

*Е. К. Шумигай*

*И. В. Сильченко, кандидат психологических наук, доцент  
Беларусь, Гомель, УО «ГГУ имени Ф. Скорины»*

## **ВЗАИМОСВЯЗЬ СОЦИАЛЬНОЙ КОМПЕТЕНТНОСТИ И УВЕРЕННОСТИ В СЕБЕ У СТУДЕНТОВ**

В статье представлен теоретический анализ исследований на тему социальной компетентности и уверенности в себе, а так же их взаимосвязь. Рассматривается уверенность в себе и социальная компетентность, их критерии и компоненты. Исследуется связь между социальной компетентностью и уверенности в себе

Уверенность в себе и социальная компетентность являются одними из ключевых факторов, определяющих жизнь современного человека.

В большом психологическом словаре уверенность в себе (англ. self-reliance) определяется как переживание человеком своих возможностей как адекватных тем задачам, которые он ставит перед собой, а также уже стоящими перед ним в данный момент его жизни. Уверенность в себе и в деятельности человека имеет место в тех случаях, когда его самооценка соответствует его реальным возможностям в данном виде деятельности. Если самооценка выше или ниже реальных возможностей, то можно говорить о самоуверенности или неуверенности в себе [1, с. 502].

В основном трактовка уверенности в себе в психологии основана на двух исследовательских направлениях:

- 1) исследование уверенности как состояния, которое понимается как «уверенность индивида в правильности своих суждений»;
- 2) исследование уверенности в себе как личностной характеристики.

Первым, кто серьезно занялся изучением неуверенности в себе и поиском путей её коррекции, лечения или ослабления невротизирующего влияния, был Андре Сальтер. Он выделил 6 характеристик уверенной в себе личности:

- эмоциональность речи, что соответствует открытому, спонтанному и подлинному выражению в речи всех испытываемых им чувств;
- экспрессивность и конгруэнтность поведения и речи;
- прямое и честное выражение собственного мнения;
- использование местоимения «Я» в речи;
- способность без стеснения выслушивать похвалу в свой адрес;
- способность к импровизации, т.е. к спонтанному выражению чувств и потребностей [2].

Социальная компетенция отражает степень конструктивности человека как субъекта социального взаимодействия и занимает особое место в ряду различных видов психологической компетентности, исследуемых в современной психологии [3].

По мнению И.А. Зимней, социальная компетентность является одним из важнейших видов компетентностей, так как представляет собой систему компетентностей, необходимых для успешной адаптации личности к социуму, обеспечивая профессиональный и личный успех [4].

Социальная компетентность – это сложное образование, под которым понимают степень адекватности и эффективности реагирования на проблемные жизненные ситуации, достижение реальных целей и использование подходящих для этого методов; способность участвовать в сложной системе межличностных отношений и успешно понимать других людей.

Социальная компетенция является неотъемлемой чертой личности, которая включает в себя необходимые знания, опыт, навыки, сформированные в процессе социализации и позволяющие человеку адаптироваться в социальной среде, эффективно взаимодействовать с людьми и выполнять различные социальные роли.

В исследовании характера связи социальной компетентности и уверенности в себе приняли участие 70 студентов в возрасте от 17 до 23 лет. Для изучения уровня уверенности в себе использовалась «Шкала уверенности в себе» Райдаса, социальная компетентность измерялась с помощью Опросник «диагностика (самодиагностика) уровня коммуникативной компетентности студентов»

Результаты проведенного эмпирического исследования позволили выделить пять групп испытуемых по общему уровню уверенности в себе (показатели уровня уверенности в себе у студентов представлены на рисунке 1).

Как показано на рисунке, неуверенных в себе студентов не обнаружено, скорее неуверенные, чем уверенные составили 19%, среднее значение уверенности выявлено у 56% испытуемых, уверенных в себе, составили 23% студентов и слишком самоуверенных – 6%.

Большинству испытуемых (56%) характерна средняя степень уверенности в себе, что говорит о том, что они в каких-то вопросах проявляют решительность, но им еще нужно работать над своей самооценкой.

Уверенность в себе характерна для (23%) испытуемых. Такие люди осознают, что обладают необходимыми качествами, чтобы достигать целей. Они принимают на себя ответственность за свои решения, поэтому действуют и не боятся ошибиться. Они умеют выражать мысли и чувства, поэтому легко находят общий язык с окружающими. В общении демонстрируют уважение к себе и другим людям.

Уровень скорее не уверенных, чем уверенных составляет (19%). Для таких людей важно мнение окружающих. Они боятся быть отвергнутыми, поэтому не высказывают вслух своего мнения. Это связано с заниженной самооценкой и неумением выражать мысли и чувства.



Рисунок 1 – Количественные показатели уровня уверенности в себе у студентов, в %

Уровень излишне самоуверенных составляет (6%) испытуемых. Они не испытывают страха, поэтому зачастую ведут себя безрассудно и рискованно. Например, человек недооценивает риск для своего здоровья и уверен, что алкоголь и никотин не навредят ему. Самоуверенные люди пренебрежительно относятся к окружающим и это мешает выстраивать отношения. Нередко излишняя самоуверенность оборачивается неоправданными надеждами.

По результатам изучения уровня коммуникативной компетентности выделено пять групп обследуемых (результаты изучения коммуникативной компетентности у студентов представлены на рисунок 2).

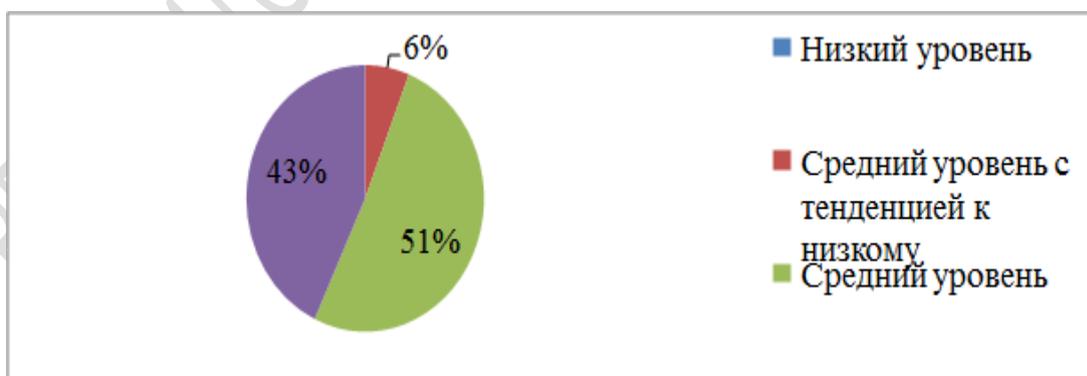


Рисунок 2 – Количественные показатели коммуникативной компетентности у студентов, в %

Большинству испытуемых (51%) характерен средний уровень коммуникативной компетентности. С одной стороны, такие студенты демонстрируют высокую коммуникативную активность, реализуют ценностно-гуманистическую ориентированность в общении, стремятся к установлению отношений сотрудничества и взаимопонимания с другими.

Средний уровень с тенденцией к высокому характерен (43%) испытуемым. Такие студенты характеризуется тем, что они общительны, доброжелательны, стремятся к диалогу и партнерским отношениям, к установлению контакта и взаимопонимания с другими, способны адекватно оценивать собеседника.

Последние (6%) испытуемых составляет средний уровень с тенденцией к низкому. Это может говорить о том, что эти студенты стремятся к благоприятному и эффективному общению, к взаимопониманию с деловыми партнерами, однако показывает отсутствие способностей и умений — это реализовать. Для этой группы студентов характерен целый комплекс коммуникативных проблем.

Для выявления характера связи уверенности в себе и коммуникативной компетентности использован коэффициент корреляции Пирсона. Достоверная связь выявлена между коммуникативной компетентностью и уверенностью в себе ( $r=0.25$ , при  $p \leq 0.05$ ). Это означает, что при повышении

социальной (и/или коммуникативной) компетентности возрастает уверенность в себе, и, наоборот, снижение коммуникативной компетентности снижает уверенность студентов в себе.

Таким образом, развитие социальной компетентности будет способствовать повышению уверенности в себе молодых людей.

#### Список использованных источников и литературы

- 1 Мещерякова, Б. Г. Большой психологический словарь / Б. Г. Мещерякова, В. П. Зинченко. — М. : Педагогика-пресс, 2003. — 672 с.
- 2 Salter, A. Conditioned reflex therapy / A. Salter. — New York, 1949 — 249 с.
- 3 Коблянская, Е. В. Психологические аспекты социальной компетентности дис. ... канд. психол. наук / Е. В. Коблянская. — СПб. : СПбГУ, 1995. — 210 с.
- 4 Зимняя, А. И. Ключевые компетенции — новая парадигма результата образования / А. И. Зимняя // Высшее образование сегодня. — 2003. — № 5. — С. 34–42.

РЕПОЗИТОРИЙ ГГУ ИМЕНИ Ф. СКОРИНЫ