

Взаимосвязь социальной тревожности с коммуникативными способностями студентов

Хигер Ирина Владимировна

Студент (магистр)

Ульяновский государственный университет, Ульяновск, Россия

E-mail: i.khiger@mail.ru

В современном обществе, проблема социальной тревожности приобретает особую значимость, особенно среди студентов. Студенты представляют собой социальную группу, находящуюся в процессе активного формирования личностных и профессиональных навыков, и их коммуникативные способности играют ключевую роль в этом процессе. Социальная тревожность, как феномен, может серьезно осложнять процесс общения, нарушая естественное взаимодействие между студентами и их окружением. Это, в свою очередь, сказывается на академической успеваемости, социальной активности и общем уровне психологической комфортности пребывания в учебной среде. Коммуникативные способности, включая вербальные и невербальные средства общения, умение выражать и понимать эмоции, а также навыки разрешения конфликтов, являются необходимым условием успешной социализации. По мнению В. В. Краснова и А. Б. Холмогорова высокий уровень социальной тревожности может ограничивать коммуникативные способности студентов, затрудняя их учебный и социальный опыт [1]. В свою очередь, недостаточные коммуникативные навыки могут усиливать проявления социальной тревожности, создавая замкнутый круг негативных переживаний и реакций. Все вышесказанное говорит о бесспорной актуальности исследования взаимосвязи социальной тревожности с коммуникативными способностями студентов.

В качестве объекта по данной проблеме можно рассматривать личностные особенности студентов в то время, как предметом исследования будет являться взаимосвязь социальной тревожности с коммуникативными способностями студентов. При подготовке мной была поставлена определенная цель исследования - изучение взаимосвязи социальной тревожности с коммуникативными способностями студентов. Таким образом, реализация поставленной цели предполагает решение следующих задач:

1. Проанализировать понимание такого феномена как социальная тревожность в психологической науке.
2. Изучить понятие и сущность коммуникативных способностей.
3. Описать коммуникативные способности как механизм снижения уровня социальной тревожности студентов.
4. Подобрать комплекс психодиагностических методик, направленных на исследование социальной тревожности и коммуникативных способностей студентов.
5. Обосновать организацию будущего эмпирического исследования взаимосвязи социальной тревожности с коммуникативными способностями студентов.

Из всего вышесказанного была выдвинута гипотеза исследования: о существовании взаимосвязи социальной тревожности с коммуникативными способностями студентов.

В данной работе использовались теоретические методы, а именно теоретический анализ и интерпретация научных работ по проблеме исследования; изучение и адаптивное использование отечественного и зарубежного опыта; обобщение и сравнительный анализ. Помимо этого, выбраны и обоснованы методики для подготовки схемы эмпирического исследования взаимосвязи социальной тревожности с коммуникативными способностями студентов.

Исходя из этого практическая значимость работы заключается в том, что полученные знания могут быть использованы в практической работе консультирующих психологов, центров помощи школах и высших учебных заведениях. При этом, в будущем, на основании проведенного исследования, могут быть разработаны рекомендации, направленные на снижение социальной тревожности студентов.

Вместо заключения процитирую строки из книги Эллен Хендриксен «Социальная тревожность. Как перестать избегать общения и избавиться от неловкости»:

«Главное происходит внутри – вы приобретаете навыки и желание попробовать то, чем действительно хотите заниматься. Учитесь сохранять уверенность в том, что все с вами нормально, даже когда тревога пытается убедить в обратном. И вот вы уже не прочь покружиться на танцполе, выступить на собрании, заговорить с кем угодно, зная при этом – даже если что-то пойдёт не по плану, вы с этим справитесь.»

Источники и литература

- 1) 1. Краснова В.В., Холмогорова А.Б. Социальная тревожность и студенческая дезадаптация // Психологическая наука и образование. – № 1. – С. 50–63.
- 2) 2. Зациринский, М. М. Социальная тревожность и социальная адаптация психотравматизированной личности / М. М. Зациринский, Г. Л. Бардиер // Общество: социология, психология, педагогика. – 2023. – № 5(109). – С. 42-47.
- 3) 3. Засядько, К. И. Личностно - ориентированный мониторинг уровня тревожности как критерий адаптации студентов вуза / К. И. Засядько, Д. Л. Опрощенко, С. А. Маскалянова // Педагогическое и психологическое образование: результаты научных исследований и их использование в образовательной практике. – Ч.: Общество с ограниченной ответственностью «ОМЕГА САЙНС», 2017. – С. 124-126.

Иллюстрации



Рис. : Схема эмпирического исследования взаимосвязи социальной тревожности с коммуникативными способностями студентов