МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное

учреждение высшего образования

**«КУБАНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»**

**(ФГБОУ ВО «КубГУ»)**

**Факультет управления и психологии**

**Кафедра психологии личности и общей психологии**

**КУРСОВАЯ РАБОТА**

**САМООЦЕНКА И КОММУНИКАТИВНАЯ КОМПЕТЕНТНОСТЬ У СТУДЕНТОВ**

Работу выполнила Я. С. Выжигина

(Подпись, дата)

Направление подготовки 37.03.01 - Психология 3 курс

Направленность (профиль) общий

Научный руководитель

канд. психол. наук,

доцент Н. Н. Лупенко

(Подпись, дата, оценка)

Нормоконтролер

канд. психол. наук,

доцент Н. Н. Лупенко

(Подпись, дата)

Краснодар

 2023

**СОДЕРЖАНИЕ**

Введение...................................................................................................................3

1 Теоретические основы изучения самооценки личности...................................5

 1.1 История становления понятия «самооценка» .............................................5

 1.2 Современные подходы к пониманию самооценки......................................9

 1.3 Виды самооценки.........................................................................................11

 1.4 Особенности мужской и женской самооценки .........................................16

2 Теоретические основы изучения коммуникативной компетентности личности.................................................................................................................19

 2.1 Понятие коммуникативной компетентности ............................................19

 2.2 Коммуникативная компетентность и факторы, влияющие на ее формирование........................................................................................................21

3 Эмпирическое исследование самооценки и коммуникативной компетентности......................................................................................................22

Заключение.............................................................................................................30

Список использованных источников...................................................................32

**ВВЕДЕНИЕ**

Актуальность данного исследования заключается в том, что коммуникативная компетентность является популярным направлением развития среди молодых и взрослых людей, она позволяет эффективно добиваться поставленных целей, строить межличностные взаимодействия, находить оптимальные пути для самореализации. Одним из рассматриваемых факторов влияния является самооценка, ведь существует множество социокультурных, ценностных, профессиональных аспектов, влияющих на специфическую реализацию женщин и мужчин во всех сферах жизнедеятельности.

В нашем исследовании мы рассмотрим сходства и различия в коммуникативной компетентности студентов обоих полов, а также попытаемся выявить наличие корреляционной связи между высотой самооценки и уровнем коммуникативной компетентности. Влияние самооценки на коммуникативную компетентность является не до конца изученным феноменом, поэтому наше исследование поможет обогатить эту сферу научных исследований новыми данными.

Проблема: существует ли статистически значимая связь между самооценкой и коммуникативной компетентностью у студентов?

Цель: выявить статистически значимую связь между самооценкой и коммуникативной компетентностью у студентов.

Объект: самооценка и коммуникативная компетентность.

Предмет: связь между самооценкой и коммуникативной компетентностью.

Гипотеза: мы предполагаем, что существует статистически значимая связь между самооценкой и коммуникативной компетентностью у студентов.

Для достижения цели исследования и проверки гипотезы были поставлены следующие задачи:

1. Изучить научную литературу по вопросу исследования.
2. Рассмотреть понятия самооценки и коммуникативной компетентности, описать их сущность и содержание.
3. Провести эмпирическое исследование по выявлению корреляционной связи между самооценкой и коммуникативной компетентностью у студентов.

Для реализации поставленных задач были использованы следующие методы и методики исследования:

1. Метод теоретического анализа;
2. Эмпирические методики: «Модифицированный тест межличностных отношений» Т. Лири, «Коммуникативные и организаторские склонности (КОС)» В. В. Синявский, Б. А. Федоришин.
3. Методы обработки и анализа данных: корреляционный анализ Пирсона, U-критерий Манна-Уитни; аналитическое сравнение, методы описательной статистики.

Выборка составила 30 студентов Кубанского Государственного Университета, разных направлений в количестве: 15 женщин (основная группа), 15 мужчин (контрольная группа), в возрасте от 20 до 24 лет.

**1 Теоретические основы изучения самооценки личности**

**1.1 История становления понятия «самооценка»**

В большинстве философских учениях и психологических концепциях о самооценке неразрывно присутствует идея о «Я», первые работы, посвященные ее проблематике, относят к У. Джеймсу. Его представления о природе «Я» состояли из представлений о двойственной природе единого и целостного, которые состоят из чистого опыта («Я» сознающее) и содержания этого чистого опыта (эмпирическое «Я»). Он говорил, что наше сознание «текуче и изменчиво, а «чистое Эго» рассматривается как некий неизменный субстрат, деятель, вызывающий изменение в нашем сознании, всегда и везде тождественный самому себе, – это неизменный принцип нашей духовной деятельности» [5, с. 9].

Эмпирическое «Я» – это все то, что человек может отнести к себе; оно делится на 3 раздела, каждый из которых состоит из различных элементов. В первый раздел входят: физическое «Я» (вся человеческая собственность - одежда, семья, домашний очаг и т.д.); социальное «Я» (социальные роли и статусы, при том, что каждый человек имеет столько социальных «Я», сколько существует отдельных групп, мнение которых он считает авторитетным); духовное «Я» (совокупность психических особенностей, в которые входят чувства, желания, ощущения, мысли). Второй раздел состоит из чувств и эмоций, вызываемые перечисленными выше составными элементами. Третий раздел состоит из поступков человека по отношению к самому себе, т.е. забота и самосохранение.

Помимо того, что впервые упоминается сам термин «самооценки», У. Джеймс еще и выделяет тройную структуру, которая затрагивает когнитивный, эмоциональный и поведенческий компоненты. Подобная структура во многом соответствует современным взглядам в отношении понятия самооценки. Также У. Джеймс делил самооценку на 2 вида: самодовольство (заносчивость, высокомерие, самопочитание, гордость, тщеславие) и недовольство собой (раскаяние, униженность, сознание собственного позора, смущение, неуверенность, стыд, унижение, скромность, и отчаяние). Преобладание того или иного вида самооценки зависит от успеха развития своего «Я», т.е. неудачи – это недовольство, стыд, а удачи – радость и самодовольство. При этом стоит отметить, что на это влияют не обстоятельства, а выбор человека на его жизненном пути.

Развитие исследования о проблематике «Я» продолжалось в психоаналитическом направлении, ярким представителем которого был З. Фрейд. Он выделил три компонента личности: «Оно», «Я» и «Сверх Я», которые отличаются по-своему содержанию и функционалу. «Я» является силой, которая «учитывая требования общества, социальные нормы, запреты и идеалы, принятые личностью, противостоит давлению бессознательных влечений, а также стремится увязать влечения «Оно» с требованиями реальности» [13, с. 16]. «Сверх Я» отвечает за совесть, контроль поведения, относительно принятых общественных норм, из-за чего конфликтует с «Оно», который отвечает за бессознательные влечения. Процесс самооценки у З. Фрейда это взаимодействие компонентов личности, в отличие от жизненных удач и неудач Джеймса У.

А. Адлер, хоть и был сторонником психоаналитического направления, выделял особую силу, которая отражается в стремлении к совершенству, но при этом постоянно сталкивается с чувством неполноценности. Стремление человека преодолевать врожденное чувство неполноценности и есть «стремление к совершенству» [1]. Самооценка личности в его теории эфемерна, она проявляется в чувстве собственной ценности.

К. Хорни в своей концепции использует термин «Реальное Я», которое характеризует человеческие ресурсы: мысли, талант, желания, чувства, увлечения, надежда и т.д. Человек склонен к погоне за славой, т.е. создает некий идеальный образ себя из-за чего развивает «систему гордости» [14]. Здесь самооценка как бы смещается с самоуважения и уверенности на ту самую гордость, которая является олицетворением величественных представлений о себе. Если идеальная сторона личности начинает преобладать над реальной, то появляется чувство ненависти к себе.

Исследование и анализ развития «Я» также происходил в интеракционистском подходе, где акцент ставился на социальных детерминантах человеческого поведения; взаимодействие людей с окружающим миром и становление ролевого поведения. Например, Ч. Кули полагал, что развитие «Я» происходит через оценку мнения окружающих о нас самих. Наибольшее влияние на нас имеют мнения значимых других, таких как семья или близкие друзья. Формирование «Я» через социальное взаимодействие описывал и Д. Мид. В его концепции в ходе практического взаимодействия формируется самосознание и самопознание, которые способствуют тому, что человек начинает оценивать и действовать по отношению к себе так же, как окружающие оценивают и действуют по отношению к нему [9].

Ярким представителем гуманистического направления является К. Роджерс, который считал, что основной мотив поведения человека – это стремление к самоактуализации, т.е. актуализации своего «Я», своих возможностей и способностей, ведущее к развитию самодостаточности, независимости, социальной ответственности, зрелости и компетентности. Вместо понятия самооценки, К. Рождерс использовал «позитивное самоотношение» и оно проявлялось во взаимодействии «Я реального» и «Я идеального», чем больше разрыв, тем больше вероятность личностных нарушений.

Отечественная психология отличается знаменитыми учеными, которые внесли большой вклад в изучение многих психологических понятий, в том числе и самооценки. Л. С. Выготский использует понятие самосознание, оно в свою очередь неразрывно связано с формированием личности. Развитие самосознания является результатом социально-культурного развития личности, поэтому различия в «культурном содержании среды» обусловливают разную структуру и динамику самосознания [9].

С. Л. Рубинштейн также уделяет большое значение изучению самосознания, ведь оно включено в онтогенетический процесс и заключается в осознании собственной идентичности, без которой невозможно существование. Развитие самосознания происходит во взаимодействии с миром, другими людьми, изучении взаимоотношений и т.д. однако стоит отметит, что С. Л. Рубинштейн различает понятие самосознания и самооценки, последняя для него – это вклад личности в общественное дело (мировоззрение, эталоны, нормы, оценки).

Отдельное место в процессе развития самооценки занимает так называемый уровень притязаний, который определяет стремление к достижению целей такого уровня сложности, которая соответствует способностям отдельного человека. Ф. Хоппе выявил, что человек оценивает свои достижения как успешные или наоборот неудачные, в свою очередь уровень притязаний увеличивается после успешных достижений и уменьшается после неудачных. Здесь же появляется термин «Уровень Я», который стоит за уровнем притязаний, Б. В. Зейгарник утверждает, что именно этот термин, характеризующийся свойством «сохранять возможно большую высоту, что выражается в двух конфликтных тенденциях: в стремлении избегать неудачи, что ведет к понижению уровня притязаний, и в стремлении добиться успеха при решении наиболее трудных задач, т.е. при максимально высоких притязаниях» [9, с. 34], аналогичен позднее появившемуся термину самооценки.

**1.2 Современные подходы к пониманию самооценки**

Самооценка рассматривается как аффективный компонент Я-концепции, как чувство одобрения или неодобрения. М. Розенберг употребляет термине самоуважение и утверждает, что оно указывает на то как человек себя ощущает достойной личностью или нет. Близкого мнения также является и Р. Бернс, который определяет самооценку, как «составляющую Я-концепцию, связанную с отношением к себе или к отдельным своим качествам; принятие себя или аффективная оценка представления индивида о самом себе» [9, с. 38]. Стоит также отметить, что в этой группе исследователи используют термины самооценка и самоотношение, как синонимы для которых характеры любовь к себе, самоодобрение и чувство компетентности. В целом для этого направления описания самооценки часто можно увидеть связь со своим эмоциональным «Я» или ее определение, как особый вид отношений к себе, демонстрирующий мнение человека о себе.

Самооценка во 2 подходе рассматривается как некое образование, обладающее структурой и определенными функциями, как регулятор поведения и т.д. Часто самооценку представляют, как расхождение между «Я реальным» и «Я идеальным», балл этого самого несоответствия определяет и уровень самооценки и то, как человек действует в обществе. Однако здесь стоит сделать оговорку о том, что по современным исследованиям расхождение между «Я реальным» и «Я идеальным» не всегда соотносят со стремлением человека к самосовершенствованию. Например, если человек обладает низкой самооценкой, то говорит ли это о том, что он испытывает неудовлетворение в своей жизни? Как показали исследования, момент с самооценкой нужно соотносить с контекстом, зачастую молодые люди обладают большим разрывом между своей реальной и идеальной стороной, но в большинстве случаев это свидетельствует о их перспективности. Получается в данном случае низкая самооценка наоборот свидетельствует о стремлении к самосовершенствованию.

Самооценка в данном контексте обладает множеством регулятивных функций. А. В. Захарова делит самооценку на три вида: прогностическая, которая отвечает за активизацию деятельности человека в самом начале; коррегирующая, которая контролирует деятельность в ходе ее осуществления; ретроспективная, которая отвечает за оценку итога деятельности. Другие авторы упоминают в качестве функций самооценки такие, как сигнализирующая, которая показывает степень удовлетворенности человека, относительно своих действий; мотивационная, которая стимулирует человека достичь удовлетворительных оценок своих действий или, наоборот, терминальная, которая помогает в нужный момент остановиться и пересмотреть те действия, которые вызвали негативную реакцию [9, с. 212].

Также во многих работах рассматриваются особенности самооценки (высота, гибкость, адекватность и др.) и их влияние на жизнедеятельность человека. Например, то, что гибкость позволяет наиболее мягко приспособиться к новым условиям окружающей среды, а адекватность к учебному процессу и т.д.

Последователи 3 подхода акцентируют внимание на оценочном аспекте самооценки, выделяя ее в отдельный вид развития самопознания. То есть, самооценка связана с самопознанием, но не сводится к нему. Л. В. Бороздина определяет самооценку, как «наличие критической позиции индивида по отношению к тому, чем он обладает, но это не констатация имеющегося потенциала, а именно его оценка с точки зрения определенной системы ценностей, поэтому самооценка отвечает на вопрос: не что Я имею, а чего это стоит, что это значит, означает?» [2, с. 57]. Следуя этой концепции, мы понимаем, что самооценка является тем самым конструктом, который способен вызвать отношение к самому себе.

**1.3 Виды самооценки**

Опираясь на классификацию О. Н. Молчановой опишем какие бывают виды самооценки:

1. Высокая и низкая самооценка

 Что представляет собой высокая и низкая самооценка – это вопрос, который авторы определяют по-своему, либо чувства принятия и неприятия, любви и ненависти, либо оценка себя, как личности, в зависимости от уровня значимости. Здесь же стоит отметить, что высокая самооценка не является в полной мере противоположностью низкой и наоборот. Корреляция личностных особенностей людей с высокой и низкой самооценкой существует в отношении физической привлекательности (люди с высокой самооценкой ощущают себя наиболее привлекательными, чем люди с низкой самооценкой), а вот в отношении физической привлекательности по мнению других людей и уровня самооценки не наблюдаются (не зависимо от того, какими популярными ощущают себя люди с высокой самооценкой, они нравятся окружающим не больше, чем люди с низкой самооценкой).

В зависимости от вида самооценки, люди выбирают разные стратегии поведения, например, человек переживающий неудачу, но при этом обладающий низкой самооценкой, склонен переносить ее и на другие сферы деятельности из-за чего снижается общий уровень продуктивности, удовлетворенности собственными достижениями. В то время, как люди с высокой самооценкой выбирают пусть самовозвышения, увеличивают значимость своих позитивных качеств и уменьшают негативных, после неудачи они более воодушевленно настроены относительно своего будущего.

Для людей с низкой самооценки в некоторой степени характерны негативные последствия деятельности, такие, как: развитие суицидальных наклонностей, депрессии (зависит от наличия второстепенных факторов), РПП (если также присутствует перфекционизм и неудовлетворенность собственным телом), более низкая зарплата у мужчин среднего возраста.

Люди с высокой самооценкой более подвержены помехам в достижении целей в учебной деятельности; у них выявлены в большей степени наклонности к расизму, насилию и в целом девиантному поведению. Они ощущают себя более счастливыми, что снижает риски возникновения депрессий.

2. Адекватная и неадекватная

Дословное обозначение адекватной самооценки – это правильная и точная, в то время, как неадекватная, наоборот – неправильная и неточная. Такое разделение самооценки позволяет дополнить первые два вида (высокую и низкую), т.е. если у человека высокая неадекватная самооценка, то это говорит о таких качествах личности, как: высокомерие, нарциссизм, самодовольство; если же высокая адекватная самооценка, то это свидетельствует о том, что человек не претендует на самые высокие и лучшие характеристики себя, а оценивает «достаточно хорошо», в соответствии со своими достижениями. Что касается людей, обладающих низкой самооценкой, то здесь можно привести в пример исследования С. Куперсмита, он выявил, что учащиеся «с адекватной низкой самооценкой отличаются низкой потребностью в достижении, низким идеальным «Я» и высокой тревожностью, показывающей, что они осознают свою низкую позицию в школе, но не стремятся к ее улучшению, понимая, что могут действовать наилучшим образом, если примут свой низкий статус. В то время, как учащиеся с неадекватно низкой самооценкой отличаются высокой тревожностью, однако для них характерны высокая потребность в достижении и высокое идеальное Я» [9, с. 133].

Существует проблема измерения адекватной и неадекватной самооценки из-за ряда существующих факторов, однако выделяют следующие способы: «степень соответствия результатов деятельности индивида и его оценочных суждений о них», оценки экспертов или групповые оценки. Каждый из них имеет ряд преимуществ и недостатков, при выборе метода сбора данных следует опираться на цель исследования.

3. Стабильная и изменчивая

Стоит отметить такой момент, что наша самооценка имеет временные характеристики, а именно подразделяется на кратковременную и долговременную. Кратковременная характеризуется изменением самооценки в зависимости от жизненных событий, в то время как долговременная - изменением самооценки в переломные моменты жизни (изменения, касающиеся смены социального статуса, роли или взаимоотношениях).

Таким образом, человек, обладающий стабильной самооценкой, характеризуется отсутствием изменений относительно ощущения своей ценности в течении короткого и длительного времени (либо эти отклонения маленькие и незначительные), соответственно человек, обладающий изменчивой самооценкой, характеризуется противоположными факторами.

Соотношение стабильной и изменчивой самооценки часто происходит с низкой и высокой. Так, человека, обладающим высокой стабильной самооценкой, можно характеризовать уверенным относительно своего самоощущения, устойчивым к угрозам с внешней стороны общественной жизни, не реактивным по отношению к факторам, угрожающим внутреннему «Я». Человека, обладающего высокой изменчивой самооценкой, можно описать противоположными характеристиками. Человек, обладающий низкой стабильной самооценкой, постоянно испытывает негативные эмоции по отношению к себе, принимает мало выраженные попытки противостоять угрозам в сторону внутреннего «Я». Человек, обладающий низкой нестабильной самооценкой, старается избегать негативных эмоций по отношению к внутреннему «Я», использует защитные стратегии для противодействия внешним угрозам, не принимает положительные оценки в отношении собственного «Я».

4. Независимая и зависимая

Этот вид самооценки напрямую влияет на другой вид - стабильность и нестабильность, ведь определяется по уровню зависимости от отдельных моментов жизни (удач и неудач). Однако эти два вида не являются сходными, человек может обладать зависимой и стабильной самооценкой.

Зависимую самооценку часто описывают, как ложную, т.к. она исходит из одобрения со стороны, а не из внутреннего уважения, соответственно независимая самооценка приобретает звание истинной. Люди с зависимой самооценкой обладают такими качествами, как постоянная нужда во всеобщем признании, если этого не происходит они ощущают стыд и соответственно страдает чувство собственной ценности. Люди с независимой самооценкой наслаждаются победами и расстраиваются неудачам, но не строят иллюзий по поводу своей ценности для окружающих, их установки по отношению к себе стабильны.

На предпочтение вида самооценки может сказываться культура и общественные нормы, так общества, основанные на индивидуализации, больше ценят независимость, а коллективные, наоборот, зависимость. Ориентация маскулинных мужчин на культуру индивидуальностей может говорить о их независимой самооценке (предпочтение внутреннему одобрению), ориентация же феминных женщин чаще напоминает культуру коллективизма, в этом случае будет преобладать предпочтение внешнему одобрению. Данный факт еще требует подтверждения эмпирическими исследованиями.

Корреляция зависимой и независимой самооценки с другими ее видами и другими конструктами по типу уровня притязаний еще не исследована и открыта для новых эмпирических данных.

5. Оптимальная и хрупкая

Многие ученые задаются вопросом достаточно ли одной характеристики самооценки, чтобы определить является ли она здоровой (оптимальной). Как оказалось, одной высоты или адекватности мало, оптимальная самооценка складывается из всех ее видов. Как правило обладатели оптимальной самооценки – это те люди, у которых высокая, адекватная, реалистичная, согласованная, достаточно устойчивая, независимая и гибкая самооценка. Характеристики неоптимальной самооценки противоположны оптимальной.

Чувства, которые испытывает человек с оптимальной самооценкой – это чувство собственного достоинства, компетентности, эффективности, автономности, уверенности и многие другие. Человек с оптимальной самооценкой не боится и не избегает жизненных трудностей, в отличие от человека с неоптимальной.

Цели человека с оптимальной самооценкой направлены на получение знаний, саморазвитие, достижение личностного роста и благополучия его и окружающий. Люди с неоптимальной самооценкой зациклены на получении всеобщего уважения, из-за чего такие стремления становятся хрупкими и нестабильными, так как полностью зависят от обратной связи окружающих.

 **1.4 Особенности мужской и женской самооценки**

В современном обществе полоролевые исследования не теряют своей актуальности по целому ряду причин: изменением полоролевых взаимоотношений в социуме, как в сфере экономики, политики, бизнесе, так и в образовании, культуре; появление новых форм брака, в том числе нетрадиционных, а также увеличение числа разводов в целом; более активное участие женщин в жизнедеятельности общества; обострение проблемы одиночества, рост психических, психосоматических, сексуальных расстройств [4].

Различия между мужчинами и женщинами в социокультурном поле проявляются в их специфичной реализации с помощью определенных форм поведения, так называемых гендерных ролей. На их же формирование влияют идеалы и стереотипы, присущие каждой культуре, а на выбор реализации той или иной роли: семья, культура, сверстники.

На наш взгляд стоит обратить внимание на гендерные стереотипы, которые во многом влияют на формирование самооценки, их можно разделить на 3 группы:

1. Связаны с нормативными представлениями о соматических, психических, поведенческих свойствах, характерных для мужчин и женщин. Мужчины воспринимаются как властные, независимые, агрессивные, доминирующие, неэмоциональные прогрессивные. О женщинах, напротив, говорят, как о зависимых, кротких, слабых, эмоциональных, чувствительных. При этом в кросскультурных исследованиях ярко выражена специфика гендерных стереотипов, присущих разным культурам: в одних странах дифференцировка выражена резко, в других же слабо.

2. Стереотипы, касающиеся содержания мужского и женского труда. Так, женской сферой деятельности считается обслуживающая, исполнительская, мужская же – это инструментальная, творческая, организаторская.

3. Связаны с распределением семейных и профессиональных ролей, где мужские роли – это сугубо профессиональные, а женские – семейные.

Влияние гендерных стереотипов также проявляется в том, что в зависимости от половой принадлежности человеку предъявляются разные требования, что в свою очередь влияет на представление о себе и своем будущем, начиная с раннего дошкольного возраста [15]. Особенности самооценки мужчин и женщин рассматриваются исследователями с разных сторон, ниже приведены результаты некоторых из них.

Одно из первых направлений – это изучение восприятия своей внешности, где женщины отличаются большей критичностью, так как существует дискриминационная тенденция, из-за которой степень успешности определяется внешней привлекательностью. Многие люди сталкиваются с этой проблемой и склонны недооценивать свою привлекательность, чаще всего ими становятся женщины. Также происходит обострение данной проблемы с увеличением возраста, когда тело начинает меняться и появляются признаки старения, которые так отчаянно пытаются замедлить. Здесь же ярко проявляется степень устойчивости самооценки, которая тесно связана с ориентацией на мнение со стороны, так как начиная с раннего возраста женщин направляют на «сенстивность и межличностную гармонию» [12, с. 4], они начинают ценить себя только добившись одобрения со стороны. К счастью, в последнее время подобная тенденция активно меняется и ценность личности вне зависимости от пола во многом определяется внутренней устойчивостью от мнения извне, поэтому стоит ждать новых данных на эту тему.

Другое направление – это восприятие успешности в карьере, где женщины отличаются меньшим стремлением к власти и иерархичным отношениям, поэтому «ценят доминантность меньше мужчин» [12, с. 4]. С этим также связана адекватность самооценки, которая не зависит от того, успешны ли другие люди вокруг, в отличие от мужчин, которым зачастую важно проявлять свои доминантные качества. Успешность тесно переплетается с социальным статусом, где женщинам приписывают реализацию сугубо в семейных кругах, как хорошая жена и мама. Такое давление со стороны оставляет значительный след на особенностях самооценки, ведь чтобы быть значимой и успешной нужно делать акцент на социально одобряемые направления, к чему многие женщины привыкли и не всегда могут определить свои истинные желания. Эта тенденция также активно меняется, женщины все чаще предпочитают работать и совершенствоваться в карьере, поэтому факт, что они обладают «более устойчивой и адекватной самооценкой будучи в браке» [12, с. 8] может быть изменен.

Восприятие успешности карьеры у мужчин имеет ряд других особенностей, так как их жизненная реализация напрямую зависит от нее. Если женщинам приписывают роль хорошей жены и мамы, то от мужчин требуют огромной результативности, быстрого подъема по карьерной лестнице, стабильного и высокого заработка. В такой атмосфере самооценка начинает зависеть от внешних достижений и приобретает изменчивый, нестабильный характер.

Таким образом, мы описали различные подходы изучения самооценки отечественных и зарубежных авторов, выявили тенденцию развития понятия «самооценка», ее различные виды и их характеристики, а также полоролевые особенности.

**2 Теоретические основы изучения коммуникативной компетентности личности**

**2.1 Понятие коммуникативной компетентности**

Существует множество подходов в определении коммуникативной компетентности, например, С. Е. Шишов и И. Г. Агапов под ней понимают «общую способность и готовность личности к деятельности, основанные на знаниях и опыте, которые приобретены благодаря обучению, ориентированные на самостоятельное участие личности в учебно-познавательном процессе, а также направленные на ее успешное включение в трудовую деятельность» [7, с. 6]. Сформированная коммуникативная компетентность позволяет личности спокойно вступать в различные межличностные отношения для решения необходимых задач, что очень важно на любом этапе человеческого развития. Большой акцент на ее развитии ставится в школьные годы, когда процесс социализации наиболее активен, а дети учатся взаимодействовать друг с другом, находить оптимальные пути решения проблем, способы самовыражения и самореализации. Однако даже осле окончания всех учебных заведений встает немало важный вопрос – поиск работы, где от развитости коммуникативных компетенций зависит практически всё.

Также коммуникативная компетентность во многом зависит от сформированных вербальных и невербальных навыков общения, об этом в своих работах подробно пишет О. М. Орлов. Особенно ярко эта проблема видна в разных социокультурных, этнических, профессиональных и даже возрастных группах, когда люди испытывают трудности в передаче своих чувств, действий и намерений.

Важная роль коммуникативной компетентности проявляется и в формировании отношений к себе и миру, так Ю. Н. Емельянов считает, что «коммуникативная компетентность должна рассматриваться как идейно-нравственная категория, регулирующая всю систему отношений человека к природному и социальному миру, а также к самому себе как синтезу обоих миров» [10, с. 4].

Р. Селман создал же собственную модель коммуникативной компетентности, в которой учел влияние когнитивного, мотивационного и эмоционального компонентов. Он обращал внимание на то, готов ли человек к преодолению трудностей, возникающих в процессе коммуникации, осознает ли он характер, возникающих затруднений, сравнить их с прошлым опытом и найти оптимальный путь решения [10].

**2.2 Коммуникативная компетентность и факторы, влияющие на ее формирование**

Коммуникативная компетентность формируется и развивается на большом промежутке жизненного пути личности, особенно это проявляется в моменты активных изменений, конфликтов и так далее, однако именно они позволяют ощутить разницу и почувствовать изменения.

На развитие коммуникативной компетентности, влияет множество факторов, например, уровень общительности, коммуникативной толерантности, готовность к межличностному взаимодействию, самокритичность, самоуважение. Личностные составляющие также являются немаловажными факторами, особенно, уровень эмпатии, эмоциональной стабильности, гибкости, инициативности и в том числе самооценки. Если человек обладает достаточным уровнем коммуникативной компетентности, то это поднимает его успешность в социальной среде, что в свою очередь отражается на самооценке. В нашем исследовании мы посмотрим на степень сформированности коммуникативной компетентности у девушек в зависимости от их уровня самооценки.

Таким образом, мы провели анализ отечественных и зарубежных исследований, определили основные факторы, влияющие на формирование коммуникативной компетентности, а также ее современные тенденции развития.

**3 Эмпирическое исследование гендерной самооценки и коммуникативной компетентности**

В рамках курсовой работы нами было проведено эмпирическое исследование, в котором приняли участие студенты обоих полов в возрасте от 20 до 24 лет, в количестве 30 человек. В данном исследовании были использованы такие методики, как: «Модифицированный тест межличностных отношений» Т. Лири, «Коммуникативные и организаторские склонности (КОС)» В. В. Синявский, Б. А. Федоришин.

В результате выявления уровня самооценки с помощью «Модифицированного теста межличностных отношений» Т. Лири были получены следующие данные:

Среди девушек 1 респондент получил низкий балл (от -1 до -0,51), 10 респондентов получили средние баллы (от -0,50 до 0,50) и 4 респондента получили высокие баллы (от 0,51 до 1), соответственно для большинства опрашиваемых характерна адекватная самооценка (67%), что говорит о реалистичном представлении о себе и своих способностях; склонности к конструктивности и рациональности; стремлению к развитию и рефлексии. Для меньшинства характерна: завышенная самооценка (27%), что говорит о стремлении переоценивать собственные способности и значимость; переносить ответственность на внешние факторы; склонности к поиску одобрения и признания со стороны, а также заниженная самооценка (6%), что говорит о стремлении преувеличивать собственные недостатки; чрезмерной критичности, как к себе, так и окружающим людям; некоторой замкнутости и нерешительности.

Среди парней 1 респондент получил низкий балл (от -1 до -0,51), 10 респондентов получили средние баллы (от -0,50 до 0,50) и 4 респондента получили высокие баллы (от 0,51 до 1), соответственно для большинства опрашиваемых характерна адекватная самооценка (67%), что говорит о реалистичном представлении о себе и своих способностях; склонности к конструктивности и рациональности; стремлению к развитию и рефлексии. Для меньшинства характерна завышенная самооценка (27%), что говорит о стремлении переоценивать собственные способности и значимость; переносить ответственность на внешние факторы; склонности к поиску одобрения и признания со стороны, а также заниженная самооценка (6%), что говорит о стремлении преувеличивать собственные недостатки; чрезмерной критичности, как к себе, так и окружающим людям; некоторой замкнутости и нерешительности. Результаты по данной методике представлены на рисунке 1.

Рисунок 1 – Самооценка студентов

Из рисунка 1 видно, что выборка получилась одинаковая по соотношению уровня самооценки среди молодых людей. Как девушки, так и парни сталкиваются с некоторыми проблемами в самореализации, что определенным образом сказывается на самооценке.

В результате выявления уровня коммуникативной компетентности с помощью методики «Коммуникативные и организаторские склонности (КОС)» В. В. Синявский, Б. А. Федоришин были получены следующие результаты:

Среди девушек по шкале «Коммуникативные склонности» 9 респондентов набрали баллы ниже среднего (от 0 до 0,55), соответственно большинство опрашиваемых (60%) склонны испытывать трудности в установлении контактов с другими людьми; ощущают себя скованно в новых компаниях; ограничивают свои знакомства, предпочитают проводить время наедине с собой.

Средние значения (от 0,56 до 0,65) получили 4 респондента, соответственно они (27%) отличаются стремлением к установлению контактов с другими людьми, не испытывая при этом значительных трудностей, не ограничивают круг знакомств; ощущают себя достаточно комфортно в новых коллективах, однако потенциал коммуникативных навыков нестабилен.

Результаты выше среднего (от 0,66 до 1) набрали 2 респондента, соответственно меньшинство опрашиваемых (13%) способны с легкостью устанавливать межличностные контакты и адаптироваться в новой обстановке; Они инициативны, любят расширять круг знакомых и друзей, коммуникативные навыки устойчивые.

Среди парней по шкале «Коммуникативные склонности» 12 респондентов набрали баллы ниже среднего (от 0 до 0,55), соответственно большинство опрашиваемых (80%) склонны испытывать трудности в установлении контактов с другими людьми; ощущают себя скованно в новых компаниях; ограничивают свои знакомства, предпочитают проводить время наедине с собой.

Средние значения (от 0,56 до 0,65) получил 1 респондент, соответственно меньшинство опрашиваемых (7%) отличаются стремлением к установлению контактов с другими людьми, не испытывая при этом значительных трудностей, не ограничивают круг знакомств; ощущают себя достаточно комфортно в новых коллективах, однако потенциал коммуникативных навыков нестабилен.

Результаты выше среднего (от 0,66 до 1) получили 2 респондента, для них (13%) характерно с легкостью устанавливать межличностные контакты и адаптироваться в новой обстановке; Они инициативны, любят расширять круг знакомых и друзей, коммуникативные навыки устойчивые. Результаты по шкале «Коммуникативные склонности» представлены на рисунке 2.

Рисунок 2 – Коммуникативные склонности студентов

Среди девушек по шкале «Организаторские склонности» 10 респондентов набрали баллы ниже среднего (от 0 до 0,65), соответственно большинство опрашиваемых (67%) обладают низкой инициативностью в общественной деятельности; предпочитают избегать принятия самостоятельных решений, редко берут на себя ответственность; слабо ориентируются в незнакомой обстановке.

Средние значения (от 0,66 до 0,70) получили 4 респондента, соответственно опрашиваемые (27%) обладают способностью к планированию различного вида деятельности; в меру инициативные, способны брать на себя ответственность при решении различного рода задач, однако организаторские способности слабоустойчивые, необходимо делать дополнительный акцент на их развитии.

Результаты выше среднего (от 0,71 до 1) набрал 1 респондент, соответственно меньшинство опрашиваемых (6%) обладают инициативностью, стабильным навыком планирования, способностью быстро ориентироваться в обстановке и принимать решения, а также брать на себя ответственность за них; стремлением участвовать в организации общественных мероприятий.

Среди парней по шкале «Организаторские склонности» 13 респондентов набрали баллы ниже среднего (от 0 до 0,65), соответственно большинство опрашиваемых (87%) обладают соответственно большинство опрашиваемых обладают низкой инициативностью в общественной деятельности; предпочитают избегать принятия самостоятельных решений, редко берут на себя ответственность; слабо ориентируются в незнакомой обстановке.

Средние значения (от 0,66 до 0,70) получил 1 респондент, соответственно меньшинство опрашиваемых (6,5%) обладают способностью к планированию различного вида деятельности; в меру инициативные, способны брать на себя ответственность при решении различного рода задач, однако организаторские способности слабоустойчивые, необходимо делать дополнительный акцент на их развитии.

Результаты выше среднего (от 0,71 до 1) набрал 1 респондент, соответственно меньшинство опрашиваемых (6,5%) обладают инициативностью, стабильным навыком планирования, способностью быстро ориентироваться в обстановке и принимать решения, а также брать на себя ответственность за них; стремлением участвовать в организации общественных мероприятий. Результаты по шкале «Организаторские склонности» представлены на рисунке 3.

Рисунок 3 – Организаторские склонности студентов

Полученные эмпирические данные мы подвергли статистической обработке. Для проверки гипотезы о наличии связей между самооценкой и коммуникативной компетентностью у студентов мы использовали корреляционный анализ. Предварительно проверили данные на нормальность распределения (соответствует нормальному уровню распределения). Результаты корреляционного анализа приведены в таблице 1 и таблице 2.

Таблица 1 – Анализ корреляционных связей с помощью линейного коэффициента корреляции Пирсона среди девушек

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Девушки | Самооценка | Ком. Склонности | Орг. Склонности |
| Самооценка | 1 |   |   |
| Ком. Склонности | -0,13 | 1,00 |   |
| Орг. Склонности | 0,70 | 0,44 | 1,00 |

В таблице 1 красным цветом обозначены значимые положительные коэффициенты, а зеленым значимые отрицательные коэффициенты при уровне значимости p < 0,05.

Выявлена статистически значимая положительная связь между самооценкой и организаторскими склонностями (r= 0,70), это говорит на о том, что самооценка на прямую влияет на развитие коммуникативных навыков. Здесь же стоит отметить, что преобладание организаторских склонностей соотносится с данными о гендерных стереотипах, где женщинам приписывают реализацию через роль хорошей жены и мамы, которая включает в себя преобладание организаторских навыков (ведение быта, планирование досуга, бюджета и т.д.).

Далее, проведем анализ полученных данных среди контрольной группы парней, которое возможно сможет продемонстрировать сходства, либо наличие различий в связи между показателями самооценки и коммуникативной компетентности между девушками и парнями.

Таблица 2 – Анализ корреляционных связей с помощью линейного коэффициента корреляции Пирсона среди парней

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Парни | Самооценка | Ком. Склонности | Орг. Склонности |
| Самооценка | 1 |   |   |
| Ком. Склонности | 0,51 | 1 |   |
| Орг. Склонности | 0,18 | 0,73 | 1 |

В таблице 2 красным цветом обозначены значимые положительные коэффициенты, а зеленым значимые отрицательные коэффициенты при уровне значимости p < 0,05.

Выявлена статистически значимая положительная связь между самооценкой и коммуникативными склонностями (r= 0,51), это говорит нам о том, что самооценка на прямую влияет на развитие коммуникативных навыков. Здесь же стоит отметить, что преобладание коммуникативных склонностей соотносится с данными о гендерных стереотипах, где мужчинам приписывают реализацию через достижения в карьере, которая включает в себя преобладание коммуникативных навыков (взаимодействие на совещаниях, с дилерами, конкурентами и т.д.).

Для проведения анализа более глубоких различий по методикам «Модифицированный тест межличностных отношений» Т. Лири; Коммуникативные и организаторские склонности (КОС)» В. В. Синявский, Б. А. Федоришин между группой женщин и контрольной группой мужчин был использован U-критерий Манна-Уитни, результаты представлены в таблице 3.

Таблица 3 – Анализ значимых различий с помощью U-критерия Манна-Уитни

|  |
| --- |
| Женщины – Мужчины |
| Критические значения  | p ≤ 0.01 | p ≤ 0.05 |
| 51 | 64 |
| Самооценка | Уэмп = 102,5 (не значимо) |
| Коммуникативные склонности | Уэмп = 101 (не значимо) |
| Организаторские склонности | **Уэмп = 41,5 (значимо)** |

В таблице 3 жирным курсивом обозначены статистически значимые различия при уровне значимости p < 0,05. Выявлена статистически значимые различия в уровне организаторских склонностей между мужчинами и женщинами – это свидетельствует о том, что девушки в нашей выборке более инициативны, способны принять самостоятельное решение в трудной ситуации, предпочитают планировать собственную деятельность и участвовать в организации общественной.

В уровне самооценки и коммуникативных склонностей статистически значимых различий между мужчинами и женщинами выявлено не было.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Таким образом, проанализировав теоретическую информацию по данной теме, можно отметить, что понятие самооценки развивалось, дополнялось в течении долгого промежутка времени, начиная с идеи о «Я» в работах У. Джеймса, заканчивая современными направлениями исследования М. Розенберга, А. В. Захаровой, Л. В. Бороздиной. Все эти концепции задают разные определения понятию, но каждое из них по-своему верно, так как эти феномены многогранны и сложны. Мы также изучили понятие «коммуникативная компетентность», выявили путь его развития, описали то, как оно формируется и с помощью чего реализуется. Увидели, что многие авторы считают, что существует взаимосвязь между самооценкой и коммуникативной компетентностью. Некоторые из них не проводят четкого разделения этих понятий, так как считают, что они тесно взаимосвязаны и одно не может проявляться без другого.

Ряд исследователей акцентируют большое внимание на гендерные и полоролевые особенности развития самооценки и коммуникативной компетентности, это подтверждается исследованиями, которые выявили различия между самооценкой у женщин и мужчин и их способности выстраивать взаимоотношения с другими людьми.

Наше эмпирическое исследование самооценки и коммуникативной компетентности студентов показало следующее:

– Навыки коммуникативной компетентности у студентов нашей выборки значительно снижены, только 5 девушек и 2 парня обладают средним и выше уровнем организаторских склонностей, а 6 девушек и 3 парня обладают средним и выше уровнем коммуникативных склонностей.

– У обоих групп существует статистически значимая связь между самооценкой и коммуникативными навыками в целом.

– У девушек выявлена корреляция между самооценкой и организаторскими склонностями (0,70), они более инициативны, способны принять самостоятельное решение в трудной ситуации, предпочитают планировать собственную деятельность и участвовать в организации общественной.

– У парней в данной выборке выявлена корреляция между самооценкой и коммуникативными склонностями (0,51), они лучше находят общий язык с другими людьми, предпочитают расширять круг знакомых, спокойно ощущают себя в новых компаниях и при выступлении перед аудиторией.

– Выявлены статистически значимые различия в уровне организаторских склонностей между мужчинами и женщинами.

Мы убедились в том, что самооценка определенным образом влияет на коммуникативную компетентность среди студентов, однако стоит отметить, что можно добиться уточнения результатов при увеличении выборки. Данное исследование может быть использовано при работе студентов над их самооценкой и коммуникативными навыками, оно может помочь в проведении диагностических работ по определению уровня самооценки и коммуникативной компетентности и выбора дальнейшего направления работы для улучшения качества их жизни в целом и реализации в повседневной, образовательной и профессиональной сферах.

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ

1. Адлер, А. Практика и теория индивидуальной психологии / А. Адлер. – Москва : За экономическую грамотность, 1995. – 234 с.

2. Бороздина, Л. В. Сущность самооценки и ее соотношение с Я-концепцией / Л. В. Бороздина // Вестник Московского университета. – 2011. – № 1. – С. 54–66.

3. Гидденс, Э. Социология / Э. Гидденс. – Москва : Едиториал УРСС, 2006. – 632 с.

4. Гуревич, П. С. Мужчина и женщина в современном изменяющемся мире / П. С. Гуревич // Мир психологии. – 2006. – №1. – С. 268-277.

5. Джеймс, У. Личность. Психология самосознания: Хрестоматия / У. Джеймс. – Самара : БАХРАХ-М, 2000. – С. 7–44.

6. Екимова, В. И. Гендерные различия: социокультурный аспект / В. И. Екимова, С. А. Филиппова // Сибирский психологический журнал. – 2008. – С. 1-3.

7. Захарова, Т. В. КОММУНИКАТИВНАЯ КОМПЕТЕНТНОСТЬ: ПОНЯТИЕ, ХАРАКТЕРИСТИКИ / Т. В. Захарова, Н. В. Басалаева, Т. В. Казакова, Н. К. Игнатьева, Е. В. Киргизова, Т. А. Бахор // Современные проблемы науки и образования. – 2015. – № 4. – С. 5-8.

8. Ильин, Е. П. Дифференциальная психофизиология мужчин и женщин / Е. П. Ильин. – Санкт-Петербург : Питер, 2006. – 554 с.

9. Молчанова, О. Н. Психология самооценки: учебное пособие для вузов / О. Н. Молчанова. – Москва : Юрайт, 2020. – 308 с.

10. Недбаева, С. В. Коммуникативная компетентность: содержание и структура / С. В. Недбаева, Д. Н. Недбаев, В. В. Ткаченко // Медико-фармацевтический журнал «Пульс». – 2017. – С. 1-5.

11. Сафин, В.Ф. Психология самоопределения и самооценки личности / В.Ф.

Сафин, И.Н. Нурлыгаянов. – Уфа : Вагант, 2008. – 314 с.

12. Терешонок, Т. В. Особенности самооценки женщин среднего возраста с разным социальным статусом / Т. В. Терешонок, Л. Ю. Айснер // Социально – экономический и гуманитарный журнал Красноярского ГАУ. – 2016. – №4. – С. 4-9.

13. Фрейд, З. «Я» и «Оно». Труды разных лет. Книга 1 / З. Фрейд. – Тбилиси : Мерани, 1991. – 400 с.

14. Хорни, К. Я-идеальное / К. Хорни // Психология самосознания: Хрестоматия. – Самара : БАХРАХ-М, 2000. – С. 423-441.

15. Хватова, М. В. Самоотношение в структуре психологически здоровой личности. / М. В. Хватова // Гаудеамус. – 2015. – С.8-9.

16. Чернявская, В. С. Гендерные различия самооценки дошкольников / В. С. Чернявская, А. Ф. Буслова // Концепт. – 2015. – С. 1-7.

17. Чеснокова, И. И. Проблема самосознания в психологии / И.И. Чеснокова. – Москва : Питер, 1977. – 264 с.

18. Чекушкина, Е. Н. Социальная рефлексия как механизм общения, диалога, идентичности / Е. Н. Чекушкина // Мордовский государственный педагогический институт им. М. Е. Евсевьева. – 2015. – С. 148-150.

19. Черкасов, С. Н. Влияние уровня образования на самооценку здоровья в различных возрастно-половых группах / С. Н. Черкасов // Бюллетень. – 2017. – С. 3-5.

20. Эриксон, Э. Идентичность. Теоретическая интерлюдия / Э. Эриксон // Психология самосознания. Хрестоматия. – Самара : БАХРАХ-М, 2006. – С. 493–516.