

SKOLOTĀJU KOMUNIKATĪVĀS KOMPETENCES VEICINĀŠANA MEDIĀCIJAS MĀCĪBĀS DZĪVES KVALITĀTES KONTEKSTĀ

Promoting of Teachers' Communicative Competence in Mediation Studies within the Life Quality Context

Lolita Terēze Nicmane

Latvia University of Life Sciences and Technologies, Latvia

Regīna Baltušīte

Latvia University of Life Sciences and Technologies, Latvia

Irēna Katane

Latvia University of Life Sciences and Technologies, Latvia

Abstract. *Living in a society, people cannot avoid communicating with others. Communication accompanies us in all spheres of life. Consequently, it is important to develop our communicative competence over a lifetime. Teacher is one of the professions where communicative competence determines the efficiency of activity. Communicative competence can be developed in various ways. Mediation was introduced in the justice system at the end of the 20th century as a method of dispute solving with the participation of a mediator. In recent years, mediation knowledge and skills are also gradually taking a rightful place in the field of education. Experience acquired during the mediation studies is valuable for the promotion of the communicative competence: knowledge and skills on conflict solving, dialogue maintenance, active listening etc., which helps in creating of positive psychological environment in any organisation (including schools). Consequently, teachers must be able to solve conflict situations, and, which is equally important, to pass on their experience to their colleagues, students and their parents. The aim of the research: based on the results of theoretical researches, to make a survey aimed at finding out the opinion of teachers concerning the importance of the communicative competence in the life quality improvement. 97 % of respondents believe that there is a link between the communicative competence and the quality of life.*

Keywords: *communicative competence, mediation, teacher communicative competence, quality of life.*

Ievads

Introduction

Dzīvojot sabiedrībā, cilvēks nevar iztikt bez saskarsmes ar citiem cilvēkiem. Saskarsme pavada visas cilvēka dzīves jomas. Tāpēc ir svarīgi dzīves laikā attīstīt

komunikatīvo kompetenci. Vairākos dokumentos, ziņojumos un rakstos ir izceltas 21.gadsimta prasmes globalizētā pasaulē: kreativitāte un jaunrade; kritiskā domāšana un problēmu risināšana; komunikācija, sadarbība, datorprasmes; tehnoloģiju izmantošana; karjeras/dzīves prasmes; personiskā/sociālā atbildība (Framework for 21st Century Learning, 2019; McKeeman & Oviedo, 2013). Neskatoties uz to, ka komunikācijas prasmes ir izceltas kā būtiskas 21.gadsimtā, tomēr arī pārējas prasmes nevar apgūt un attīstīt bez komunikācijas. Viena no jomām, kurā ir nozīmīga komunikatīvā kompetence, ir profesionālā darbība. Mūsdienu situācija izvirza prasību pēc tādiem rādītājiem, kuri iepriekš bija nozīmīgi, bet netika izcelti kā būtiskas personības kvalitātes. Tie ir: uzskatu plašums, zinātņu integrācija, jebkuras problēmas apjēgšana kopveselumā. Darba tirgū ir pieprasījums pēc speciālistiem, kuri ir spējīgi risināt problēmas savā darbības jomā un izprast problēmas faktoru daudzveidību (Novikov, 2012). Tas attiecināms arī uz skolotāja profesiju, kuram komunikatīvā kompetence ir jāattīsta mūža garumā. Kā viens no risinājumiem ir komunikatīvās kompetences veicināšana mediācijas mācībās.

21.gadsimta sākumā ASV mediācijas pētnieks L. Bīkmans (Beekman, 2016) definēja mediāciju kā *neformālu, konfidenciālu procesu, kurā konfliktā iesaistītās personas ar īpaši apmācītas neitrālas personas palīdzību mēģina atrast abpusēji pieņemamu risinājumu savām domstarpībām*.

Tomēr mūsdienās mediācijas loma tiek uzsvērta daudzu problēmu risināšanā, t.sk. arī izglītības vidē. Skolotāji savā profesionālajā darbībā sadarbojas ar kolēģiem, skolēniem, viņu vecākiem un dažādu institūciju pārstāvjiem, tāpēc skolotājam ir svarīgi arī pašam prast risināt problēmsituācijas, palīdzēt to darīt vecākiem un skolēniem (Grafskiy, 2017; Horoshevskaya, 2019), jo tas ne tikai uzlabo savstarpējo saskarsmi, bet arī dzīves kvalitāti. Pēdējo gadu pētījumi dzīves kvalitātes jomā liecina, ka tie ir starpdisciplināri (Leontyev, 2011; Rubanova, 2014). Dzīves kvalitātes jautājumi tiek pētīti gan pedagoģijā, gan psiholoģijā.

Pētījuma mērķis: balstoties uz teorētisko pētījumu rezultātiem, veikt aptauju, lai noskaidrotu skolotāju viedokļus par komunikatīvās kompetences nozīmi dzīves kvalitātes uzlabošanā.

Komunikatīvās kompetences loma dzīves kvalitātē mūsdienu sabiedrībā un skolotāju profesijā: literatūras apskats

The role of the communicative competence in the life quality of modern society and in the profession of a teacher: review of literature

Lai sasniegtu izvirzīto mērķi, sākumā tika veikts teorētiskais pētījums. Šim nolūkam tika izvēlētas sekojošas teorētisko pētījumu metodes:

- 1) pedagoģijas un psiholoģijas teorētisko atziņu analīze par izvēlēto pētījuma tematu;

2) dažāda līmeņa normatīvo dokumentu analīze.

Jautājums par cilvēka labklājību tika skatīts vēl Antīkajā pasaulē. Aristotelis bija viens no pirmajiem, kurš nedefinēja labklājības jēdzienu.

Dzīves kvalitātes jēdziena izpratnē laika gaitā ir notikušas izmaiņas kopš zinātnieki pievērsās tā izpētei un definēšanai 20.gadsimta 60.gados (Almakayeva, 2018; Rubanova, 2014). Minēsim dažus no tiem:

- dzīves kvalitāte ir vairāk subjektīvs un mazāk materiāls jēdziens nekā dzīves līmenis (Fontinelle, 2019);
- dzīves kvalitāte ir iedzīvotāju apmierinātība ar savu dzīvi no dažādu vajadzību un interešu skatupunkta (Vorobyev, 2016);
- dzīves kvalitāte ir labklājības subjektīvs vērtējums, kas balstās uz labklājības subjektīvu vērtējumu, kas veidojas uz atšķirību pamata starp esošo un vēlamo dzīves stāvokli; indivīdu dzīves stāvokļa uztvere kultūras un vērtību sistēmas kontekstā, kurā viņi dzīvo atbilstoši saviem mērķiem, gaidām, standartiem un rūpēm (Kachestvo zhizni i ego povedencheskije sostavlyajushshije, b.g.);
- dzīves kvalitāte ir sarežģīts starpdisciplinārs jēdziens, kas apvieno cilvēka dzīves būtisko īpatnību teorētiskās un empīriskās izpētes mēģinājumus no labvēlīguma skatupunkta (Subjektivnije indikatori i psihologicheskiye prediktori kachestva zhizni , 2019);
- dzīves kvalitāte ir saistīta ar spēju adaptēties mainīgajos apstākļos (Svence, 2013);
- dzīves kvalitāte ir cilvēka fiziskās, psiholoģiskās un sociālās funkcionēšanas integrālais raksturojums, kas balstās uz viņa subjektīvo uztveri (Rubanova, 2014);
- dzīves kvalitāte ir apmierinātība ar veselību, komfortu, labām savstarpējām attiecībām u.c. (Longman dictionary of contemporary English, 2001).

Tātad dzīves kvalitāte ir starpdisciplinārs jēdziens, kas ir saistīts ar indivīda vajadzību un interešu apmierināšanu un ietver sevī objektīvos un subjektīvos kritērijus (Almakayeva, 2018). Citi zinātnieki pievieno vēl integrālos (Judina, 2017). Dzīves kvalitātes objektīvie rādītāji ir sekojoši: veselība, izglītība, vides kvalitāte, personīgā drošība, pilsoniskā iesaistīšanās un darba un atpūtas līdzsvars. Savukārt subjektīvie dzīves kvalitātes rādītāji ir apmierinātība ar dzīvi un emocionālais līdzsvars (Kõrreveski, 2011; OECD, 2014). Abas rādītāju grupas jāizmanto kompleksā (Almakayeva, 2018; Judina, 2017). Var piekrist A. Judinas (Judina, 2017) viedoklim, ka dzīves kvalitāte ir objektīvo un subjektīvo raksturojumu kopums. Pie kam indivīdi biežāk piešķir nozīmi nemateriālajiem kritērijiem (Judina, 2017; Leontyev, 2011; Subjektivnije indikatori i psihologicheskiye prediktori kachestva zhizni, 2019; Zarakovskij, 2000). Tas atspoguļojās arī raksta autoru veiktajā pētījumā. A. Zakharova (Zakharova, 2014)

min pie dzīves kvalitātes kritērijiem kulturālo attīstību, veselības uzlabošanu, ekoloģisko un citu dzīves apstākļu uzlabošanu, partnerattiecību veidošanos starp dažādiem sabiedrības slāņiem. Arī mediācijas pieredze un prakse ir virzīta uz indivīda labklājības veicināšanu.

Latvijas sociālo zinātņu pārstāvji pievērsās mediācijas izpētei un definēšanai 20.gadsimta 90.gadu beigās. Mediācijas jēdziena izpratne Latvijas pētnieku vidū ir relatīvi vienota. J. Bolis (Bolis, 2011) definē mediāciju kā ārpustiesas procesu, kur kāda profesionāli izglītota neitrāla persona, kas nav iesaistīta strīdā, palīdz pusēm pašām rast strīda risinājumu. Latvijā praktizējošs vācu speciālists A. Trossens (Trossen, Hofmans, & Rotfišere, 2007) raksturo mediāciju kā konfliktu risināšanas procesu, kurā konfliktā iesaistītās puses ar mediatora atbalstu pašas rod konflikta atrisinājumu un līdz ar to visas procesā iesaistītās puses ir uzvarētājas.

2014.gada 18.jūnijā spēkā stājās Mediācijas likums (Mediācijas likums, 2014), kurā mediācija tiek definēta kā brīvprātīgs sadarbības process, kurā puses cenšas panākt savstarpēji pieņemamu vienošanos savu domstarpību atrisināšanai ar mediatora starpniecību. Tomēr mediatori ne tikai piedalās strīdu risināšanā, bet arī dažādu profesiju pārstāvju mācīšanā. Viena no tādām mērķgrupām ir skolotāji. Mediācijas mācībās pilnveidojas skolotāju komunikatīvā kompetence, t.sk. konfliktoloģiskā kompetence, kas ir komunikatīvās kompetences sastāvdaļa (Horoshevskaya, 2019).

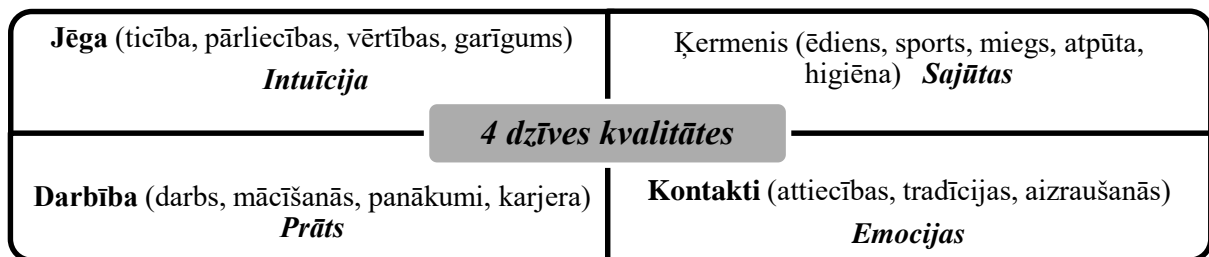
Cilvēkam ir daudzšķautnainas attiecības ar pasauli. Psihosomatikas virziena pārstāve N. Vitorskaja (Vitorskaya, 2006) cilvēka attiecības ar to atspoguļo sekojoši (1. tab.).

1. tabula. *Cilvēku mijiedarbība ar pasauli* (Vitorskaya, 2006)
Table 1 *People's relationships with the world* (Vitorskaya, 2006)

Nº	Līmenis	Raksturojums
1.	7	<i>Konceptuālās attiecības</i> (pasaules uzskats, dzīves jēga, integrācija, attīstības un radošuma bezgalība, apvienošanās perspektīva)
2.	6	<i>Cilvēka hierarhiskās attiecības ar pasauli, dabu, sabiedrību</i> (sociālais statuss, sabiedriskie kontakti, vērtību sistēma, universālu likumu zināšana un pielietošana)
3.	5	<i>Kolektīvi pārveidojošās attiecības</i> (vadība kā spēja veidot noturīgas attiecības, balstoties uz individualizāciju)
4.	4	<i>Starppersonu attiecības</i> (tolerance, autoritāte, sociālā atzinība, pilnveidošanās)
5.	3	<i>Izziņas aktivitāte</i> (darbību plānošana, bāzes vajadzību vadība)
6.	2	<i>Emocionālā attieksme pret sevi un pasauli</i> (vēlme apmierināt vajadzības)
7.	1	<i>Dzīves telpa</i> (ēdiens, sadzīve, materiālie faktori, dzīves elementu esamība un lietošana)

Var redzēt, ka nevienā no līmeņiem cilvēks nevar iztikt bez komunikācijas. Arī N. Pezeškians (*Peseshkian*), balstoties uz saviem pētījumiem (20 dažādās kultūrās visos 5 kontinentos), nonāca pie secinājuma, ka uz laimi ved četri ceļi:

- 1) Sajūtu ceļš (ķermenis);
- 2) Intuīcijas ceļš (jēga);
- 3) Tradīciju ceļš (kontakti);
- 4) Prāta ceļš (darbība) (Sostavljushchije schastja. Balansnaya model – 4 kachestva zhizni, b.g.) (1. att).



1. attēls. N. Pezeškiana kristāls – 4 dzīves kvalitātes

Figure 1 N.Peseshkian's crystal – 4 life areas

(Sostavljushchije schastja. Balansnaya model – 4 kachestva zhizni, b.g.)

Līdzsvara modeļa galvenās atziņas ir sekojošas. Cilvēkam ir 4 pasaules izziņas kanāli. Dzīves aktivitāte ir harmoniska un pastāv enerģijas (emocionālais) līdzsvars, kad visām jomām tiek piešķirta apmērām vienāda uzmanība (**Jēga** – nākotnes plāni, sapņi, mērķi, ticība, vērtības, principi, dzīves jēga. **Ķermenis** – fiziska veselība un fiziska aktivitāte, sajūtas un pašsajūta, āriene. **Kontakti** - tuvas emocionālās attiecības, ģimene, draugi, radi, saskarsme. **Darbība** – profesionālie un biznesa panākumi, mācības, zinātne, panākumi, karjera). Harmoniskai, aktīvai un laimīgai dzīvei jāsadala savu dzīves aktivitāti (enerģiju) vienmērīgi starp 4 jomām. Lai uzturētu šo līdzsvaru cilvēkam ir nepieciešama komunikatīvā kompetence. Jāprot veidot dialogu ne tikai ar apkārtējiem cilvēkiem, bet arī ar sevi. Tātad komunikatīvo kompetenci var nosaukt par personības kodola kompetenci.

Viena no jomām, kurā cilvēks īsteno sevi, ir profesionālā darbība. Saistībā ar profesionālo darbību izdala tās divus aspektus - darbu un jaunradīšanas darbību. Laika gaitā tie tika lietoti kā sinonīmi, bet tiem ir pretējā nozīme. Darbs un jaunradīšanas darbība papildina viens otru, jo psiholoģiski nav līdzvērtīgi. Iekšējā būtība (darbība) dominē par ārējo pusi (darbu) un ir pārāka par to. Darba rezultāti nerodina cilvēka mēģinājumus iziet no izveidojušās situācijas. Savukārt darbības mērķis ir tāda stāvokļa sasniegšana, kas pārveido cilvēku, veicina visu viņa iespēju attīstību (Problemi konsultirovanija po voprosam upravlenija personalom, 2014). Tātad, veicina cilvēka potenciāla realizāciju. Personības

potenciāls, kas īstenojas darbībā, sastāv no sekojošiem komponentiem (Problemi konsultirovanija po voprosam upravlenija personalom, 2014):

- a) **motivācijas** (ietver motīvus saistītus ar karjeras plānošanu un profesionālo darbību (vispārējās un radošās aktivitātes, sociālā lietderīguma motīvs);
- b) **vērtību** (vērtību orientācijas, kas orientē speciālistus uz karjeras veidošanu (profesionālās, sociālās);
- c) **personības** – personības raksturojumi, kas ir orientēti uz profesionālajiem panākumiem un karjeras veidošanu (adekvāts pašvērtējums, pašpieņemšana, konkurētspēja);
- d) **sociālais** - iemaņas, kas veicina karjeras veidošanu (sociālā kreativitāte, virzība uz mērķu sasniegšanu);
- e) **gribas** – augsts paškontroles līmenis, koncentrēšanās uz problēmu un rezultāta sasniegšanu;
- f) **emocionālais** – prasme atšķirt citu cilvēku un paša emocijas, emocionālā izglītība;
- g) **intelektuālais** – satur kreativitātes elementus, kas ļauj apskatīt problēmu no dažādiem aspektiem, piedāvājot oriģinālos risināšanas veidus.

Mūsdienu cilvēkam jābūt gatavam darboties dinamiskā darba tirgus apstākļos. Tas izvirza prasību prast strādāt ar informācijas plūsmām, analizēt apkārt notiekošo, būt dinamiskam, vieglam, komunikablam u.c. (Novikov, 2012). Tas attiecas arī uz skolotājiem, jo skolotājs nevar mācīt skolēnus, balstoties tikai uz šodienas prasībām un neieskatoties nākotnē. Minētās pazīmes liecina, ka sabiedrība savā attīstībā ir pārgājusi jaunā līmenī – postindustriālā, zināšanu. Informācijas procesu ietekmē būtiski mainās sabiedrības struktūra un notiek cita tipa sociālo saišu veidošana. Sakarā ar to palielinās komunikatīvās kompetences nozīme. Pēc raksta autoru viedokļa, kompetence ir zināšanu, prasmju un pieredzes integrāls kopums, kas izpaužas atbildīgā patstāvīgā darbībā, respektējot konkrētās vides un situācijas specifiku (Baltušīte, 2013). Kompetence raksturo cilvēka sagatavotību noteiktas darbības veikšanai un ietver sevī kognitīvos (iemaņas, zināšanas) un nekognitīvos (vērtību orientācijas, motīvus u.c.) komponentus un nodrošina darbības veiksmīgumu mainīgajos apstākļos (Zakharova et al., 2015).

Katram cilvēkam jāprot savā darbavietā un sabiedrībā profesionāli izturēties pret apkārtējiem. Viena no svarīgām īpašībām ir pareiza un kulturāla komunikācija. Tas izpaužas personības komunikatīvā kompetencē, kas veidojas mūža garumā. V. Kabrins (no Muravjova, 2012) uzskata, ka komunikācija ir universālais informatīvi enerģētiskais un jēgas – radošuma process. Komunikabilitāti zinātnieks skata kā integrālo personības raksturojumu, kuram ir lielāks dziļums un darbības attālums, nekā pieņemts uzskatīt, jo tajā var iekļauties iepriekšējo paaudžu un dzīvju ģenētiskā pieredze, kurai nevar atrast atslēgu

ierastajos apstākļos. Komunikatīvās kompetences nozīmi skolotāja profesionālajā darbībā ir skatījuši zinātnieki no dažādām valstīm (Bakic-Tomic, Dvorski, & Kirinic, 2015; Hartono, Saleh, Warsono, & Anggani, 2017; Okoli, 2017; Zlatic, Bjekic, Marikovic, & Bojovic, 2014).

Komunikatīvās kompetences jēdzienu ieviesa D. Haimss 1966.gadā pretstatā N. Čomska 1965.gadā lietotajam lingvistiskās kompetences jēdzienam (Bagaric & Mihaljevic-Djigunovic, 2007). Komunikatīvās kompetences jēdzienu papildināja un pētīja L.F. Bahmans, D. Haimss, M. Kenels, A.S. Palmers, M. Sveins, H.G. Viddovsons (Bagaric & Mihaljevic - Djigunovic, 2007; Fang, 2010), J. Habermas (Habermas, 1981), J.A. Jemeljanova, L.A. Petrovskaja, I.N. Zotova u.c. (Zakharova et al., 2015).

T.V. Zakharova (Zakharova et al., 2015) ar kolēģiem, apkopojot vairāku autoru atziņas, komunikatīvo kompetenci raksturo sekojoši:

- a) personības spēja veidot sociālos kontaktus, regulēt mijiedarbības atkārtotojās situācijas, starppersonu attiecībās sasniegt komunikatīvos mērķus;
- b) starppersonu pieredze, kuras pamatu veido socializācijas un individualizācijas procesi;
- c) komunikācijas spēja, spēja mijiedarboties ar citiem savā audzinātības, attīstības līmenī, uz humānistisko personības īpašību pamata, ievērojot sarunas biedra komunikatīvās iespējas;
- d) īpašības veicinošas saskarsmes procesa veiksmīgumu (īpašības tiek pielīdzinātas komunikatīvām spējām);
- e) komunikatīvo darbību sistēma, ko pamato zināšanas par saskarsmi un nodrošina brīvu orientēšanos un darbošanos kognitīvajā telpā.

S. Ušča un V. Ļubkina (Ušča & Ļubkina, 2013) komunikatīvo kompetenci skata kā sistēmu, izceļot lingvistisko, psiholoģisko un metodoloģisko aspektus. Tās pamata raksturojums ir indivīda pieredze izmantot lingvistiskās, sociolingvistiskās, diskursa un stratēģiskās zināšanas un prasmes daudzveidīgās komunikācijas situācijās.

Vairāki autori komunikatīvās kompetences struktūrā izcel gramatikas (lingvistisko) kompetenci, diskursa kompetenci, sociolingvistisko kompetenci un stratēģisko kompetenci (Bagaric & Mihaljevic-Djigunovic, 2007; Ušča & Ļubkina, 2013). D. Bjekiča un L. Zlatiča (Bjekić & Zlatić, 2006), balstoties uz K. Reardonu, izdala komunikatīvās kompetences struktūrā kognitīvo un uzvedības dimensijas. Kognitīvā dimensija ietver informācijas izpratni un tās kognitīvo apstrādi. Uzvedības dimensija norāda uz dažādām saziņas izpausmēm komunikatīvā kompetencē. Savukārt G. Volkera (Walker, 2007) izdala trīs komunikatīvās kompetences dimensijas:

- a) pielāgošanās;
- b) piemērotība;

- c) efektivitāte. G. Volkera (Walker, 2007) minētās dimensijas sasaistās ar mūsdienu neparasto situāciju, kurā atrodas dažādu profesiju pārstāvji, jo pārmaiņas notiek visās jomās – ekonomikā, politikā, izglītībā, medicīnā u.c., kurā komunikācija ir viens no ceļa rādītājiem. Notika izmaiņas komunikatīvās kompetences saturā, sabiedrībai pārejot no industriālā tipa uz postindustriālo.

Čankova J.V. (Chankova, 2016) min sekojošus pārmaiņas komunikatīvā kompetencē ietekmējošos faktoros:

- a) informācijas tehnoloģiju attīstība pazemina sociālo institūtu lomu sabiedrības atražošanas procesos un veicina nelineāro tīkla struktūru rašanos lineāro vietā (nelineārās (rizomās) tīkla struktūras veido postindustriālās informācijas sabiedrības uzbūvi un citādāk organizē sociālos kontaktus);
- b) mezglu tīkla struktūrā sistemveidojošais faktors ir darbības subjekts – tīkla personība, kura, veidojot sociālās attiecības, izveido sociālās sistēmas tīkla lauku;
- c) informācijas tehnoloģiju lomas palielināšana sabiedrības funkcionēšanā izmaina stratifikācijas pazīmes sabiedrības sociālā struktūrā (sociālo statusu nomaina kompetences faktors – horizontālie sociālie kontakti);
- d) pāreja no masu lomas industriālā sabiedrībā uz postindustriālās sabiedrības personalizāciju (nenoteiktības situācijās elastīgi situatīvie lēmumi tiek pieņemti personības līmenī);
- e) komunikācija ir noteicošais faktors visos sociālos procesos. Nosauktie faktori nosaka izmaiņas komunikatīvā kompetencē un izvirza noteiktu prasību komunikatīvās kompetences veicināšanai, kas būs atbilstoša ne tikai šodienas, bet arī nākotnes situācijām.

Jebkuru skolu varam raksturot, lielākoties, kā atvērtu sistēmu, kura ir saistīta ar ne tikai ar savu vidi, bet arī ar tām vidēm, no kurām skolā ienāk skolēni. Tas rada dažādas problēmas savstarpējā saskarsmē, t.sk. konfliktsituācijas, ko nosaka novērtēšana, socializācija un izvēle; laiks, ko skolēni pavada skolā (Will & Ramdohr, 2015). Mediācijas mācībās skolotāju iegūtā pieredze veicinās vardarbības mazināšanu, skolēnu komunikācijas prasmju un spēju apguvi, kas savukārt palīdzēs veidot labvēlīgāku ne tikai konkrētās skolas vidi, bet arī pasauli, kurā mēs dzīvojam. Tas nosaka komunikatīvās kompetences nozīmi mūsdienu mainīgajā pasaulē.

Metodoloģija *Methodology*

Skolotājiem komunikatīvā kompetence tiek uzskatīta par pamatkompetenci profesionālā darbībā, tāpēc noskaidrojām, kā skolotāji izprot saskarsmes aspektus. Respondentiem tika piedāvāta anketa, ar kuras palīdzību noskaidrojām respondentu zināšanas par to, kas ir mediācija, komunikatīvā kompetence, dzīves kvalitāte un vai pastāv komunikatīvās kompetences saikne ar dzīves kvalitāti. Pēc mācībām anketa tika papildināta ar jautājumu, kur skolotāji varēs izmantot iegūtās zināšanas.

Tika veikts pedagoģiskais eksperiments, kura laikā tika aprobēta skolotāju profesionālās pilnveides izglītības programma. Mediācijas mācību programma tika izstrādāta 32 stundu apjomā un ietvēra sekojošus tematus: saskarsmes verbālie un neverbālie līdzekļi, nevardarbīgas saskarsmes pazīmes, konflikta situācijas raksturojumi un atpazīšana, mediācijas procesa struktūra.

Pirms un pēc profesionālās pilnveides programmas mediācijas jomā aprobācijas tika veikta aptauja ar autoru veidoto anketu. Programmas aprobācijā piedalījās 35 skolotāji profesionālās pilnveides kursu dalībnieki. Anketu aizpildīja 35 respondenti (Vidzemes un Latgales reģionu skolotāji). Pētījuma laiks - no 2018.gada oktobra līdz 2019.gada martam.

Pētījuma metodes:

- 1) datu ieguvei tika izmantota anketēšana un iegūto anketu kontentanalīze;
- 2) datu apstrādē tika izmantots Vilkoksona tests un hī kvadrātā kritērija tests secinošās statistikas ieguvei.

Skolotāju viedoklis par komunikatīvās kompetences saikni ar dzīves kvalitāti: pedagoģiskā eksperimenta rezultāti

Opinion of teachers regarding the link between the communicative competence and life quality: the results of the pedagogical experiment

Atbildot uz jautājumu, kas, pēc respondentu domām, ir mediācija, visbiežāk tika minētas atbildes, ka tas ir sarunu vadīšanas process (43%), konfliktu risināšana mierīgā ceļā (26%), rezultatīva konfliktu risināšana (20%), izmantojot starpnieka dalību (11%). Pēc novadītām nodarbībām respondenti raksturoja mediāciju kā strukturētu sarunu konflikta risināšanai mierīgā ceļā (34%); piedaloties trešajai personai – starpniekam (28%) (2. tab.).

2. tabula. *Atbildes uz jautājumu: Kas ir mediācija?* (autoru veidota)
Table 2 *Answers to a question: What is mediation?* (created by authors)

N	Vērtēšanas kritēriji	Pētījuma rezultāti (pozitīvo atbilžu biežums un īpatsvara rādītāji)		Diferences
		Pirms	Pēc	
1.	Sarunu vadīšanas process/ Strukturēta saruna	15 (43%)	12 (34%)	- 3 (9%)
2.	Konfliktu risināšana mierīgā ceļā	9 (26%)	12 (34%)	+ 3 (9%)
3.	Rezultatīva konfliktu risināšana	7(20%)	9 (26%)	+ 2 (6%)
4.	Starpnieka esamība	4 (11%)	10 (28%)	+ 6 (17%)

Tālāk izvērtējam respondentu atbildes par to, kas raksturo komunikatīvo kompetenci (3.tab.).

3.tabula. *Komunikatīvās kompetences raksturojumi pirms un pēc mācībām* (autoru veidota)
Table 3 *Characteristics of the communicative competence before and after studies*
(created by authors)

N	Vērtēšanas kritēriji	Pētījuma rezultāti (pozitīvo atbilžu biežums un īpatsvara rādītāji)		Diferences
		Pirms	Pēc	
1.	Aktīvā klausīšanās	18 (51%)	28 (80%)	+10 (39%)
2.	Skaidra savu domu izteikšana	15 (43%)	19 (54%)	+4 (11%)
3.	Ieinteresētība sarunā	15 (43%)	11(31%)	-4 (12%)
4.	Sadarbība	13 (37%)	15(43%)	+2 (6%)
5.	Pozitīva attieksme	12 (34%)	16 (46%)	+4 (12%)
6.	Dialoga veidošana	11 (31%)	13(37%)	+2 (6%)
7.	Jautājumu uzdošana	10 (28%)	11 (31%)	+1 (3%)
8.	Sarunu partnera izpratne	8 (23%)	13 (37%)	+5 (14%)
9.	Empātija	8 (23%)	24 (68%)	+16 (45%)
10.	Savu emociju vadīšana	7 (20%)	15 (43%)	+8 (23%)
11.	Konstruktīva konfliktu risināšana	7(20%)	13 (37%)	+6 (17%)
12.	Neverbālo komunikācijas līdzekļu izmantošana	4 (11%)	15 (43%)	+11 (32%)
13.	Cieņa	4 (11%)	12 (34%)	+8 (23%)
14.	Elastīga domāšana	4 (11%)	11 (31%)	+7 (20%)

Nākamajā datu apstrādes posmā iegūtie dati tika apstrādāti ar Vilkoksona (*Wilcoxon*) testu, kas deva iespēju izvērtēt secinošās statistikas rezultātus atbildot uz jautājumu, cik statistiski būtiskas ir izmaiņas respondentu atbildēs par komunikatīvo kompetenci pirms un pēc programmas aprobācijas (4. tab.).

4. tabula. **T kritiskie rādītāji (n=35)** (autoru veidota)
 Table 4 **T-critical values** (created by authors)

n	T _{kr.}	
	35	0.01
	173	213

Dati iegūti, izmantojot tiešsaistē Vilkoksona t-kritērija aprēķināšanu (Avtomaticeskij raschet T-kriterija Vilkoksona, 2007). Iegūtais $T_{emp.}=62 < \alpha=0,01(173)$. Tādējādi, var noraidīt nulles hipotēzi un pieņemt H_1 hipotēzi, ka komunikatīvās kompetences rādītāju skaitā atbilstoši saturam pirms un pēc mācībām pastāv nozīmīgas atšķirības.

Turpinot darbu, respondentiem vajadzēja uzrakstīt 10 dzīves kvalitātes raksturojumus. Šo uzdevumu viņi veica arī pirms un pēc mācībām. Tabulā apkopoti biežāk minētie rādītāji, kas saistās ar dzīves kvalitāti (5. tab.)

5. tabula. **Dzīves kvalitātes raksturojumi pirms un pēc mācībām** (autoru veidota)
 Table 5 **Characteristics of the life quality before and after studies** (created by authors)

N	Vērtēšanas kritēriji	Pētījuma rezultāti (pozitīvo atbilžu biežums un īpatsvara rādītāji)		Diferences
		Pirms	Pēc	
1.	Sakārtota dzīves vide	18 (51%)	14 (40%)	-4 (11%)
2.	Veselība	17 (48%)	26 (74%)	+9 (26%)
3.	Atbalsts	16 (46%)	14 (40%)	-2 (6%)
4.	Psiholoģiskā un materiālā stabilitāte	15 (43%)	14 (40%)	-1 (3%)
5.	Drošība	14 (40%)	13 (37%)	-1 (3%)
6.	Ģimene	13 (37%)	14 (40%)	+1 (3%)
7.	Darbs	12 (34%)	15 (43%)	+3 (9%)
8.	Hobiji, brīvais laiks	10 (28%)	14 (40%)	+4 (12%)
9.	Attiecības	9 (26%)	23 (66%)	+14 (40%)
10.	Miers	7 (20%)	7 (20%)	0 (0%)
11.	Līdzsvars starp darbu un atpūtu	6 (17%)	7 (20%)	+1 (3%)
12.	Izglītība	6 (17%)	3 (9%)	-3 (8%)
13.	Mīlestība	5 (14%)	12 (34%)	+7 (20%)
14.	Pašrealizācija	5(14%)	16(46%)	+11(32%)

Respondenti kā svarīgus dzīves kvalitātes rādītājus nosauca sakārtotu dzīves vidi (51%; 40%), veselību (48%; 74%), atbalstu (46%; 40%), psiholoģisko un materiālo stabilitāti (43%; 40%), drošību (40%; 37%), ģimeni (37%; 40%), hobiju un brīvā laika esamības un pavadīšanas iespējas (28%; 40%). Katrs piektais respondents nosauca mieru kā dzīves kvalitātes raksturojumu. Apkopojot datus,

pievērsām uzmanību tam, ka ļoti maz tika nosaukta izglītība (9%) kā dzīves kvalitātes rādītājs. Var izvirzīt pieņēmumu, ka skolotājiem visiem ir augstākā izglītība un papildus maģistra grādi un vairākas kvalifikācijas, tāpēc šīs dzīves kvalitātes raksturojums viņu dzīvē ir īstenots.

Šo pieņēmumu apliecina to pedagoģijas un psiholoģijas pētnieku atziņas, ka dzīves kvalitātes raksturojumi konkrētam indivīdam ir saistīti ar vajadzību apmierināšanu (Judina, 2017). Viennozīmīgi būtisks cilvēka dzīves kvalitātes raksturojums ir veselība (74%). Tā kā skolotāji ir tie, kuri pastāvīgi mācās, tad pašrealizācija un pašizaugsme (14%; 46%) viņu dzīvē arī ir nozīmīgas.

Respondentiem tika jautāts, vai pastāv saikne starp komunikatīvo kompetenci un dzīves kvalitāti (6.tab.). Pēc datiem tabulā var redzēt, ka lielākā respondentu daļa (97%) pirms un pēc mācībām saskata saikni starp dzīves kvalitāti un komunikatīvo kompetenci.

6. tabula. Respondentu viedoklis par komunikatīvās kompetences saikni ar dzīves kvalitāti (autoru veidota)

Table 6 Opinion of respondents regarding the link between the communicative competence and life quality (created by authors)

Atbildes	Jā	Vairāk jā, nekā nē	Vairāk nē, nekā jā	Nē
Aptaujas Pirms mācībām	17	17	1	0
	34(97%)		1 (3%)	
Pēc mācībām	22	12	1	0
	34 (97%)		1 (3%)	

Runājot par to, kā komunikatīvā kompetence ietekmē dzīves kvalitāti, skolotāji uzsvēra gan uzlabojumus saskarsmē darbā, ģimenē un citās jomās, kas savukārt rada mazāku stresu un palīdz atrisināt daudzas problēmsituācijas, kas rodas dzīvē. Labs komunikatīvās kompetences līmenis veicina pašcieņu, pašrealizāciju, sadarbību, palīdz labāk saprast apkārtējos cilvēkus un kolēģus.

Pēdējais anketas jautājums bija par to, kā skolotāji varētu izmantot mediācijas mācībās iegūtās zināšanas un prasmes. Respondenti atbildēja, ka tās varētu pielietot: a) iemācīt skolēniem (31: 88%); b) konfliktu risināšanā (30: 85%) c) sadarbībā ar skolēniem un viņu vecākiem (25: 71%); d) kopumā savstarpējo attiecību uzlabošanā un vardarbības mazināšanā (18: 51%); e) saskarsmes problēmu risināšanā darba vietā (15: 43%); f) demonstrēt kā paraugu ikdienas situācijās (15: 43%); g) skolotājs var uzņemties mediatora lomu konfliktsituācijā (10: 28%).

Lai noskaidrotu izmaiņas respondentu viedokļos eksperimenta laikā, tika aprēķināts χ^2 – kvadrāta kritērijs (Preacher, 2001).

Kaut arī aprakstošās statistikas rezultāti liecina, ka pēc mediācijas mācībām palielinājās respondentu skaits, kuri viennozīmīgi uzskata, ka pastāv saikne starp komunikatīvo kompetenci un dzīves kvalitāti (22: 63%), tomēr iegūtie secinošās statistikas rezultāti: $p\text{-vērtība} = 0.681 > \alpha = 0,05$ liek secināt, ka nav statistiski būtisku izmaiņu starp respondentu atbildēm pirms un pēc eksperimenta, jo pastāv mērena sakritība (Gutjahr, 1974) starp respondentu viedokļiem par komunikatīvās kompetences un dzīves kvalitātes saikni pirms un pēc mācībām.

Tātad izstrādātās un eksperimentāli apbētas pedagogu profesionālās pilnveides izglītības programmas rezultātā skolotājiem tika veicināta gan komunikatīvā kompetence, gan izpratne par tās saikni ar dzīves kvalitātes uzlabošanu.

Secinājumi **Conclusions**

Komunikatīvā kompetence ir lingvistiski, psiholoģiski un metodiski organizēta sistēma, ko raksturo subjekta pieredze izmantot lingvistiskās, sociolingvistiskās, diskursa un stratēģiskās zināšanas un prasmes daudzveidīgās komunikācijas situācijās. Komunikatīvās kompetences struktūrā ietilpst lingvistiskā, diskursa, sociolingvistiskā un stratēģiskā kompetences. Rietumu autori pieturās pie šāda skatījuma uz komunikatīvo kompetenci, savukārt krievu zinātnieku pētījumos vairāk likts uzsvars uz komunikatīvām zināšanām, prasmēm un spējām, izceļot komunikatīvās kompetences psiholoģisko komponenti. Izvērtējot zinātnieku atziņas, komunikatīvo kompetenci var definēt kā integrālo veidojumu, kas ietver zināšanas, prasmes, spējas un pieredzi īstenot saskarsmes procesu komunikācijas, sociālās percepcijas un interakcijas līmeņos.

Sabiedrības pāreja no industriālās sabiedrības uz postmoderno sabiedrību (informācijas tehnoloģiju lomas palielināšana, akcentu pārvietošana no statusa uz kompetenci un no masas uz personību) ietekmēja komunikatīvās kompetences saturu, kad iepriekšējās shēmas ne vienmēr dod vēlamu rezultātu. Robežu paplašināšanās ļauj komunikatīvo kompetenci skatīt starpkultūru kontekstā.

Komunikatīvai kompetencei ir svarīga loma skolotāju profesionālā kompetencē, tāpēc šīs profesijas pārstāvjiem pastāvīgi tā jāpilnveido, jo skolotājs ir tas, kas piedalās saskarsmes procesā ar skolēniem, viņu vecākiem. Mediācijas prasmes pilnveido skolotāja komunikatīvo kompetenci, kas savukārt mazina vardarbību skolas vidē, dod iespēju skolēniem apgūt jaunas zināšanas un prasmes konstruktīvas saskarsmes veicināšanai, ko apliecināja arī pētījuma rezultāti. Vilkoksona t-kritērijs uzrādīja būtiskas izmaiņas respondentu atbildēs par komunikatīvās kompetences raksturojumu skaitu un to atbilstību būtībai pēc mediācijas mācībām (iegūtais $T_{emp.} = 62 < \alpha = 0,01(173)$).

Pēdējo gadu normatīvie dokumenti izceļ tādu cilvēka dzīves rādītāju kā labklājība. Visu zinātņu (t.sk. pedagogijas un psiholoģijas) sasniegumiem ir jābūt vēršiem uz cilvēka labklājības vai dzīves kvalitātes veicināšanu.

Kā būtiskus dzīves kvalitātes raksturojumus respondenti minēja fizisko un garīgo veselību (74%), attiecības (66%), pašrealizācija (46%), darbs (43%), ģimene (40%), sakārtotā dzīves vide (40%), psiholoģiskā un materiālā stabilitāte (40%) u.c. Respondentu nosauktajos raksturojumos mijas objektīvie un subjektīvie raksturojumi.

Komunikatīvā kompetence ir saistīta ar dzīves kvalitāti. Tā uzskata 97% respondentu. Pēc respondentu domām, komunikatīvās kompetences pilnveidošana ietekmē cilvēku savstarpējas attiecības, paaugstina apmierinātību ar dzīvi, pašcieņu, mazina stresu. Var secināt, ka mediācijas mācības veicina gan skolotāju komunikatīvo kompetenci, gan dzīves kvalitāti.

Summary

Living in a society, people cannot avoid communicating with others. Communication accompanies us in all spheres of life. Consequently, it is important to develop our communicative competence both during studies and within a lifetime. A wide range of documents, reports and articles point out the skills topical for the 21st-century globalized world: creativity and innovation; critical thinking and problem-solving; communication; collaboration; information literacy; technology usage; career/life skills; personal/social responsibility. Despite the fact that communication as such is marked out as a separate essential skill of the 21st century, all the other skills cannot be acquired and developed without the communication. Consequently, it can be qualified as a key skill in the structure of personality. Professional activity is one of the areas where the communicative competence is of high importance.

Correct cultural communication is one of the most important features. It is reflected in personal communicative competence, which is forming throughout the lifetime. As it follows from V. Kabrin, communication is a multi-purpose process featuring a combination of information and energy, meaning and creativity. For a scientist, communication skills are the integral characteristic feature of a personality, which effect goes deeper and wider than it is commonly believed, as it can include a genetic experience of previous generations and lives, which cannot be revealed in usual conditions.

Chankova J.V. mentions the factors influencing changes in communicative competence:

- a) development of information technologies reduces the role of social institutions in the processes of social reproduction and determines the replacement of linear network structures by the non-linear ones (non-linear (rhizome) network structures form the post-industrial information society and result in different kind of arrangement of social contacts;
- b) in a knotted network structure, the system-defining factor is a subject of activity – a personality of the network, who creates a field of the social system network when forming social relations;
- c) the increase of the role of information technologies in the activity of the society changes the stratification features in a social structure of the society (the social status is replaced by the competency factor – horizontal social contacts);

- d) transition from the role of the masses in the industrial society to the personalization of the post-industrial society (flexible situational decisions in the situations of uncertainty are taken on the personality level);
- e) communication is the defining factor in all social processes. The above factors define the changes in communicative competence and set up certain requirements for the promotion of communicative competence, which will be appropriate not only for current, but also for future situations.

Communicative competence is a linguistically, psychologically and methodologically organised system characterised by the experience of a person in using linguistic, discourse and strategic knowledge and skills in various communicative situations. The structure of communicative competence includes the linguistic, discourse, sociolinguistic and strategic competences. This is the opinion expressed about communicative competence by Western authors, while Russian scientists lay greater emphasis on the communicative knowledge, skills and abilities, underlying a psychological component of communicative competence. Evaluating the insights made by various scientists, competence can be defined as an integral formation, which includes knowledge, skills, abilities and experience in carrying out the communication process on a level of communication, social perception and interaction.

The transition from the industrial to post-modern society (the increase of the role of information technologies, shifting of focus from status to competence and from masses to personality) affected the content of communicative competence, and the existed schemes not always ensure the desired result now. The expansion of borders allow for considering communicative competence within a multicultural context.

Communicative competence plays an important role in the professional competence of teachers, therefore, the representatives of this profession have to constantly improve their communicative competence, as a teacher is the one who participates in the process of communication with students and their parents. The mediation skills improve a teacher's communicative competence, which in its turn minimizes violence in school environment, allows students to acquire new knowledge and skills, contributing to constructive communication, which is also approved by the research results. The Wilcoxon signed-rank test demonstrated substantial changes in the answers given by respondents about the number of communicative competence features and the correspondence to their essence after the mediation studies (acquired $T_{emp.}=62 < \alpha=0,01(173)$).

In recent years, regulatory documents point out such a factor of our life as welfare. All the scientific achievements (incl. pedagogical and psychological) must be aimed at the promotion of social welfare or life quality.

Among the substantial life quality features, the respondents mentioned physical and spiritual health (74%), relationships (66%), self-fulfilment (46%), work (43%), family (40%), arranged life environment (40%), psychological and financial stability (40%) etc. The answers given by the respondents included both objective and subjective ratings.

Communicative competence is linked with life quality. This is the opinion of 97 % of respondents. As it follows from the respondents, the improvement of the communicative competence influences mutual relations of people, promotes life satisfaction, self-respect, reduces stress. It can be concluded that the mediation studies promote both the communicative competence of teachers and the life quality.

Literatūra References

- Almakajeva, A. (2018). *Kak issledujut kachestvo zhizni?* Retrieved from <https://postnauka.ru/faq/86535>
- Avtomaticeskij raschet T - kriterija Vilkoksona.* (2007). Retrieved from <https://www.psychol-ok.ru/statistics/wilcoxon/>
- Bagarić, V., & Mihaljević-Djigunović, J. (2007). Defining communicative competence. *Metodika*, 8(1), 94-103. Retrieved from <https://hrcak.srce.hr/file/42651>
- Bakic-Tomic, L., Dvorski, J., & Kirinic, A. (2015). Elements of teacher communication competence: An examination of skills and knowledge to communicate. *International Journal of Research in Education and Science (IJRES)*, 1(2), 157-166.
- Baltušīte, R. (2013). *Pedagoģijas studentu gatavība profesionālai darbībai skolas vidē.* Promocijas darbs. Jelgava: LLU.
- Beekman, L. (2016). *Mediation Plus Options To Resolve the "Real" Problems Underlying Disputes.* Retrieved from <http://files.eric.ed.gov/fulltext/ED451644.pdf>
- Bjekic, D., & Zlatić, L. (2006). *Effects of professional activities on the teachers' communication competences development.* 31 annual atee Association of Teacher Education in Europe conference. Retrieved from <http://www.pef.uni-lj.si/atee/978-961-6637-06-0/163-172.pdf>
- Bolis, J. (2011). *Mediācija: pielietojums Amerikas Savienotajās Valstīs un perspektīvas Latvijā.* Rīga: Latvijas Zinātņu Akadēmijas vēstis.
- Chankova, E.V. (2016). *Kommunikativnaja kompetentnost lichnosti v postindustrialnom obshhestve (teoretiko-metodologicheskoe issledovanie): monografija.* Moskva: Izdatelstvo RGSU.
- Judina, N.A. (2017). Psihologicheskie podhody k izucheniju subyektivnogo kachestva zhizni. *Psihologija*, 104 -110. Retrieved from <https://elibrary.ru/item.asp?id=29458641>
- Fang, F. (2010). A Discussion on Developing Students' Communicative Competence in College English Teaching in China. *Journal of Language Teaching and Research*, 1(2), 111-116. doi:10.4304/jltr.1.2.111-116
- Habermas, J. (1981). *Theorie des kommunikativen Handelns.* Band. 1. Handlungsrationaliät und gesellschaftliche Rationalisierung. Frankfurt am Main: Suhrkampf.
- Hartono, H., Saleh, M., Warsono, W., & Anggani, D. (2017). *Towards Teachers' Communicative Competence Enhancement: A Study on School Preparation for Bilingual Programs.* DOI: 10.24167/celt.v17i1.1135
- Horoshevskaya, I.V. (2019). Formirovanie mediativnoy kompetentnosti budushhih pedagogov kak psihologo-pedagogicheskaya problema. *Izvestija VGPU, Pedagogicheskije nauki*, 113-118.
- Fontinelle, A. (2019). *Standard of Living vs. Quality of Life: What's the Difference?* Retrieved from <https://www.investopedia.com/articles/financial-theory/08/standard-of-living-quality-of-life.asp>
- Framework for 21st Century Learning.* (2019). Retrieved from <http://www.battelleforkids.org/networks/p21/frameworks-resources>
- Grafskiy, V.P. (2017). Shkolnaja mediacija kak inovacionnij socialnij projekt obshhestva konstruktivnih vzaimodeistvij. *Mediacija: teorija, praktika, perspektivi razvitija. Sbornik tezisov nauchno-prakticheskoy konferencii*, 65-67. Moskva: FGBU "FIM".
- Gutjahr, W. (1974). *Die Messung psychischer Eigenschaften.* Berlin: VEB.

- Kachestvo zhizni i ego povedencheskie sostavljajushhie.* (b.g.). Retrieved from <https://www.dgr.ru/psychology/researches/42>
- Kõrreveski, K. (2011). Measuring well-being and quality of life using OECD indicators. *Quarterly bulletin of statistics Estonia*, 38-44.
- Leontyev, D.A. (2011). Subjektivnoe blagopoluchie i kachestvo zhizni: podhody, kriterii i indikatory. Retrieved from <https://www.hse.ru/org/projects/47266005>
- Longman dictionary of contemporary English. (2001). 3rd ed..Harlow: Longman.
- McKeeman, L., & Oviedo, B. (2013). *Enhancing Communicative Competence Through Integrating 21st Century Skills and Tools*. Retrieved from <http://citeseerx.ist.psu.edu/viewdoc/download?doi=10.1.1.697.8596&rep=rep1&type=pdf>
- Mediācijas likums.* (2014). Retrieved from <http://likumi.lv/doc.php?id=266615>
- Muravjova, V.I. (2012). *Psihologija komunikativnoj kompetentnosti: uchebnik*. Tomsk: Tomskij universitet.
- Novikov, A.M. (2012). Professional'noe obrazovanie: ustremlenie v budushhee. *Problemy sovremennogo obrazovanija*, 3, 5-10.
- OECD. (2014). *How's Life in Your Region?: Measuring Regional and Local Well-being for Policy Making*. Paris: OECD Publishing.
- Okoli, A. (2017). Relating Communication Competence to Teaching Effectiveness: Implication for Teacher Education. *Journal of Education and Practice*, 8(3), 150-154. Retrieved from www.iiste.org
- Preacher, K.J. (2001). *Calculation for the chi-square test: An interactive calculation tool for chi-square tests of goodness of fit and independence* [Computer software]. Retrieved from <http://quantpsy.org>
- Problemy konsultirovanija po voprosam upravlenija personalom: monografija* (2014). Pod red. Bjundjugovoj T.V. Taganrog: Izd-l A.N.Stupin.
- Rubanova, J.Y. (2014). Teoreticheskiye aspekty kachestva zhizni v kontekste psihologii zdorovja. *Elektronnoje nauchnoje izdanije „Uchonije zametki TOGU”*, 5(3), 108 – 115. Retrieved from <http://pnu.edu.ru/ru/ejournal/about/ejournal@pnu.edu.ru>
- Sostavljajushhie schastja. Balansnaja model – 4 kachestva zhizni.* (2013). Retrieved from <https://psycabi.net/psikhologiya-samorazvitiya/466-sostavlyayushchie-schastya-balansnaya-model-kristall-n-pezeshkiana>
- Subjektivnije indikatori i psihologicheskiye prediktory kachestva zhizni.* (2019). Retrieved from http://quality-of-life.tsu.ru/?page_id=747
- Svence, G. (2013). Latvijas iedzīvotāju izlases dzīves kvalitātes rādītāju izpēte. RSU zinātniskā konference *Bioloģisko novecošanas procesu faktori un dzīves kvalitāte Latvijas populācijā*. Rīga, 21.-22.marts.
- Trosens, A., Hofmans, R., & Rotfišere, D. (2007). *Mediācija. Mediācijas pamati teorijā un praksē*. Tulkojums no vācu valodas uz latviešu valodu ES Twinning projekta Strīdus izšķiršanas sistēmas un praktizējošu juristu apmācība. Rīga: Tiesu namu aģentūra.
- Ušča, S., & Ļubkina, V. (2013). *Pusaudžu ar valodas traucējumiem komunikatīvās kompetences attīstība*. Rēzekne: Rēzeknes Augstskola.
- Vitorskaya, N. (2006). *Prichiny boleznej i istoki zdorovja*. 5-e izdanie: Obshherossijskaja obshhestvennaja organizacija NAUMP i KP. Moskva: Amrita – Rus'
- Vorobyev, A.A. (2016). Kachestvo zhizni kak pokazatel effektivnosti gosudarstvennogo upravleniya. *Ekonomicheskiye nauki*. Retrieved from <https://research-journal.org/economical/kachestvo-zhizni-kak-pokazatel-effektivnosti-gosudarstvennogo-upravleniya/>

Nicmane et al., 2020. *Skolotāju komunikatīvās kompetences veicināšana mediācijas mācībās dzīves kvalitātes kontekstā*

- Walker, G. (2007). *Communication Competencies and Conflict Management: Skills for Mediators and Facilitators*. Retrieved from <http://oregonstate.edu/instruct/comm440-540/MedCommSkills.html>
- Will, H.D., & Ramdohr, S. (2015). *Ievads mediācijai skolā. Rokasgrāmata*. Rēzekne: Rēzeknes Augstskola.
- Zaharova, A.N. (2014). Mezhdisciplinarnaja problema kachestva zhizni v kontekste sovremennyh nauchnyh issledovanij. *Vestnik psihiatrii i psihologii Chuvashii*, 10, 141.
- Zaharova, T.V., Basalayeva, N.V., Kazakova, T.V., Ignatyeva, N.K., Kirgizova, E.V., & Bahor, T.A. (2015). Kommunikativnaja kompetentnost': ponjatie, harakteristiki . *Sovremennye problemy nauki i obrazovanija*, 4. Retrieved from <http://www.science-education.ru/ru/article/view?id=20413>
- Zarakovskiy, G.M. (2000). *Kriteriji kachestva zhizni kak orijentiry socialno-ekonomicheskogo razvitija obshhestva*. Moskva: VNIITE.
- Zlatic, L., Bjekic, D., Marikovic, S., & Bojovic, M. (2014). *Development of Teacher Communication Competence*. Retrieved from <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S1877042814002821>