

Dezvoltarea competențelor socioemoționale la studenți

Socio-emotional skills development in students

Maria Pleșca, *conf. univ., dr.,
UPS „Ion Creangă”*

Rezumat

Articolul reprezintă un studiu care își propune ca obiectiv general să investigheze dezvoltarea socioemoțională a studenților. Competențele socioemoționale reprezintă un produs al dezvoltării emoționale și al învățării sociale, care duce la optimizarea procesului de învățare și la obținerea de performanțe. Studiul a evidențiat că dezvoltarea personală, precum și dezvoltarea socioemoțională au efecte durabile asupra performanțelor academice, adaptării la mediul academic, relaționării cu ceilalți și integrării în societate.

Cuvinte-cheie: *dezvoltare socioemoțională, inteligență emoțională, competență, adaptare, performanță academică.*

Abstract

The article is a study, aimed to investigate the socio-emotional development of students. The socio-emotional skills is a product of emotional development and social learning, leading to optimize the learning process and getting performance. The study revealed that personal development and socio-emotional development have lasting effects on the academic performance, on to academia, the interrelation others, and integration into society.

Keywords: *socio-emotional development, emotional intelligence, skills, adaptation, academic performance.*

Alături de dezvoltarea profesională, dezvoltarea personală este unul din aspectele extrem de importante în integrarea în societate a tinerilor, cu aplicabilitate în orice domeniu, de la aflarea unui loc de muncă până la găsirea unui sens în viață. De dezvoltarea profesională se ocupă cu succes instituțiile educaționale și academice, de la primii ani din viață și până spre vârsta adultă. Însă dezvoltarea personală, dintr-un motiv sau altul, este lăsată pe dinafară, ca și cum ar fi mai puțin importantă în formarea unui individ. Există zeci de studii care au dovedit importanța și efectele pozitive ale dezvoltării personale și majoritatea sunt incluse în conceptul de dezvoltare socioemoțională.

Dezvoltarea socioemoțională reprezintă o integrare a teoriilor asupra inteligenței sociale [7, p. 20; 8, p. 58], inteligenței emoționale [4, p. 148] și a dezvoltării competențelor [1; 2; 7; 8; 9] aplicate în educație. Coroborând aceste trei concepte, Seal [5, p. 14] propune un concept nou, cel de „dezvoltare a competențelor socioemoționale”, cu aplicabilitate la studenți. Motivează acest demers din două perspective: (1) existența unui număr redus de studii dedicate dezvoltării

personale a studenților și (2) costurile ridicate la care s-ar ajunge în cazul în care s-ar utiliza instrumentele și modelele existente în prezent, de tipul programelor de inteligență emoțională și al scalelor care măsoară acest concept. Savantul, continuând studiile realizate pe conceptul de dezvoltare socioemoțională, arată că adulții tineri sunt lăsați pe dinafară, în favoarea altor categorii de vârstă, cu precădere copiii de vârstă preșcolară și școlarii mici. Iar din categoria adulților tineri, studenții reprezintă o categorie defavorizată în ceea ce privește dezvoltarea lor socioemoțională, deoarece accentul cade predominant pe formarea lor profesională. Acest lucru se întâmplă deoarece programele de dezvoltare socioemoțională adresate studenților sunt aproape inexistente, iar instrumentele de măsurare a eficienței acestora pot ajunge la costuri extrem de ridicate.

Dezvoltarea competențelor socioemoționale reprezintă îmbunătățirea cunoștințelor emoționale și optimizarea comportamentelor sociale necesare pentru obținerea unor rezultate dezirabile și sustenabile. Totodată, reprezintă o capacitate personală de a face față provocărilor mediului. Astfel, studenții care își dezvoltă capacitățile de a se înțelege pe sine, care iau în considerare lumea înconjurătoare, care construiesc relații semnificative și de durată și sprijină schimbările pozitive au un avantaj considerabil în a face față provocărilor personale și profesionale.

Starea actuală a societății contemporane îi determină pe fiecare dintre membrii ei să reflecteze adânc asupra schimbărilor ce se produc în comunitate, în viața lor profesională și personală. Atât viteza cu care intervin aceste schimbări, cât și dramatismul lor, incertitudinea și caracterul contradictoriu fac ca personalitatea să-și revizuiască manifestările comportamentale, conturându-și alte priorități valorice. Astfel, pentru a rezista și a face față tuturor provocărilor, preponderențele semnificative și relevante, în acest sens, devin cele orientate spre stabilitatea trăirilor afective, echilibrul emoțional, priceperea de a relaționa, a coopera, a înțelege și gestiona corect emoțiile proprii și ale celor din jur.

Conștientizând acestea, tot mai des relevăm importanța emoțiilor și a stărilor afective în sprijinirea controlului asupra situațiilor social dificile, inducând la un comportament corect, adecvat, garantând un nivel normal de socializare și integrare morală, stimulând motivația comunicării interpersonale active.

Este cunoscut faptul că mediul studentesc este un mediu mai distinctiv, mai specific, cu multe caracteristici, la care nu toate persoanele doresc să se conformeze. Refuzul și împotrivirea de a-și modifica comportamentul și unele calități duc la relații interpersonale distructive. În acest caz, declanșarea schimbărilor poate surveni prin influența colegilor cu nivel înalt de dezvoltare a

inteligenței emoționale, prin aplicarea de către ei a comunicării interpersonale eficiente, care poate servi drept model al unor relații sociale constructive. Constituirea conexiunilor durabile în mediul studentesc le reușește studenților care identifică emoțiile celorlalți și sunt plini de energie afectivă, pe care o împart cu interlocutorii. Reușita lor în relațiile interpersonale se datorează capacității de a detecta ceea ce se află în spatele emoțiilor, motivelor și grijii lor personale, precum și rezonanței cu sentimentele acestora.

Între tineri, au loc permanente schimburi emoționale, care se realizează la niveluri imperceptibile, dar influențând în mare măsură comportamentele partenerilor. Inteligența emoțională presupune controlul acestor schimbări imperceptibile și subtile. Dificultatea de a recepționa și identifica emoțiile altor studenți, foarte des, duce la frustrări și adversități. Erorile comise în transmiterea mesajelor emoționale duc la reacții foarte ridicole și confuze. Iată de ce, în ciuda potențialului academic de care dispun, unii tineri nu întotdeauna pot forma relații interpersonale și deseori nu sunt acceptați în mediul studentesc.

Prezența inteligenței emoționale în mediul studentesc [4, p. 142] reprezintă cheia succesului personal și profesional, exprimată în realizarea scopurilor propuse, precum și în afirmarea imaginii de sine pozitive. Studenții care nu-și angajează responsabilitatea de ceea ce li se petrece rareori au succes. Când cineva nu deține controlul emoțional, devine victimă. Victimizarea implică controlul unor forțe exterioare. Imaginea proprie poate contribui la starea de oprimare în viață, deoarece, dacă studentul crede despre sine că este nefolositoare, inutilă, indolentă, leneșă și că nu aduce nici o contribuție, va considera că și cei din jur îl percep în acest mod și de aceea comportamentul său va fi în aceeași cheie. Totodată, imaginea de sine determină limitele împlinirii personale și stabilește ceea ce poți deveni. Creându-și o imagine de sine pozitivă, studentul își extinde orizonturile și decide ori succesul, ori eșecul personal și profesional. Imaginea de sine, la studenți, are multe implicații în dezvoltarea personală, deoarece pune în valoare potențialul lui și însușește sentimentele. Eșecurile, succesele, aptitudinile, dorințele sunt raportate la propria imagine. Când părerea despre propria persoană în mediul studentesc este pozitivă, tânărul este activ, binevoitor, deschis, flexibil, sigur și îndrăzneț; când aceasta este negativă, studentul devine anxios, complexat, suspicios, pasiv, șovăitor. Imaginea de sine în mediul studentesc determină nu numai reușita, dar și gradul de fericire. Studenția este perioada de autoanaliză și autoapreciere. Autoaprecierea are loc pe calea comparației eului ideal cu cel real. Însă eul ideal încă nu este verificat sau cercetat și poate fi întâmplător sau simptomatic, iar eul real încă nu este apreciat multilateral de însăși personalitatea studentului. Este prezentă deci o contradicție obiectivă. De aceea, deseori putem observa schimbări de dispoziție și dorințe în rândul tinerilor [6, p. 128].

O altă problemă a studenților este autoeducația – activitatea orientată spre schimbarea, transformarea propriei personalități. În mediul studentesc, autoeducarea se realizează cu ajutorul unor diverse mijloace și tehnici, mai frecvente fiind responsabilitatea sau formularea independentă a unor scopuri de formare a anumitor calități; autoanaliza sau procesele reflexive care îi permit studentului să cunoască legăturile cauzale ale succesului și insuccesului, acestea servind drept bază pentru îndeplinirea noilor cerințe față de sine; autocontrolul în permanență a comportamentului și stărilor proprii, cu scopul de a evita acțiuni și fapte nedorite.

Inteligența emoțională este într-o mare măsură tributară unor obișnuințe – automatisme învățate –, având la bază modelele emoționale preluate din familie, mediul școlar sau universitar. Adaptarea la viața de student, la conținutul și modul de organizare a activității instructive se produce sub influența unei multitudini de factori, inclusiv a celor emoționali. Studenții pedagogi cu nivel satisfăcător de dezvoltare a inteligenței emoționale se adaptează mult mai ușor la mediul studentesc, depășind orice adversitate, având succes în mediul studentesc, în timp ce altă categorie de tineri sunt captivii unor bariere socioemoționale, care nu le permit un comportament adecvat. S-a constatat că acești tineri au dificultăți cu autoreglarea și autocontrolul emoțiilor, sunt nesociabili, sunt prea emotivi la lucruri neînsemnate, nu-și stăpânesc impulsurile, sunt ușor stresati etc. Cunoașterea propriilor sentimente este strâns legată de cunoașterea sentimentelor celor din jur. Interacțiunile cu ceilalți decurg mai bine atunci când ne aflăm pe aceeași lungime de undă, din punct de vedere emoțional. Pentru aceasta, trebuie să recunoaștem indiciile pe care îl oferă ceilalți și să-l apreciem corect [5, p. 28].

Ipoteza de cercetare a postulat faptul că nivelul dezvoltării socioemoționale a studenților va influența performanțele lor academice.

Pentru a măsura nivelul de dezvoltare socioemoțională, am utilizat scala de competențe socioemoționale (CSE). Scala cuprinde 32 de itemi, construiți în jurul a patru factori principali: AC – autoconștientizarea (cunoașterea și înțelegerea propriilor emoții și aptitudini), RC – respectarea celorlalți (luarea în considerare a celorlalți, înainte de a acționa), LC – legătura cu ceilalți (dezvoltarea unei bune interacțiuni și a apropierii față de ceilalți) – și OS – orientarea spre schimbare. Performanțele academice au fost analizate sub forma notelor obținute în semestrele 1 și 2 ale primului an universitar. Am constatat că mediile au fost aproximativ aceleași în semestrul 1 (7.31) și semestrul 2 (7.68).

Datele obținute ne dovedesc că AC predomină la 31% din studenți, RC a fost determinat la 22%, LC – la 18% și OS – la 29%.

32% din subiecții cercetați au demonstrat un nivel înalt de dezvoltare socioemoțională, 48% – un nivel mediu și 20% – un nivel jos.

Am constatat un efect semnificativ al nivelului de dezvoltare socioemoțională asupra performanțelor academice la toți cei patru factori: AC ($r = 0,160$, $p = 0,003$); RC ($r = 0,189$, $p = 0,001$); LC ($r = 0,200$, $p = 0,007$); OS ($r = 0,172$, $p = 0,021$).

Competențele socioemoționale se asociază cu creșterea nivelului performanțelor academice. Un nivel înalt al dezvoltării socioemoționale se asociază pozitiv cu performanțele studenților. Un nivel jos al dezvoltării socioemoționale se asociază negativ cu performanțele academice ale studenților ($r = -0.19$, $p < .05$).

Dovezile influențelor constatate statistic sugerează faptul că dezvoltarea socioemoțională are utilitate predictivă în domeniul conceptelor legate de performanța academică și profesională.

Realizarea cu succes a oricărui tip de activitate solicită un nivel optim de dezvoltare socioemoțională.

Pe baza rezultatelor obținute în urma investigațiilor, putem formula următoarea concluzie: dezvoltarea competențelor socioemoționale reprezintă îmbunătățirea cunoștințelor emoționale și optimizarea comportamentelor sociale necesare pentru obținerea unor rezultate dezirabile. Totodată, aceasta reprezintă o capacitate personală de a face față provocărilor mediului. Astfel, studenții care își dezvoltă capacitățile de a se înțelege pe sine, care iau în considerare lumea înconjurătoare, care construiesc relații semnificative și de durată și sprijină schimbările pozitive au un avantaj considerabil în a face față provocărilor personale și profesionale.

Bibliografie

1. Albu, G., *Comunicare interpersonală*, Polirom, Iași, 2008.
2. Andre, C., Lelord, F., *Cum să ne exprimăm emoțiile și sentimentele*, Trei, București, 2003.
3. Brehm, J.W., *Intensitatea emoțiilor*, Trei, București, 2009.
4. Goleman, D., *Inteligența emoțională*, Curtea Veche, București, 2007.
5. Sartre, J.P., *Psihologia emoției*, IRI, București, 2007.
6. Kiesler, S., *Emoții în grup*, IRI, București, 2003.
7. Lazarus, R.S., *Emoție și adaptare*, Trei, București, 2011.
8. Rime, B., *Comunicarea socială a emoțiilor*, Trei, București, 2009.
9. Simon, H.A., *Controlul motivațional și emoțional al cogniției*, Credis, București, 2007.