

8. Титаренко Т.М. Життєвий світ особистості: У межах та за межами буденності./ Т.М. Титаренко. – К., 2003.
9. Франкл В. Человек в поисках смысла/ В. Франкл // Сборник: Пер. с англ. и нем./ Общ. ред. Л.Я. Гозмана и Д.А. Леонтьева. М., 1990.
10. Ялом И. Экзистенциальная психотерапия/ И. Ялом – М. – Класс - 1999.
11. Noyes R.Jr. The Experience of Dying / R.Jr. Noyes // Psychiatry, Vol. 35, May 1972.

УДК 316.614.6

**Невідома Я.Г.**

Київського національного університету імені Тараса Шевченка факультет психології, ас.

## **КОМУНІКАТИВНА КОМПЕТЕНТНІСТЬ ЯК ЗАСІБ СОЦІАЛЬНОЇ АДАПТАЦІЇ СТУДЕНТІВ**

*У статті розглянуто питання соціальної адаптації студентів до навчання у ВУЗі. Показано роль комунікативної компетентності у соціальній адаптації студентів в процесі навчання. Проаналізовані можливі шляхи підвищення комунікативної компетентності, зокрема тренінгові програми.*

**Ключові слова:** комунікативна компетентність, соціальна адаптація, розвиток, навчання, тренінгові програми, студенти, юнацький вік.

*В статье рассмотрен вопрос социальной адаптации студентов к обучению в ВУЗе. Показана роль коммуникативной компетентности в социальной адаптации студентов в процессе обучения. Проанализированы возможные пути повышения коммуникативной компетентности, в частности тренинговые программы.*

**Ключевые слова:** коммуникативная компетентность, социальная адаптация, развитие, обучение, тренинговые программы, студенты, юношеский возраст.

*In the article the question of social adaptation of students to university is considered. The role of communicative competence in the social adaptation of students in the process of learning was shown. There are analyzed possible ways to improve the communicative competence, particularly training programs.*

**Keywords:** communicative competence, social adaptation, development, training, students, youth age

**Актуальність.** Основною метою вищої школи є задоволення потреб особистості в отриманні відповідної освіти. Для цього особистість, яка впродовж життя засвоює багатство соціальних ролей, в умовах вищої професійної освіти виконує роль студента. Студент активно пристосовується до вузівської організації учбового і позаучбового процесу, включається в систему міжособистісних стосунків, засвоює вимоги і норми студентського життя, традиції учбового закладу, і таким чином, соціально адаптується до умову ВУЗу. Соціальна адаптація студентів стосується не лише процесу засвоєння юнаками норм студентського життя, але й включає їх в систему міжособистісних стосунків групи.

**Метою** статті є визначення змісту комунікативної компетентності та її ролі у соціальній адаптації студентів; аналіз умов її розвитку засобами тренінгу.

Аналіз філософської та психолого-педагогічної літератури свідчить про те, що вивчення процесу соціальної адаптації і комунікативної компетентності є теоретично і практично значущою проблемою, оскільки вони визначаються як одна з найважливіших умов пристосування до колективу. В наукових

дослідженнях виділяються наступні види адаптації: біофізіологічна, в тому числі психофізіологічна, загальнопсихологічна, професійна чи навчальна і соціальна адаптація, в тому числі соціально-психологічна. Адаптація в психолого-педагогічній літературі розглядається як процес пристосування будови і функцій організму до змін умов існування.

Особистість в малій соціальній групі тісно пов'язана з соціальним середовищем (спочатку новим). Соціальна адаптація розуміється як активна взаємодія особистості із соціальним середовищем, з метою погодження їхніх інтересів (Д. В. Ольшанський, Б. Д. Паригін та ін.). Соціальна адаптація розглядається як процес активного пристосування особистості до нових для неї соціальних умов життєдіяльності, в процесі якої людина виступає об'єктом впливу соціального середовища і активним суб'єктом, який усвідомлює вплив цього середовища.

При адаптації особистості в малій групі, колективі провідну роль грає потреба в самоствердженні в різних формах і видах діяльності. Ця потреба виступає як системна і відносно самостійна, як одна з основних і актуальних.

Визначаючи соціальну адаптацію відносно умов вузівського середовища, можна виділити точку зору А. В. Петровського, згідно з якою соціальна адаптація студентів — це процес засвоєння молодого людиною норм студентського життя, включення в систему міжособистісних стосунків, освоєння статусу студента та його ролей.

Соціальний статус студента вимагає від нього виконання соціальних ролей з організації учбової та позаучбової діяльності, прийняття соціальних норм та правил даного учбового закладу, встановлення стосунків з оточуючими.

Адаптація студента (а особливо першокурсника) відбувається успішно тоді, коли студент адекватно оцінює ситуацію, обирає один із соціально схвалюваних варіантів своїх дій і успішно використовує можливості його реалізації. Позитивний результат при цьому полягає в досягненні студентом психологічної комфортності в освітньому просторі університету. Процес соціальної адаптації студентів складний, багатоаспектний і залежить від багатьох чинників: вікових особливостей даної групи, організації учбового процесу, психологічного комфорту особистості, ціннісних орієнтацій, рівня мотивації, взаємодії зі студентами і викладацьким складом, самоорганізації та самоконтролю, комунікативних та організаційних здібностей, особливостей студента.

В процесі професійної підготовки у студента — майбутнього спеціаліста формуються певні професійно важливі якості, що визначають рівень прояву ключових особистісних компетентностей, серед яких чільне місце займає комунікативна компетентність. Значний внесок в розвиток теорії комунікації внесли сучасні психологи (Г. М. Андрєєва, О. О. Бодалев, А. А. Брудний, Б. Д. Паригін, В. І. Панфьоров, А. А. Реан, В. В. Рижов та ін.), а також зарубіжні вчені (М. Аргайл, Дж. Боулбі, Дж. Брунер, М. Хофман та ін.). В наукових дослідженнях комунікативна компетентність першокурсника виступає як його особистісна характеристика і є важливим засобом суб'єктивного включення в систему освіти. Вона тісно пов'язана з рівнем задоволеності студентів навчанням, з успішністю взаємодії з одногрупниками, викладачами й

співробітниками вузу, при цьому значну роль грають емоційний стан і прояв навичок конструктивного реагування в конфліктних ситуаціях [1; 2].

Комунікативна компетентність розвивається на основі комунікабельності, яка, закріплюючись в поведінці, є передумовою для розвитку таких якостей особистості, як спрямованість на спілкування, інтерес до людей, рефлексія та емпатія.

Комунікативна компетентність, на думку А. В. Хуторського, представляє собою оволодіння особистістю комунікативними якостями, які пов'язані з необхідністю взаємодіяти з іншими людьми, з об'єктами оточуючого світу та його інформаційними потоками, вмінням знаходити, перетворювати і передавати інформацію, виконувати різні соціальні ролі в групі та колективі. Ю. М. Емельянов розуміє під комунікативною компетентністю рівень сформованості міжособистісного досвіду, тобто навченості взаємодії з оточуючими, який необхідний індивіду, щоб в рамках своїх здібностей і соціального статусу успішно функціонувати в даному суспільстві [1; 4].

В прагненні розібратися у складності людських взаємовідносин, вчені розробили цілий ряд теорій, присвячених процесам комунікації, які можна виокремити у декілька підходів до даної проблематики. Параметричний підхід намагається окреслити специфічні компоненти чи елементи комунікації. Зазвичай до них відносять джерело, повідомлення, канал і отримувача. Після того, як такі параметри виділені, вчені фокусують свою увагу на одному чи декількох з них для вивчення того, яким чином може вибудовуватися комунікація.

Процесуальний підхід фокусується на динамічних характеристиках (як внутрішніх, так і зовнішніх) відправника та отримувача повідомлення. Аналізуються атитюди отримувача по відношенню до джерела і повідомлень, що передаються з метою зрозуміти характер та міру впливу таких атитюдів на хід комунікації.

Функціональний підхід концентрує увагу на функціях чи цілях комунікації. Три типових види функцій, що розглядаються дослідниками, включають синтаксис (структурні елементи комунікації), семантику (вивчення смислових значень) і прагматику (практичні наслідки комунікації). Б.Фішер описує чотири головні «перспективи» чи точки зору на дослідження комунікації. Механістична перспектива ставить акцент на фізичних елементах комунікації, включаючи передачу та отримання повідомлень за лінійною схемою, що починається з джерела і завершується отримувачем.

Психологічна перспектива з самого початку веде за собою концептуалізацію комунікації, що ґрунтується на біхевіоризмі. Передбачається, що люди існують у стимульному полі, що містить міради стимулів, які можуть сприйматися за допомогою різних органів відчуття. Індивід не лише сприймає, але і сам є джерелом стимулів. Для пояснення якісних змін, які можуть відбуватися в процесі комунікації, використовується поняття підкріплення. На додаток до цього, більш когнітивно-орієнтовані дослідники вивчають також внутрішні способи обробки стимулів учасниками комунікації.

Відмінною рисою інтеракціоністської перспективи є уявлення, згідно якому будь-яка форма соціальної взаємодії починається чи завершується прийманням до уваги людського Я. Таким чином, це гуманістичний погляд, що

фокусується на комунікації як на засобі розвитку людиною свого потенціалу в ході соціальної взаємодії. Цей погляд оперує такими поняттями, як соціальні ролі, культурні символи, прагнення зрозуміти себе, вплив саморозкриття в людських стосунках, тощо. «Я» є вихідною і кінцевою точкою, яка визначає значення і смисл комунікації.

Прагматична перспектива концептуалізує вивчення комунікації як дослідження її джерел та наслідків, до того ж, вона потребує, щоб вони розглядалися як такі, що виникають в безперервній низці взаємодій. Ці послідовності взаємодій можуть потім об'єднуватись разом у патерн, який можна інтерпретувати. Сукупності патернів формують загальну інтегровану систему послідовностей. На сьогоднішній день прагматична перспектива є найбільш популярною, особливо в галузі психотерапії.

Потреба у комунікативній взаємодії проявляється особливо виразно у студентів першого року навчання. Комунікативна компетентність в тій чи іншій мірі властива всім і у багатьох вона формується стихійно, складається на основі досвіду спілкування між людьми, формується безпосередньо в умовах взаємодії.

Процес комунікації має все більше значення для розвитку студентів, їхнього соціального самопочуття, успішності навчальної діяльності. Потреба в комунікації полягає в прагненні людини до пізнання та оцінки інших людей, а через них і з їхньою допомогою — до самопізнання і самооцінки.

Комунікативна компетентність особистості розкривається у відношенні до людей, до самого себе, особливостей взаємостосунків між людьми, вмінні контролювати та регулювати свою поведінку, доводити, грамотно аргументувати свою позицію і проявляється у вмінні моделювати особистість співрозмовника, домагатися реалізації комунікативної інтенції за допомогою вербальних та невербальних засобів та технологій, тобто продуктивно виходити із конфліктної ситуації. Тому, закономірно, що один із векторів роботи, спрямований на соціальну адаптацію студентів має бути розвиток соціальних навичок, зокрема комунікативної компетентності [3].

Питання соціальних компетенцій в цілому довго знаходилося в тіні інших соціальних та педагогічних перспектив. Вважалося, що адекватні навички міжособистісної поведінки засвоюються «самі по собі», завдяки традиційним, суспільним інститутам соціалізації — сім'ї, школі, церкві, університету та ін.. Певні неадекватності соціальної поведінки приписувались помилковій соціалізації: поганому поведінню батьків, поганій атмосфері у школі, неналежному релігійному та моральному вихованню. Навіть традиційна концепція психічного здоров'я розглядала неадекватності міжособистісного функціонування в якості проявів більш глибоких особистісних конфліктів чи психопатологічних симптомів.

Зміни, що відбуваються в соціальних інститутах, викликають зміни і в їхньому традиційному функціонуванні, включаючи культивування соціальної компетенції та відповідне навчання. На початку 90-х років XX століття такі зміни стали очевидними. Змінилась структура сім'ї, релігійні та ідеологічні переконання більше вже не займали центрального становища, як це було раніше і не виявляли такої підтримки як раніше. Школи були покликані виховувати більш гетерогенні групи підлітків, які демонстрували різноманітні

патерни поведінки в школі, став помітним вплив нового фактору соціалізації — телебачення.

Двома основними галузями, зокрема чутливими до тренінгу соціальних навичок, були педагогіка та психологія. Впродовж всієї історії педагогіки формування цінностей і навчання навичкам міжособистісної, соціальної і моральної поведінки іноді було експліцитною, але майже завжди імпліцитною метою.

Залучення психології в тренінг соціальних навичок можна прослідкувати на прикладі виникнення напрямку модифікації поведінки В межах цієї наукової концепції психотерапевтичні та корекційні зусилля були переглянуті в термінах теорії наuczіння, причому проблемна поведінка стала розглядатися як наслідок неадекватного чи помилкового наuczіння і має на меті сформувані в особи навички, необхідні для адекватного функціонування в соціальному середовищі.

Хоча не всі програми тренінгу соціальних навичок однакові, в них є багато спільного. Програми розрізняються між собою за критеріями наголосу на її окремі компоненти, їхньої послідовності та застосування. Компонентами, які найчастіше включаються в тренінгові програми, є: а) подання теоретичного обґрунтування; б) моделювання; в) розігрування ролей; г) зворотній зв'язок; д) перенесення навичок тренінгу на позатерапевтичне середовище [5].

*Теоретичне обґрунтування* програми зазвичай передуює самому тренінгу та полягає в огляді навичок, яким збираються навчати. Увага найчастіше приділяється поясненню термінології, що використовується і важливості таких навичок для життєдіяльності.

*Моделювання* у тренінговій програмі втілюється у демонстрації зразків поведінки, які потрібно засвоїти і є важливою частиною більшості тренінгових програм. В багатьох випадках моделювання включає поряд із зовнішньою поведінкою, яка спостерігається іншими учасниками взаємодії ще і когнітивну поведінку (самовербалізацію).

Після того, як учасники тренінгу ознайомлені зі зразками поведінки моделей, їм надається можливість практикуватися у відтворенні цих зразків. Учасники у формі *розігрування ролей* можуть відпрацьовувати як відкриті, так і приховані поведінкові реакції, в очікуванні, що індивідуалізоване тренування покращить відповідні навички в ситуаціях реального життя.

*Зворотній зв'язок* і соціальне підкріплення є невід'ємним компонентом майже всіх програм тренінгу соціальних навичок. Він може відбуватися у формі схвалення або заохочення, включаючи конкретні пропозиції з покращення якості виконання. З метою зсунути локус оцінки ззовні всередину деякі програми тренінгу соціальних навичок включають техніки само підкріплення, самоспостереження і самооцінки, як важливих аспектів закріплення і генералізації навичок.

Перенесення навичок є найбільш вразливою сферою тренінгу. Деякі програми тренінгу соціальних навичок визнають важливість цього і працюють над цією проблемою. Домашні завдання є найбільш поширеною технікою для закріплення навичок. Іншим підходом — є використання «посилювачів», які підвищують ймовірність перенесення отриманих навичок. Гольдштейн Г. Я. та його колеги пропонують наступні п'ять «посилювачів»: а) висвітлення загальних принципів або надання учасникам адекватних концепцій, правил чи

стратегій для правильного використання навичок; б) тотожність елементів, чи максимально можливе фізичне та інтерперсональне підлаштування ситуації навчання до обставин реального життя; в) надмірне наuczіння, або забезпечення можливості повторного виконання успішної поведінки на тренуванні; г) стимульне різноманіття, або надання учасникам можливості відпрацювання щойно набутих соціальних навичок в різних міжособистісних обставинах; д) підкріплення в реальному житті, або максимізація ймовірності того, що учасники отримають адекватне (зовнішнє) соціальне підкріплення і/чи (внутрішнє) самопідкріплення під час успішного використання своїх навичок в обставинах реального життя.

Більшість способів оцінки ефективності тренінгу використовують деяку комбінацію показників із опитувальників, самооціночних шкал поведінки, когніцій та афективних реакцій, даних природного спостереження і оцінок виконання ролей в іграх [5].

Один із наукових напрямків розглядає тренінг комунікативних умінь, як такий, що сконцентований на двох широких групах навичок міжособистісної взаємодії: навичках простого спілкування з однією людиною чи великою кількістю людей та навичок, пов'язаних з міжособистісним чи колективним вирішенням проблем. Тренінг вміння вести діалог має на меті підвищення здатності індивіда починати і підтримувати розмову з іншими людьми. Тренінг комунікативних умінь є центральним компонентом більшості програм тренінгів асертивності, оскільки ефективна комунікація розглядається в якості важливої попередньої умови асертивної поведінки.

Існує припущення, що є загальна система навичок комунікації, спільна для великої кількості різноманітних типів міжособистісної активності, в яку залучаються люди. В більшості ситуацій знаходять застосування п'ять основних груп комунікативних умінь: а) візуально і фізично чуйна поведінка, чутливість слухача до повідомлень співрозмовника і конгруентність вираження певної реакції; б) вміння спонукати інших повідомляти інформацію, що в свою чергу включає використання мовчання, мінімальне підбадьорювання і випитування; в) вміння повідомляти інформацію — саморозкриття, зворотній зв'язок і формулювання висновків; г) вміння використовувати комунікацію для зміни поведінки інших осіб — оцінка, вимога і порада; д) вміння, пов'язані з вирішенням спільних проблем — прийоми комунікації і вирішення проблем для знаходження прийнятних рішень.

Більшість програм тренінгу комунікативних умінь ґрунтуються на схожих моделях тренінгу, що включають певні послідовності навчання, тренування і генералізації навичок. Результати наукових досліджень в цій галузі продемонстрували, що наслідком використання методів тренування комунікативних умінь є суттєве підвищення якості та розширення їх репертуару в процесі тренінгу. Вдосконалення комунікативних умінь приводить до таких змін, як зниження делінквентності, покращення дружніх стосунків, взаємостосунків батьків та дітей, підвищення академічної успішності.

Ще одним наслідком комунікативної компетентності є успішність у міжособистісних стосунках, чому має приділятися окрема увага у тренінгу. Існують дві головні теми тренінгу міжособистісних стосунків: а) самосприйняття, зокрема свого впливу на інших членів групи; б) групова

динаміка, яка включає процеси формування групи, групові ролі, функції виконання задач чи підтримки групового процесу і питання внутрішньогрупових взаємостосунків. Коли тренінг міжособистісних стосунків фокусується на окремому лідері та аналізі його індивідуального стилю управління групою, то такий тренінг представляє собою розвиток навичок управління. Якщо ж тренінг міжособистісних стосунків проводиться з реальними навчальними групами, то тоді він називається формуванням команди в широкому сенсі слова, стратегією, що використовується в розвитку групи.

Для тренінгу самосприйняття в міжособистісних стосунках корисним є поняття «вікно Джохарі». У вікні Джохарі виділяється чотири квадранти: перший — відкритий чи публічний квадрант, складають патерни поведінки, відомі собі та іншим; другий, чи сліпий квадрант містить патерни поведінки відомі іншим, але не відомі собі; третій квадрант, або прихована сфера, відноситься до патернів поведінки, які відомі собі, але невідомі оточуючим; четвертий — невідомий квадрант — описує поведінку невідому ні собі, ні оточуючим. Важливою метою тренінгу само сприйняття в міжособистісних стосунках є розширення публічної сфери і зменшення прихованої та сліпої зон.

Збільшення публічної сфери з відповідним зростанням самосприйняття веде до росту особистісної компетенції, а особливо в ситуації групового спілкування. Такий особистісний ріст зазвичай супроводжує участь в тренінгових або Т-групах, які іноді ще називають групами тренінгу сенситивності, де підвищення само сприйняття відбувається у дружній атмосфері довіри та емоційного тепла, але у спеціально організованих для цього умовах.

**Висновок.** Розкриваючи зміст розглянутої проблеми, можна зробити висновок про те, що підвищення комунікативної компетентності студентів, за допомогою формування у них індивідуально-психологічних та особистісних якостей у тренінгу, сприяє кращій соціальній адаптації студентів до навчання у вищій школі і дозволяє використовувати набуті навички для більш успішної життєдіяльності в майбутньому. Перспективними напрямками подальших наукових досліджень можуть стати моніторинг розвитку комунікативної компетентності в системі вищої освіти та її удосконалення в процесі професійної адаптації випускників.

### **Література**

1. Андреева Г. М. Социальная психология: Учебник для высших учебных заведений / Г. М. Андреева — М. : Аспект Пресс, 2001. — 378 с.
2. Бэрон Р. Социальная психология: ключевые идеи / Р. Бэрон, Д. Бирн, Б. Джонсон — СПб. : Питер, 2003. — С. 120-148.
3. Власова О. І. Психологія соціальних здібностей: структура, динаміка, чинники розвитку: Монографія. / О. І. Власова — К. : Видавничо-поліграфічний центр «Київський університет», 2005. — 308с.
4. Емельянов Ю. Н. Обучение паритетному диалогу / Ю. Н. Емельянов — Л. : Изд-во ЛГУ, 1991. — 106с.
5. Спрафкин Р. Тренинг социальных навыков / Р. Спрафкин // Психологическая энциклопедия. 2-е изд. / под. ред. Р. Корсини, А. Ауэрбаха. — СПб. : Питер, 2006. — 1096 с.