

Формирование социальной компетентности как механизм укрепления психического здоровья подрастающего поколения¹

Н. В. Калинина,
кандидат психологических наук

На современном этапе развития нашего общества проблема охраны и укрепления психического здоровья детей и подростков — одна из наиболее актуальных. Комитет экспертов Всемирной организации здравоохранения в докладе «Психическое здоровье и психосоциальное развитие детей», отмечая негативную тенденцию роста нарушений психического здоровья в молодежной среде, подчеркивает, что эти нарушения связаны как с соматическими заболеваниями, так и с различными неблагоприятными факторами, воздействующими на психику и зависящими от социальных условий. К сожалению, сложная социальная и экономическая ситуация в России сегодня усугубляет процессы проникновения в молодежную среду асоциальных и аморальных явлений: культура незаконного обогащения и насилия, уход от проблем в виртуальные миры и наркоманию. Захлестнувшая в последние годы Россию волна терроризма порождает страх, следствием чего является нарастание угрозы психическому здоровью. Что сегодня можно противопоставить этому? Представители психологической науки, выделяя психологический аспект проблемы психического здоровья, переходят от изучения фактов уязвимости ребенка к изучению психических нарушений и анализу факторов, защищающих его от воздействий стресса. Перед психологами встает задача поиска механизмов и способов активизации внутренних резервов личности, способствующих сохранению и укреплению психического здоровья.

Одним из таких механизмов, на наш взгляд, является развитие социальной компетентности человека в детстве и подростковом возрасте в соответствии с возрастными закономерностями его развития и с учетом особенностей социальной среды.

Положение, основанное на рассмотрении психического здоровья с точки зрения полноты и богатства развития личности, представлено в трудах А. Маслоу, Ш. Бюллер, Ф. Франкла. Психическое здоровье, с их позиции, связано с самоактуализацией, самоисполненностью, обретением смысла жизни и самореализацией личности.

Социальная компетентность, определяемая нами как совокупность знаний и умений, необходимых для социальной деятельности, и личностных качеств, связанных со способностью брать на себя любовь, призвание, веру, обеспечивает адаптацию личности в обществе и способствует ее самореализации, самоактуализации и самоопределению.

Следовательно, формирование социальной компетентности может рассматриваться как психологический аспект укрепления психического здоровья подрастающего поколения.

¹ Работа выполнена при финансовой поддержке РГНФ, грант № 01-06-00070а.

Вопрос о формировании социальной компетентности тесно связан с ее различными составляющими и временем их приобретения личностью. В своем исследовании мы предприняли попытку выстроить возрастные модели социальной компетентности школьника, основываясь на закономерностях личностного развития, ведущих потребностях и задачах каждого возрастного этапа.

Опыт социального взаимодействия у ребенка складывается с первых шагов его жизни. Сначала он слит с матерью, затем разрывает единство с ней и постигает круг семейных отношений. Позднее, в дошкольном детстве, выходит за круг семьи и приобретает опыт взаимодействия с чужими людьми. Уже в дошкольном возрасте у ребенка складывается иерархия мотивов, включается принцип данного слова, возникает произвольное поведение и стремление к осуществлению социально значимой деятельности как фундаменту социальной компетентности.

Начало обучения в школе ведет к коренному изменению социальной ситуации развития ребенка. Он становится общественным субъектом и имеет теперь социально значимые обязанности, выполнение которых получает общественную оценку. Вся система жизненных отношений ребенка перестраивается и во многом определяется теперь тем, насколько успешно он справляется с общественными требованиями.

Приобщение к общественной жизни осуществляется в процессе учебы, поэтому по большей части овладение учебной деятельностью и создает условия для развития у ребенка социальной компетентности.

В этот период активно развивается и кристаллизуется мотивация деятельности. С точки зрения социальной компетентности нас интересует соотношение в мотивационной сфере ребенка мотивации успеха (достижения) и мотивации боязни неудачи (избегания).

Младший школьник, как уже указывалось, в силу ведущей возрастной потребности ориентируется на успех, что и определяет его адаптацию в обществе, способствует развитию личности.

Мотивация успеха является позитивной для социальной адаптации. При такой мотивации действия человека направлены на достижение конструктивных, положительных результатов. Эта мотивация определяет личностную активность.

Мотивация боязни неудачи относится к негативной. При данном типе мотивации человек стремится избежать срыва, неудачи, порицания, наказания. Еще ничего не сделав, он боится провала и отказывается от деятельности. Следовательно, мотивация успеха в учебной деятельности служит одним из показателей социальной компетентности младшего школьника. Этот возраст является периодом интенсивного развития и качественного преобразования когнитивной сферы личности. Ребенок овладевает психическими процессами, учится управлять ими. Его действия приобретают опосредованный характер, становятся осознанными и произвольными. Это создает фундамент для возникновения и развития таких новых качественных образований, как анализ, рефлексия, внутренний план действий. Рефлексия и внутренний план действий меняют способность к произвольной регуляции поведения.

Произвольная регуляция поведения, руководство в поведении сознательными, социально нормативными целями и правилами, способность к саморегуляции выступают в качестве второго существенного признака социальной компетентности.

В младшем школьном возрасте ребенок решает сущностное противоречие: укрепляет границы своего Я для других и одновременно открывается другим, чтобы отвечать их ожиданиям. Это способствует формированию его самооценки. Ребенок овладевает способностью смотреть на себя своими глазами и глазами других, у него развивается диалогичность сознания, критичность по отношению к себе и окружающим, он становится способным к адекватной самооценке. Следует отметить, что, в силу значимости для младшего школьника

потребности соответствовать ожиданиям и ориентации на позитивность, его адаптации более способствует высокая самооценка, чем низкая.

В младшем школьном возрасте складывается новый тип отношений с окружающими людьми. Дети усваивают социальные нормы, вводят в межличностные отношения категории «плохо» — «хорошо», утрачивают безусловную ориентацию на взрослого и сближаются со сверстниками. Здесь для социальной адаптации востребованными оказываются навыки конструктивного взаимодействия.

Анализ психологических особенностей, возможностей и задач социализации детей младшего школьного возраста (6-11 лет) позволяет определить основные признаки социальной компетентности на данном возрастном этапе. К ним относятся сформированность мотивации достижений в учебной деятельности; сформированность навыков самоконтроля, самоорганизации и саморегуляции; руководство в поведении сознательными и социально-нормативными целями и правилами, усвоение социальных норм поведения; удовлетворенность собой, адекватная достаточно высокая самооценка; обладание критичностью по отношению к себе и окружающим; усвоение навыков конструктивного взаимодействия со сверстниками и взрослыми, усвоение прочных дружеских контактов; сформированность навыков конструктивного поведения в трудных жизненных ситуациях.

Отрочество, или подростковый период, характеризуется возрастным кризисом, который состоит в том, что в этот период через борьбу за независимость, происходящую в относительно безопасных условиях, подросток удовлетворяет свои ведущие потребности в самопознании и самоутверждении. У него не просто возникает чувство уверенности в себе и способность полагаться на себя, но и формируются способы поведения, позволяющие ему справиться с жизненными трудностями. В этом возрасте важнейшим с точки зрения социализации является стремление к общению со сверстниками и к утверждению своей самостоятельности, независимости, личной автономии.

Одним из центральных моментов в развитии подростка становится формирующееся чувство «взрослости». Оно определяет стремление подростков приобрести умения и качества, характеризующие взрослого человека, и составляет основу формирования ответственности — важнейшей характеристики личности, отличающей социально зрелую личность от социально незрелой. Именно ответственность является основной составляющей социальной компетентности.

В настоящее время наиболее распространена концепция двух типов ответственности, теория «локуса контроля» (D. Rotter). Ответственность первого типа — это когда личность возлагает на себя всю ответственность за происходящее с ней в жизни («интернальный локус контроля»). Ответственность второго типа связана с ситуацией, когда человек склонен считать ответственными за все происходящее с ним либо других людей, либо внешние обстоятельства («экстернальный локус контроля»). В современных исследованиях понятие интернальности рассматривается дифференцированно. А. А. Реан ввел атрибутивный паттерн, условно называемый «хороший интернальный контроль». Он различает интернальность-экстернальность как по ситуативным областям (область достижения и область неудач), так и по каузальным (ответственность за причины неудач и ответственность за преодоление неудач).

«Хороший интернальный контроль» предполагает, что человек считает себя ответственным в области достижений и за преодоление неудач, при этом причины неудач не обязательно объясняет отсутствием собственных способностей, а обращается к внешним обстоятельствам. Такая интерпретация «хорошей интернальности» наиболее соответствует возрастным особенностям подростков, которые осознают свою ответственность и взрослость как не совсем «подлинную». Они чувствуют неуверенность в своей новой позиции и остро нуждаются в признании и поддержке этой позиции.

Ответственность и «локус контроля» как ее показатель являются центральным признаком социальной компетентности в подростковом возрасте. С формированием ответственности тесно связано развитие воли и произвольности поведения подростка. Умение владеть собой — важное качество взрослого, зрелого человека. Оно очень ценится подростком. Однако для типичного подростка характерны слабость воли, неорганизованность, сравнительно легкий отказ от достижения поставленной цели. Объясняя причины такой «волевой слабости», Л. С. Выготский говорил, что в этом случае характерна слабость не воли, а цели подростка, способного овладеть своим поведением, но не имеющего такой цели, ради которой стоило бы это осуществить. Для развития воли, следовательно, особую роль приобретает усиление цели. Социально компетентный подросток овладевает сознательным целеполаганием.

Для обеспечения социальной адаптации очень важно овладение школьником средствами достижения желаемого результата и организация собственного поведения. К таким средствам относятся умение учитывать последствия совершенных и несовершенных поступков для себя и других, способность представлять такие последствия не только интеллектуально, но и эмоционально. Сформированность этих средств является признаком социальной компетентности подростка.

Формирование ответственности в этом возрасте тесно связано также с другим центральным личностным новообразованием этого периода — становлением нового уровня самосознания, Я-концепции. Отрочество характеризуется прежде всего повышением значимости Я-концепции, системы представлений о себе, формированием сложной системы самооценок на основании самоанализа и сравнения себя с другими.

Стремление оценивать себя по объективным критериям, интерес к себе как к равноправному члену общества, создание внутренних критериев самооценки, базирующихся на реальных и потенциальных достижениях подростка, выстраивание социально одобряемого идеального Я способствуют его социализации и социальной компетентности. Степень реализованности стремления отражается в адекватной самооценке и уровне притязаний школьника, которые и могут служить признаком социальной компетентности.

При рассмотрении особенностей формирования Я-концепции подростка нельзя обойти вопрос о мотивации. Центральное место в мотивации занимает мотив самоутверждения. Он открывает возможности для развития произвольности поведения, стратегии преодоления трудности. Это происходит в случае, если у подростка мотив достижения успеха преобладает над мотивом избегания неудачи. Мотивация достижения проявляется как в учебной, так и в других видах деятельности. Она определяет чувство собственного достоинства и представление об уровне достижений, снижение которого оказывается чрезвычайно болезненным для подростка: он не может позволить себе упасть в собственных глазах. Следовательно, характер мотивации свидетельствует о развитии у него социальной компетентности и должен быть учтен при ее изучении.

Отрочество — период, когда центральной потребностью человека становится потребность в общении со сверстниками. Именно это общение является ведущей деятельностью подростка. Желание иметь друзей, занять определенное положение в группе занимает основное место во внутренней жизни подростка. Он стремится в группу, которая играет огромную роль в его самоопределении, в определении его статуса. Решающее влияние начинают оказывать нормы, стихийно складывающиеся в группе. Эти нормы, не всегда социально приемлемые, непосредственно отражаются в поведении подростка. Для социальной компетентности школьника наиболее значимо умение анализировать эти нормы, их действенность, причины привлекательности. Группа нужна подростку для самоутверждения. Своя позиция среди сверстников иногда утверждается уродливыми и даже опасными способами: ложью, агрессией, унижением других. Предотвратить такое поведение можно через

расширение способов самоутверждения, что также входит в модель социальной компетентности подростка.

Анализ особенностей развития личности и возрастных задач развития в отрочестве позволяет в качестве основных показателей социальной компетентности подростка выделить следующие: ответственность как сформированность «хорошего интернального контроля»; овладение средствами организации своего поведения (учет последствий совершенных и несовершенных поступков для себя и других, средства достижения желаемого результата, целостный волевой акт, включая исполнительскую часть); адекватная самооценка, согласованная с уровнем притязаний; сформированность позитивной мотивации учения и преобладание мотивации достижения; навыки овладения своим эмоциональным состоянием и снятия эмоционального напряжения; владение средствами общения и навыками конструктивного взаимодействия в различных жизненных ситуациях, в том числе и трудных; сформированность эмпатии по отношению к партнеру.

В юношеском возрасте принципиальное значение для социальной адаптации молодого человека приобретает его готовность к самоопределению (И. В. Дубровина). Здесь не утрачивают своего значения все составляющие социальной компетентности подростка, однако задачи возраста определяют специфику этих составляющих.

Общество ставит перед молодым человеком жизненно важную задачу осуществления профессионального самоопределения. В ее решении родители, дезориентированные в вопросе выбора профессии в условиях бурных социально-экономических перемен, и школа не могут оказать молодому человеку сколь-нибудь значимой помощи.

Профессиональное самоопределение не может стать успешным вне самоопределения личностного, включающего построение целостного замысла жизни, самопроектирования себя в будущем. Центральным новообразованием возраста становится «готовность к личностному и жизненному самоопределению». Эта готовность и определяет социальную компетентность юноши.

Способность к самоопределению, обретение идентичности выражаются в «простраивании» собственной временной перспективы, осмыслении жизненных целей, определении жизненных планов. Обращенность в будущее, планирование жизни составляют «эффективный» центр (Л. И. Божович) жизни юноши. Однако осмысление себя в будущем — нелегкий процесс. У юноши он часто сочетается с нежеланием замечать течение времени, с откладыванием важных решений «на потом». Это опасно для социализации личности. «Простраивание» временной перспективы прямо связано со способностью человека осмысливать жизнь, ставить перед собой цели, адекватные его внутренней сущности. Этот процесс важен для сохранения психического и психологического здоровья. В период юности проблема осмысленности жизни становится ключевой для социализации. Юноша, обретающий смысл жизни, планирующий свое будущее, чувствующий себя хозяином жизни, может быть признан социально компетентным.

Осмысление собственной жизни и «простраивание» будущего тесно связаны с развитием мотивации. В нашей стране долгое время цели и ценности спускались «сверху». Это создавало определенный внутренний комфорт и тормозило формирование потребности в самостоятельной постановке жизненных целей. Сегодня в обществе наблюдается конфликт между необходимостью самостоятельного жизненного планирования и недостаточной его внутренней мотивированностью. Молодые люди, которые ничего не хотят в жизни или не знают, чего они хотят, оказываются дезадаптированными в обществе и составляют наиболее сложную категорию «клиентов» практического психолога. Исследования молодых людей с асоциальным поведением показывают, что у них, в отличие от социально позитивных сверстников, слабая мотивация достижения и невыстроенная временная перспектива будущего.

Очевидно, что для осмысления жизни и построения временной перспективы, а значит, и для социальной компетентности в юношеском возрасте большое значение имеет сформированность у юноши мотивации достижения и высокий уровень самоуважения, самопринятия. «Простраивание» временной перспективы, жизненное целеполагание требуют достаточного уровня развития ценностных представлений, волевой сферы, самостоятельности и ответственности. Выработка жизненной стратегии требует от человека потребности и способности осуществлять личный, самостоятельный и свободный выбор, освоения практически полезных навыков планирования, соотнесения ближних и дальних перспектив. Эти показатели также входят в структуру социальной компетентности.

Таким образом, основными показателями социальной компетентности в юношеском возрасте являются осмысленность жизни, построение временной перспективы; наличие жизненных целей; «интернальный локус контроля» по отношению к жизни; высокий уровень ответственности; сформированность мотивации достижения и социально значимых ценностных ориентации; высокий уровень самоуважения, самопринятия, рефлексии и эгоидентичность.

Представленные здесь возрастные модели социальной компетентности младших школьников, подростков и юношей построены, исходя из основных задач, ценностей и особенностей каждого возраста. Они не претендуют на исчерпывающую полноту, так как мы не ставили задачу выделить все признаки социальной компетентности, а старались определить наиболее существенные для того или иного возраста. Формирование выделенных составляющих социальной компетентности призвано обеспечить возможности адаптации и самореализации личности молодого человека в обществе и тем самым способствовать укреплению его психического здоровья.