

**Возможности различных видов тренинговой работы для повышения уровня коммуникативной компетентности**

**Научный руководитель – Султанова Лилия Зияутдиновна**

*Невротова Диана Эдуардовна*

*Студент (магистр)*

Филиал Московского государственного университета имени М.В.Ломоносова в г.Ташкенте, Ташкент, Узбекистан

*E-mail: deya.di@yandex.ru*

Исследования коммуникативной компетентности являются одними из наиболее динамично развивающихся областей в социальной психологии сегодня. Компетентность в общении становится показателем профессиональной эффективности личности, что влечет за собой повышенные требования к коммуникативной компетентности.

Само понятие «компетентность» в обыденном языке чаще всего включает в себя успешность или эффективность личности в какой-либо области. Обобщая, можно сказать, что компетентность - умение взаимодействовать с сутью дела. Первые попытки дать более детальную трактовку данного понятия происходили в управленческой деятельности. М. Кяэрст дал подробную классификацию определения «компетентность»:

1) выражение интеллектуального соответствия личности задачам, которые тот должен решать; 2) количество и качество задач, которые формулирует и решает личность в своей основной работе; 3) совокупность свойств личности, обуславливающих успех в решении основных задач; 4) система известных свойств личности, выражающейся в результативности решенных проблемных задач; 5) как одно из проявлений личности, выражающееся в эффективности решения проблем, встречающихся в сфере деятельности руководителя и осуществляемых в интересах организации [3].

Со временем понятие «компетентность» стало встречаться и в других сферах жизнедеятельности. Появились различные словосочетания: социально-психологическая компетентность, коммуникативная компетентность и многие другие. «Коммуникативная компетентность - одна из важнейших качественных характеристик личности, позволяющая реализовать ее потребности в социальном признании, уважении, самоактуализации и помогающая успешному процессу социализации» [2].

В нашей работе мы рассмотрели коммуникативную компетентность и возможные способы повышения ее уровня с помощью различных типов тренинга. Исследование проходило под руководством Султановой Л.З. Изначально предполагалось, что существуют различия в возможностях различных видов психологических тренингов в области повышения уровня коммуникативной компетентности. Чтобы проверить это были составлены три программы тренингов различных видов: социально-психологический тренинг, тренинг асертивности и «Группа встреч». В качестве участников тренинга были выбраны студенты трех ведущих филиалов зарубежных университетов в Узбекистане: Вестминстерского университета, Филиала российского государственного университета имени Губкина и Туринского университета. Группы были уравнены по количеству участников. При этом учитывались и направления обучения студентов - были выбраны сходные по направлению факультеты.

В качестве методического инструментария были использованы следующие методики:

- 1) Оценка уровня общительности (тест В.Ф.Ряховского) [1]
- 2) Тест оценки коммуникативных умений (оба варианта) [1]

Программа тренинга по каждому из видов состояла в среднем из 8 часов занятий и была проведена в 4 дня. Перерыв между занятиями составлял 1-1,5 недели. Упражнения подбирались, исходя из основных специфических принципов каждого вида тренинга.

Так, в программе тренинга «Группа встреч» в 1-ый день между участниками устанавливались контакты, строились доверительные отношения. Во 2-ой день включались упражнения, направленные на самопознание, раскрытие участников и совершенствование коммуникативных умений. 3-ий день был направлен на установление близких взаимоотношений между участниками при помощи физических упражнений. 4-й день был посвящен упражнениям, которые окончательно устанавливали доверительные отношения и раскрывали участников.

Программа тренинга ассертивности была составлена так, чтобы участники в первую очередь познали свои положительные стороны, постарались обрести уверенность в себе, а затем приняли отрицательные стороны личности и смогли строить отношения с окружающими. 1-ый день был назван нами «Знакомство с собой» и состоял из упражнений, которые помогали раскрыть несколько неожиданные для участников стороны личности. 2-ой и 3-ий дни проходили в формате «Я и другие» и помогали участникам обрести навыки взаимоотношений с другими. Заключительный 4-ый день под названием «Я - ассертивная личность» состоял из упражнений, направленных на повышение степени уверенности в себе.

Программа социально - психологического тренинга также была разбита по 4-м тематическим дням. 1-ый день состоял из ознакомления с понятием «коммуникативная компетентность» и техниками ведения беседы. 2-ой день знакомил с невербальным поведением, его компонентами и проявлениями. 3-ий день посвящался знакомству участников с техникой задавания вопросов. Заключительный 4-ый день был направлен на знакомство участников с понятием «эмпатия», а также повторение пройденного материала.

Опрос испытуемых во всех трех группах проводился за неделю до тренинговых занятий и через неделю после последнего тренингового занятия.

Различия на уровне тенденций по показателю уровня коммуникативных умений оказались у группы участников социально-психологического тренинга и у участников ассертивного тренинга. При этом, стоит отметить, что у участников первого - изменения оказались более значимыми.

Также были замечены различия на уровне тенденций в различных видах тренинговой работы: социально-психологический тренинг оказался наиболее успешным в изменении уровня коммуникативных умений, тренинг ассертивности оказался более успешным, чем тренинг «Группа встреч».

### **Источники и литература**

- 1) Жуков Ю.М., Ерофеев А.К., Липатов С.А. и др. Методы практической социальной психологии. Диагностика. Консультирование. Тренинг. – И.: Аспект Пресс, 2004.
- 2) Захарова Т.В., Басалаева Н.В., Казакова Т.В., Игнатьева Н.К., Киргизова Е.В., Бахор Т.А. Коммуникативная компетентность: понятие, характеристики // Современные проблемы науки и образования. – 2015. – № 4.
- 3) Кязрст М. Рассмотрение компетентности в психологической концепции совершенствования управления производственной организацией.// Актуальные проблемы психологии труда. Тарту, 1980 - с.40-45
- 4) Петровская Л.А. Компетентность в общении. - М.: МГУ, 1989