторону лідера в групових розбіжностях.

52. Я ініціативний у встановленні контактів у спілкуванні.

53. Уникаю критикувати товаришів.

54. Волію звертатися до лідера частіше, чим до інших.

55. Мені не подобається, що відносини в групі занадто фамільярні.

56. Люблю затівати спори.

57. Прагну утримати своє високе положення в групі.

58. Я схильний втручатися в контакти знайомих і порушувати їх.

59. Я схильний до перепалок, задиристий.

60. Я схильний виражати невдоволення лідером.

*Ключ до методики:*

Залежність: 3, 9, 15, 21, 27, 33, 39, 45, 51, 54.

Незалежність: 6, 12, 18, 24, 30, 36, 42, 48, 57, 60.

Прийняття до спілкування: 5, 7, 13, 19, 25, 31, 37, 43, 49, 52.

Уникнення спілкування: 4, 10, 16, 22, 28, 34, 40, 46, 55, 58.

Прийняття боротьби: 1, 11, 17, 23, 29, 35, 41, 47, 56, 59.

Уникнення боротьби: 2, 8, 14, 20, 26, 32, 38, 44, 50, 53.

## Методика «Опитувальник афіліації»

Опитувальник оцінює дві мотиваційні тенденції особистості: її прагнення до людей і переживання страху бути неприйнятним. Процедура дослідження полягає у тому, що досліджуваному пропонується бланк опитувальника, за допомогою якого можна діагностувати вказані тенденції. При цьому досліджуваного просять виявити ступінь власної згоди з твердженнями опитувальника і виразити його за допомогою шкали: +3 – «повністю згоден»; +2 – «згоден»; +1 – «скоріше згоден», ніж «не згоден»; 0 – ні «так», ні «ні»; -1 – скоріше «не згоден», ніж «згоден»; -2 – «не згоден»; -3 – «повністю не згоден».

Отримані дані обробляються за ключем методики. За результатами, для кожного досліджуваного визначається рівень розвитку мотиву прагнення до людей та рівень розвитку мотиву страху бути неприйнятним. При цьому використовується така підсумкова шкала:

- від **32** до **80** балів – низький рівень розвитку мотиву;
- від **81** до **176** балів – середній рівень розвитку мотиву;
- від **177** до **224** балів – високий рівень розвитку мотиву.

На основі обробки результатів можна визначити 3 рівні розвитку кожного з мотивів: низький, середній і високий. При аналізі результатів враховуються можливі поєднання двох мотивів і відповідні інтерпретації.

1. Поєднання високого рівня розвитку мотиву прагнення до людей і високого рівня розвитку мотиву страху бути неприйнятним. Індивід з таким поєднанням мотивів характеризується вираженим внутрішнім конфліктом між бажанням бути з людьми і уникненням, яке виникає кожен раз, коли йому доводиться зустрічатися з незнайомими людьми.

2. Високий рівень мотиву прагнення до людей і низький рівень мотиву страху бути неприйнятним. Така людина активно шукає контакти і спілкування з людьми, переживаючи при цьому позитивні емоції.

3. Високий рівень розвитку мотиву страху бути неприйнятним і низький рівень прояву мотиву прагнення до людей. Така людина активно уникає контактів з людьми, виявляє схильність до усамітнення.

4. Низький рівень розвитку обох мотивів. Така людина не має яскраво вираженого прагнення контактувати з оточуючими і не відчуває острахів відносно самотності.

Застосування запропонованої методики дає можливість виявити переважні мотиваційні основи міжособистісної взаємодії підлітків як важливого механізму їх комунікативної поведінки, провести аналіз особливостей їх мотиваційної сфери.

### **Текст опитувальника за шкалою «ПРАГНЕННЯ ДО ЛЮДЕЙ»**

1. Я легко сходжуся з людьми.
2. Коли я засмучений, то віддаю перевагу швидше бути на людях, ніж залишатися один.
3. Якби мені довелося вибирати, то я волів би, щоб мене вважали здібним і кмітливим, а не доброзичливим і товариським.
4. Я потребую близьких друзів менше, ніж більшість людей.
5. Я кажу людям про свої переживання скоріше часто й охоче, ніж роблю це рідко і лише в особливих випадках.
6. Від хорошого фільму я отримую більше задоволення, ніж від великої компанії.
7. Мені подобається заводити якомога більше друзів.
8. Я скоріше волів би провести свій відпочинок далеко від людей, ніж на жвавому курорті.
9. Я думаю, що більшість людей славу і шану цінують понад дружби.
10. Я волів би самотійну роботу колективною.
11. Зайва відвертість з друзями може зашкодити
12. Коли я зустрічаю на вулиці знайомого, я швидше замагаюся перекинутися з ним хоча б парою слів, ніж пройти, просто привітавшись.
13. Незалежність і свободу від уподобань я віддаю перевагу міцним дружнім зв'язкам.

14. Я відвіую компані і вечірки, тому що це хороший спосіб завести друзів.

15. Якщо мені потрібно прийняти важливе рішення, то я швидше пораджуся з друзями, ніж стану обмірковувати його один.

16. Я не довіряю занадто відкритого прояву дружніх почуттів.

17. У мене багато близьких друзів.

18. Коли я перебуваю з незнайомими людьми, мені зовсім не важливо, подобаюся я їм чи ні.

19. Індивідуальні ігри та розваги я віддаю перевагу груповим.

20. Відкриті емоційні люди приваблюють мене більше, ніж серйозні, зосереджені.

21. Я швидше прочитаю цікаву книгу або сходжу в кіно, ніж проведу час на вечірці.

22. Подорожуючи, я більше люблю спілкуватися з людьми, ніж просто насолоджуватися видами або одному відвідувати визначні пам'ятки.

23. Мені легше вирішити важку проблему, коли я обмірковую її один, ніж коли обговорюю її з іншими.

24. Я вважаю, що у важких життєвих ситуаціях потрібно розраховувати тільки на свої сили, ніж сподіватися на допомогу друзів.

25. Навіть у колективі мені важко повністю відволіктися від турбот і термінових справ.

26. Опинившись в новому місці, я швидко здобуваю широке коло знайомих.

27. Вечір, проведений за улюбленим заняттям, приваблює мене більше, ніж жвава вечірка.

28. Я уникаю занадто близьких відносин з людьми, щоб не втратити особисту свободу.

29. Коли у мене поганий настрій, я намагаюся не показувати своїх почуттів, ніж намагаюся з ким-небудь поділитися.

30. Я люблю бути в суспільстві і завжди радий провести час у веселій компанії.

**Текст опитувальника за шкалою  
«СТРАХ БУТИ НЕПРИЙНЯТИМ»**

1. Я соромлюся іти в малознайому спільноту.
2. Якщо вечірка мені не подобається, я все одно не йду першим.
3. Мене б дуже зачепило, якби мій близький друг став би суперечити мені при сторонніх людях.
4. Я намагаюся менше спілкуватися з людьми критичного складу.
5. Зазвичай я легко спілкуюся з незнайомими людьми.
6. Я не відмовлюся піти в гості з-за того, що там будуть люди, які мене не люблять.
7. Коли два моїх друга сперечаються, я вважаю за краще не втручатися в їх суперечку, навіть якщо з кимсь з них не згоден.
8. Якщо я попрошу когось піти зі мною, а він мені відмовить, то я не наважуся попросити його знову.
9. Я обережний у висловлюванні своєї думки, поки добре не впізнаю людини.
10. Якщо під час розмови я чогось не зрозумів, то краще я це пропущу, ніж перерву говорити і попрошу повторити.
11. Я відкрито критикую людей і очікую від них того ж.
12. Мені важко говорити людям «ні».
13. Я все ж можу отримати задоволення від вечірки, навіть якщо бачу, що одягнений не по случаю.
14. Я болісно сприймаю критику на свою адресу.
15. Якщо я не подобаюся комусь, то намагаюся уникати цієї людини.
16. Я не соромлюся звертатися до людей за допомогою.
17. Я рідко суперечу людям через побоювання їх зачепити.
18. Мені часто здається, що незнайомі люди дивляться на мене критично.
19. Всякий раз, коли я йду в незнайоме товариство, я вважаю за краще брати з собою друга.
20. Я часто говорю те, що думаю, навіть якщо це неприємно співрозмовнику.
21. Я легко освоююся в новому колективі.

22. Часом я впевнений, що нікому не потрібен.
23. Я довго переживаю, якщо стороння людина невіжливо висловився на мою адресу.
24. Я ніколи не відчуваю себе самотнім у компанії.
25. Мене дуже легко зачепити, навіть якщо це непомітно з боку.
26. Після зустрічі з новою людиною мене зазвичай мало хвилює, чи правильно я поведився.
27. Коли я повинен за чим – або звернутися до офіційної особи, я майже завжди чекаю, що мені відмовлять.
28. Коли потрібно попросити продавця показати вподобану мені річ, я відчуваю себе невпевнено.
29. Якщо я незадоволений тим, як поводить ся мій знайомий, я зазвичай прямо вказую йому на це.
30. Якщо в транспорті я сиджу, мені здається, що люди дивляться на мене з докором.
31. Опинившись в незнайомій компанії, я швидше за активно включаюся в бесіду, ніж залишаюся осторонь.
32. Я соромлюся просити, щоб повернули мою книгу або яку – то іншу річ, зайняту у мене на час.

*Ключ до методики:*

Ключ до шкали «**Прагнення до людей**»: +1, +2, -3, -4, +5, -6, +7, -8, -9, -10, -11, +12, -13, +14, +15, -16, +17, -18, -19, +20, -21, +22, -23, -24, -25, +26, -27, -28, -29, +30.

Ключ до шкали «**Страх бути неприйнятним**»: +1, +2, +3, +4, -5, -6, +7, +8, +9, +10, -11, +12, -13, +14, +15, -16, +17, +18, +19, -20, -21, +22, +23, -24, +25, -26, +27, +28, -29, +30, -31, +32.

Пунктам опитувальника, які помічені значком «+», приписуються бали у відповідності до наступної шкали перекладу.

<b>Значення</b>	-3	-2	-1	0	+1	+2	+3
<b>Бали</b>	1	2	3	4	5	6	7

Пунктам опитувальника, які помічені значком «←», приписуються бали у відповідності до іншої шкали перекладу.

<b>Значення</b>	-3	-2	-1	0	+1	+2	+3
<b>Бали</b>	7	6	5	4	3	2	1

### Методика діагностики перешкод у встановленні емоційних контактів В. Бойка

Використання методики діагностики перешкод у встановленні емоційних контактів В. Бойка дозволяє визначити особливості впливу емоцій на процес міжособистісних контактів людей.

Під час дослідження підліток повинен відповісти на 25 запитань, які містить опитувальник. Обробка результатів полягає в сумуванні результатів самооцінювання підлітків за ключем. Після цього підраховується сума балів, що отримані по кожному типу перешкод, яка може мати числове вираження в межах від 0 до 25. При обробці результатів приймається до уваги те, що чим більше балів має досліджуваний за результатами методики, тим більше емоційних проблем він має у повсякденному спілкуванні.

У процесі якісної обробки результатів дослідження використовують запропоновану автором методики шкалу оцінювання рівня прояву емоційних перешкод у спілкуванні: **0-2 бали** – нещирість та небажання подивитися на себе збоку; **3-5 балів** – емоції не заважають спілкуватися з партнерами; **6-8 балів** – незначні емоційні проблеми у повсякденному спілкуванні; **9-12 балів** – повсякденні емоції деякою мірою ускладнюють взаємодію з партнерами; **13 та більше балів** – емоції заважають встановлювати контакти з людьми. Ця шкала застосовується при оцінюванні загального рівня емоційних перешкод у спілкуванні.

Дані, одержані за допомогою цієї методики можуть бути конкретизовані шляхом визначення рівня проблемності емоційних проявів за конкретними показниками. Передбачається,

що досліджуваний має проблеми емоційного характеру конкретного типу, якщо по відповідній шкалі він набирає більше 3 балів. Серед можливих перешкод емоційного характеру автор виділяє: невміння керувати емоціями, неадекватний вияв емоцій; негнучкість, нерозвинутість, невиразність емоцій; домінування негативних емоцій; небажання зближатися з людьми на емоційній основі.

Отже, використання методики дозволяє виявити не лише рівень негативного впливу емоцій на повсякденне спілкування, а і отримати інформацію про змістовний характер емоційних проблем.

### **Бланк методики**

*Інструкція.* Вам пропонується відповісти на ряд запитань. На кожне з поставлених запитань відповідайте «так» або «ні».

1. Зазвичай після закінчення занять на моєму обличчі помітна втома.

2. Буває так, що під час першого знайомства емоції заважають мені справити враження на партнера (я хвилююся та мовчу або збуджуюсь, багато балакаю та поведжусь якимось штучно).

3. У спілкуванні мені не вистачає емоційності, виразності.

4. Мабуть, я здаюся оточуючим дуже суворим.

5. Я проти того, щоб бути ввічливим, якщо мені не хочеться.

6. Я вмію приховувати від партнерів сплески емоцій.

7. Часто у спілкуванні з однолітками я міркую про щось своє.

8. Буває так, що я бажаю виявити партнерові емоційну підтримку (уважність, співчуття), але він цього не відчуває, не сприймає.

9. Найчастіше на моєму обличчі або в очах видно стурбованість.

10. У діловому спілкуванні я намагаюся приховати свої симпатії до партнерів.

11. Усі неприємні переживання зазвичай написані на моєму обличчі.

12. Якщо я захоплююсь розмовою, то міміка стає надто виразною, експресивною.

13. Мабуть, я трохи емоційно скутий.

14. Я часто перебуваю у стані емоційного напруження.

15. Зазвичай я відчуваю дискомфорт, коли треба потиснути руку партнерові по спілкуванню.

16. Іноді близькі люди звертають мою увагу на моє обличчя (напруженість м'язів, скривлення усмішки тощо).

17. Я надмірно жестикулюю під час розмов.

18. У новій ситуації мені важко бути природнім, спонтанним.

19. Моє обличчя часто виражає сум або стурбованість, хоча на душі спокійно.

20. Мені важко дивитися в очі малознайомій людині.

21. Якщо я хочу, то можу приховати свою неприязнь до поганої людини.

22. Мені часто буває весело без причин.

23. Мені легко за бажанням виражати різні емоції на обличчі: сум, радість, хвилювання, відчай тощо.

24. Мені говорили, що мій погляд важко витримати.

25. Мені щось заважає виражати теплоту, симпатію людині, навіть коли я дійсно це відчуваю до неї.

*Ключ до методики:*

<b>«Перешкоди» у встановленні контактів</b>	<b>Номери запитань і відповіді за ключем</b>
Невміння керувати емоціями, дозувати їх	+1, -6, +11, +16, -21
Неадекватний вияв емоцій	-2, +7, +12, +17, +22
Негнучкість, нерозвинутість, невиразність емоцій	+3, +8, +13, +18, -23
Домінування негативних емоцій	+4, +9, +14, +19, +24
Небажання зближуватись на емоційній основі	+5, +10, +15, +20, +25