

CZU: 167:[316.645+159.942]-057.85

CERCETAREA MANIFESTĂRII COMPETENȚELOR SOCIALE ȘI EMOȚIONALE LA STUDENȚI

Lilia PAVLENKO, dr. conf.univ. interimar

Catedra PEP, Universitatea de Stat din Tiraspol

Mihaela HAJDEU, studentă, ciclul II – master

programul Psihologia socială și a familiei, UST

Rezumat. Acest articol conține rezultatele unui studiu privind manifestarea competențelor sociale și emoționale la studenți. Lipsa acestor competențe sau dezvoltarea insuficientă la viitorii specialiști generează dificultăți în inserția profesională. Calitatea personalității viitorului pedagog depinde de calitatea relațiilor sociale pe care le inițiază, astfel că formarea competențelor sociale și emoționale devine una dintre prioritățile educaționale moderne ale învățământului universitar.

Cuvinte-cheie: inserția socială, dezvoltarea profesională, competențe sociale și emoționale, integritatea personalității, studenți, cadre universitare.

RESEARCH OF THE STUDENTS' SOCIAL AND EMOTIONAL MANIFESTATION

Abstract. This article analyzes the results of a study on the manifestation of students' social and emotional competences. The lack of these skills or the insufficient development of future specialists generates failures in the professional insertion. The quality of the future specialist's personality depends on the quality of the social relationships he initiates, thus, the formation of social and emotional competences is one of the modern educational priorities of the university education.

Keywords: social insertion, professional development, social and emotional competences, personality integrity, students, academic staff.

Popularitatea conceptului de competență socială tot mai mult se resimte atât în spațiul științific, cât și cel academic datorită cercetărilor de valoare a mai mulți autori precum: M. Argyle(1983), J.-M. Dutrénit (2002), U. Phingsten, R. Hintesch (1991), R. Ullrich (1978), H. Shroder, M. Vorweg (1978), H.B. Калинина (2004), E.B. Коблянская (1995), В. Куницина (2005) etc.

Fiind privit drept fenomen psihosocial, conceptul de competență socială reflectă o achiziție psihică căpătată de individ în procesul socializării cu ajutorul căreia acesta poate să îndeplinească câteva funcții: să aleagă modele de comportament eficiente în situațiile de interacțiune; să regleze adaptarea la medii sociale noi; să aducă performanțe sociale..., iar prin aceasta să contribuie la realizarea proceselor de adaptare, integrare, socializare” [9, p.142]. Raportate la personalitatea ființei umane, competențele sociale oferă calitate relațiilor sociale, care fiind preluate, interiorizate și sedimentate de către fiecare individ în parte, formează esența personalității.

În lucrarea de față sunt prezentate rezultatele unei cercetări referitor la manifestarea competențelor sociale la studenți. Lotul experimental a fost alcătuit din 50 de subiecți: 25 studenți ai anului I-îi și 25 studenți– ai anului IV, Facultatea Pedagogie, UST (2018).

Ca metodă de cercetare a servit chestionarul multidimensional Profilul Competențelor Sociale și Emoționale (PCSE, elaborat de V. Robu și M. Tufeanu, 2013) ce conține 113 afirmații referitoare la diferite reacții, atitudini și comportamente care pot fi întâlnite în viața de zi cu zi în diverse situații. La întrebările propuse studenții au răspuns alegând cinci variante posibile: *A - nu mi se potrivește deloc; B- mi se potrivește puțin; C- mi se potrivește destul de mult; D- mi se potrivește mult și E- mi se potrivește în totalitate.*

Examinarea competențelor sociale. Mai întâi au fost analizate datele obținute în studierea competenței sociale. Drept itemi ce operaționalizează cu elementele competenței sociale au servit: responsabilitatea în relațiile sociale, gratificația și sprijinul, rezolvarea de probleme, angajamentul, abilitatea de a dezvolta relații interpersonale pozitive, asertivitatea, comunicarea, cooperarea și gestionarea conflictelor.

Astfel, pentru anul I s-a constatat:

➤ Cei mai mulți dintre studenții anului I, aproximativ 35%, țin cont de *responsabilitatea în relațiile de grup* (scala I). Această competență vizează conștientizarea normelor de conduită și a regulilor bunului simț de care o persoană ține cont și pe care le aplică în interacțiunile sale de zi cu zi. Posibil, pentru studenții anului I scorul înalt la această scală se explică prin dorința acestora de a dovedi cunoașterea și acceptarea normelor de grup în perioada de adaptare.

Cu vârsta această caracteristică tinde să scadă simțitor. Astfel, s-a înregistrat un scor mai modest la studenții anului IV, unde procentajul variază de la 18% la 26%. Aflați pe ultima sută de metri, unii fiind angajați și în câmpul muncii, studenții sunt mai concentrați pe a absolvi cu succes, decât pe ceea ce se întâmplă în cadrul colectivului. La această vârstă, studenții dobândind autonomie, capătă tot mai multă încredere în forțele proprii și tot mai mult avânt spre a se descurca singuri.

➤ Următoarele date ce la fel ating cote mai înalte, comparativ cu celelalte, se referă la scala VII (*comunicarea* - 28% din studenți) și scala VIII (*cooperarea* - 32,66% din studenți).

Cooperarea și pentru cei mai mulți dintre studenții anului IV, aproximativ 35%, rămâne prioritară (Fig.2). Fiind un proces de grup ce are ca scop acțiunea împreună pentru beneficiu comun, studenții demonstrează că posedă această competență și chiar o pot gestiona.

La fel, și *comunicarea* înregistrează un procent înalt: 25 - 29% dintre studenți afirmă că acest element le este caracteristic în totalitate. Deci, observăm cu vârsta ambii itemi tind spre o creștere ușoară.

Conform I. Așevschi (2012), în crearea și menținerea unui climat relațional, comunicarea joacă un rol esențial prin acceptarea necondiționată a celuilalt, renunțarea la judecată cu privire la celălalt, acceptarea spuselor sale, a manierei în care le-a spus etc. M. Argyle [6] descrie comunicarea și cooperarea prin orientarea persoanei către luarea în

considerare a scopurilor celorlalți și către îmbinarea cu propriile sale scopuri. Această competență este importantă pentru dezvoltarea comportamentului la studenți, întrucât multe dintre activitățile în care aceștia se implică (de exemplu: activitățile de învățare sau petrecerea timpului liber în grupul de prieteni) presupun lucrul în echipă. Antrenarea în continuare a acestei competențe îi va ajuta pe studenți să învețe să-și adapteze scopurile, acțiunile și comportamentele în funcție de regulile și nevoile grupului din care fac parte, să conlucreze în vederea atingerii unor scopuri comune, facilitând în acest sens relațiile dintre membrii grupului.

➤ Scoruri modeste au atestat studenții la scala III (*rezolvarea de probleme*) - 23% dintre studenți. Rezolvarea problemelor implică abilitatea unei persoane de a sesiza caracteristicile și semnificațiile diverselor situații care apar în viața reală, la care se adaugă capacitatea de a identifica mai multe soluții, de a le evalua în mod critic și de a alege pe cea mai bună dintre ele. Unii autori consideră că abilitatea de a rezolva probleme de viață reprezintă una dintre cele mai importante variabile care susțin procesul dezvoltării personale în rândul adolescenților și al tinerilor, permițându-le să facă față situațiilor de criză, să adopte decizii responsabile și să-și atingă scopurile [2]. Studiile sugerează că stilurile de rezolvare a problemelor și dificultățile care intervin în relațiile interpersonale joacă un rol important în predicția rezultatelor academice în rândul tinerilor. Prin urmare, antrenarea acestei competențe îi va înzestra cu abilitatea de a soluționa într-un mod constructiv dificultățile pe care le întâmpină în activitatea universitară, în relațiile și viața de familie, grupul de prieteni sau în relațiile din cadrul colectivului academic, obținând astfel încrederea în propriile lor forțe, precum și satisfacția față de propriile acțiuni și relații interpersonale.

În comparație cu aceste date, o sporire modestă se observă la studenții anului IV - 27%. Principala finalitate a sistemului cognitiv este rezolvarea de probleme. Spre deosebire de celelalte componente ale sistemului cognitiv: atenția, memoria, categorizarea, mecanismul de rezolvare de probleme are un caracter mai general cuprinzând celelalte sisteme și subsisteme. Rezolvarea de probleme este rezultatul interacțiunii mecanismelor cognitive, și deoarece apariția unui conflict este deja o problemă, gestionarea lui implică anumite abilități din partea celor implicați.

➤ La fel o medie scăzută s-a constatat la scala IV (*angajamentul*) - 20, 8% dintre studenți și la scala IX (*gestionarea conflictelor*) - 17% studenți. Conflictelor reprezintă o dimensiune inevitabilă a relațiilor interumane, având multiple cauze și consecințe neplăcute [7], astfel prevenirea și gestionarea lor este o componentă cheie a dezvoltării personale care contribuie la succes în planul relațiilor interpersonale [10].

Respectiv, putem presupune că la studenții anului I, există o tendință înaltă de a se prezenta pe sine în societate ca indivizi buni, unici, personali, care se conformă parțial la regulile grupului, cunosc și respectă normele sociale - nevoie care este exacerbată (exagerată) [5, p. 244]. Pentru ei, relațiile interpersonale și colaborarea se situează pe

prim plan, deoarece la această vârstă relațiile îmbracă forma unor prietenii colective și ei simt nevoia de a împărtăși interesele cu semenii [5, p. 244].

26% dintre studenții anului IV menționează că posedă competențe de gestionare a conflictelor, fapt observat în figura 1. Ei demonstrează că sunt mult mai echilibrați și raționali, își pot controla impulsurile și pot preveni sau evita apariția unui conflict. Fiindu-le caracteristică gândirea logică, tinerii pot operaționaliza cu competențele cognitive, ceea ce le permite să fie mai stăpâni pe sine.

➤ La fel cote înalte studenții anului IV ating la scala IV (Angajamentul) și scala V (Abilități de a dezvolta relații interpersonale) - aproximativ 30%. Conform lui Erickson, la această vârstă tânărul este preocupat de relațiile interpersonale, interesele sale se diversifică, iar dezvoltarea unor relații interpersonale reprezintă pentru studenți nevoia de a se grupa și de a se asocia în cercuri intime de prietenie. În viziunea lui F. Golu, tinerii se angajează în relații cu o mai mare încărcătură de reverie (visare) și fantezie, nu doar în mediul academic sau profesional, ci chiar și atunci când trăiesc primele iubiri răvășitoare.

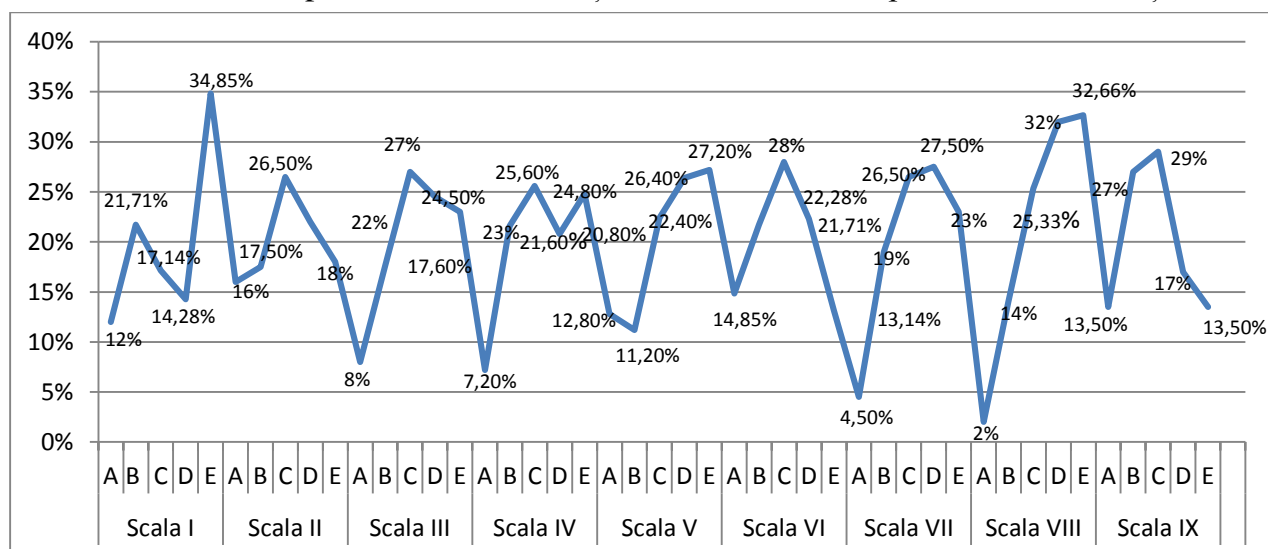


Figura 1. Manifestarea competențelor sociale la studenții anului I

- I. Responsabilitatea în relațiile de grup; II. Gratificația și sprijinul; III. Rezolvarea de probleme;
 IV. Angajamentul; V. Abilitatea de a dezvolta relații interpersonale; VI. Asertivitatea;
 VII. Comunicarea; VIII. Cooperarea; IX. Gestionarea conflictelor.
 A- nu mi se potrivește deloc; B- mi se potrivește puțin; C- mi se potrivește destul de mult;
 D- mi se potrivește mult; E- mi se potrivește în totalitate.

Alte rezultate pentru acești subiecți sunt:

➤ Scoruri cu maxime de 25,50 % au fost înregistrate la scala II (Gratificația și sprijinul) și scala VI (Asertivitatea). Fiind una dintre însușirile psihice deosebit de importante din constelația personalității umane, *asertivitatea* contribuie la menținerea echilibrului interior, la exprimarea a ceea ce dorim și în egală măsură la cultivarea unor relații interpersonale agreabile. Prin urmare, studenții își exprimă propriile gânduri și opinii în mod deschis, fiind precauți la modul în care o fac, ei încearcă să nu fie agresivi sau abuzivi.

Gratificația și sprijinul în plan comportamental implică: aprobarea acțiunilor sau a succesului altor persoane, încurajarea, simpatia exprimată în mod deschis, interesul manifestat în mod activ față de starea de bine a celorlalți. Astfel de comportamente răspund nevoii de acceptare și apreciere pe care o resimte orice persoană. De aceea, stimulând abilitatea tinerilor de a-i gratifica pe cei din jur și de a le acorda ajutorul, putem să creăm premisa pentru creșterea popularității tinerilor în grupurile la care aderă și premisa pentru o integrare fără dificultăți.

Comparând datele pentru caracteristicile competențelor sociale ce predomină în comportamentul studenților anului I și anului IV (datele pot fi observate în Figura 1 și 2), deducem următoarele:

- studenții anului I-îi atestă mai frecvent în comportament așa competențe sociale ca: responsabilitatea în cadrul grupului, comunicarea, cooperarea;
- în schimb, mai anevoios le reușește manifestarea în comportament a asertivității, adică acceptarea opiniei altor persoane fără a diminua propria viziune;
- la fel, luarea deciziilor, capacitatea de a-și gestiona conduita în cadrul situațiilor de conflict atestă date scăzute;
- la anul IV studenții constată competențe în manifestarea angajamentului, abilităților de a dezvolta relații interpersonale și cooperare și, mai puțin, la asertivitate.

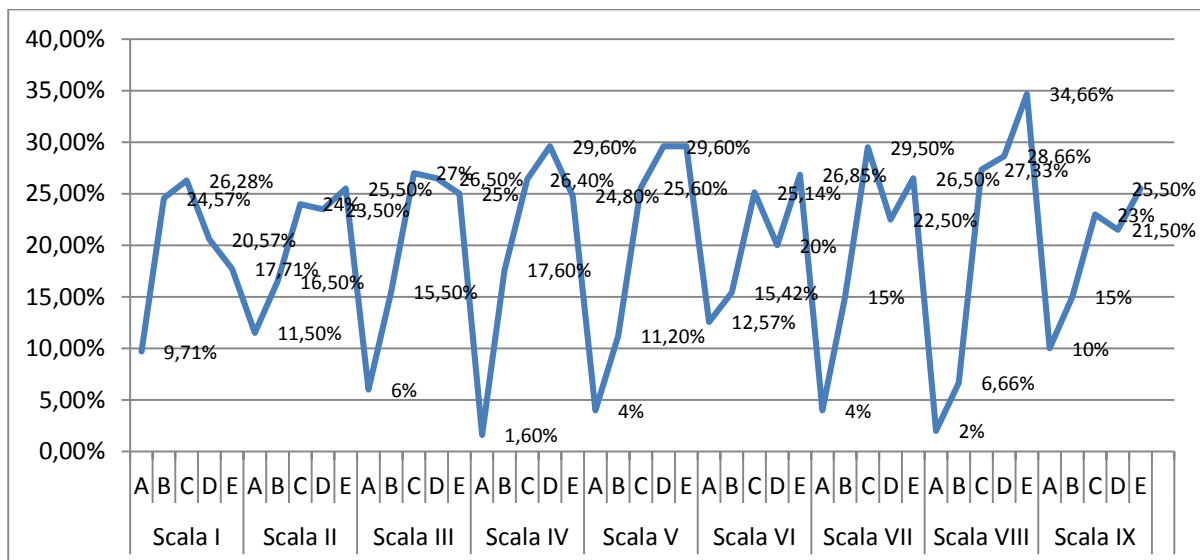


Figura 2. Manifestarea competențelor sociale la studenții anului IV

Unde: I. Responsabilitatea în relațiile de grup; II. Gratificația și sprijinul;

III. Rezolvarea de probleme; IV. Angajamentul; V. Abilitatea de a dezvolta relații interpersonale;

VI. Asertivitatea; VII. Comunicarea; VIII. Cooperarea; IX. Gestionarea conflictelor.

A-nu mi se potrivește deloc; B- mi se potrivește puțin; C- mi se potrivește destul de mult;

D- mi se potrivește mult; E- mi se potrivește în totalitate

Manifestarea competențelor emoționale. Studiul de față a inclus și analiza rezultatelor obținute la testarea competențelor emoționale în lotul investigat. În acest context, s-a operaționalizat cu următorii itemi ai competenței emoționale: conștientizarea propriilor emoții, exprimarea propriilor emoții, reglarea propriilor emoții, independența

în exprimarea gândurilor și a emoțiilor, prezentarea de sine, flexibilitatea în emoții și comportamente, controlul impulsurilor, empatia.

Respectiv, constatările făcute au dovedit următoarele:

➤ 25,5% dintre studenții anului I au afirmat că în totalitate *conștientizează propriile emoții*. Posibil că, aflându-se la granița dintre vârsta adolescenței și cea a maturității, ei au un interes crescut pentru propria persoană și caută să-și înțeleagă propriile trăiri. Tot aici, 11,5% din studenții anului I au relatat că nu-și pot da seama de emoțiile trăite, rezultă, deci, că unii studenți nu-și cunosc stările, preferințele, resursele - ca și efectele lor asupra comportamentului propriu și al celorlalți.

În schimb la anul IV, se observă o creștere ușoară a acestui item - 28% din subiecți au răspuns că destul de bine își pot da seama de emoțiile trăite, și 20,5% - în totalitate confirmă același lucru. De remarcat că, conștientizarea emoțională la studenții anului IV este mai valorificată: subiecții își percep adecvat stările emoționale, confirmând o înțelegere apreciativă a propriilor forțe și slăbiciuni, etalând totodată un puternic simț al valorii personale.

De reținut că, estimarea corectă a acestei componente a competenței emoționale (ce constituie parte integră a inteligenței emoționale) influențează luarea deciziilor importante în viață, identificarea realității între ceea ce simte - gândește - spune - face, asigură o adaptare mai bună în diverse circumstanțe și modelează semnificativ comportamentul studentului.

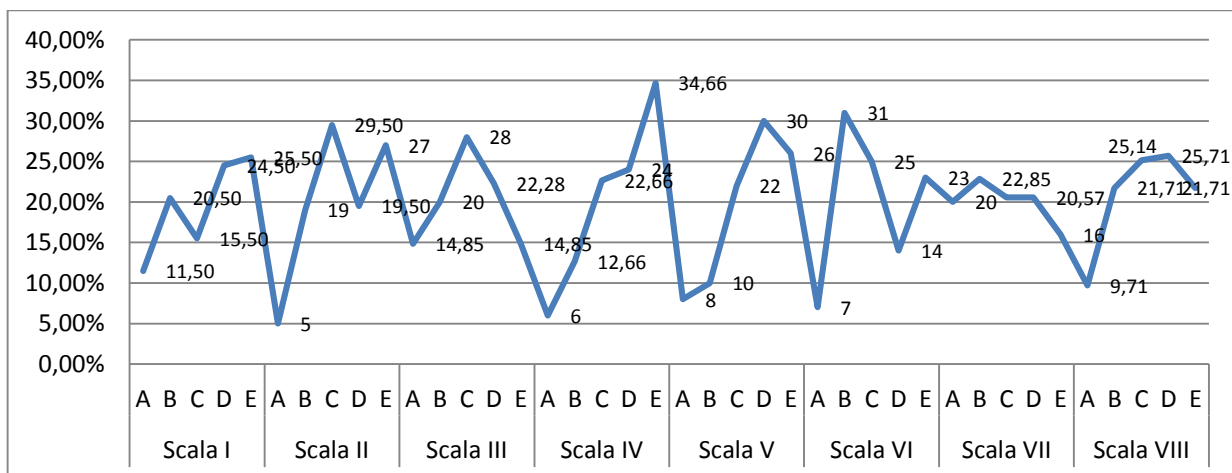


Figura 3. Manifestarea competențelor emoționale la studenții anului I

Unde : Scala I. Conștientizarea propriilor emoții; Scala II. Exprimarea propriilor emoții; Scala III. Reglarea propriilor emoții; Scala IV. Independența în exprimarea gândurilor și a emoțiilor; Scala V. Prezentarea de sine; Scala VI. Flexibilitatea în emoții și comportamente; Scala VII. Controlul impulsurilor; Scala VIII. Empatia.

A- nu mi se potrivește deloc; B- mi se potrivește puțin; C- mi se potrivește destul de mult; D- mi se potrivește mult; E- mi se potrivește în totalitate.

➤ Referitor la *exprimarea propriilor emoții*: 29,5% dintre studenții anului I au atestat că dețin control în a-și exprima emoțiile și doar 5% din subiecți se confruntă cu problema dată.

Studenții anului IV la fel au înregistrat un procentaj mare la această scală. 29% dintre subiecți au afirmat nu întâmpină dificultăți, ba mai mult - 27% dintre ei au optat pentru ideea că exprimarea propriilor gânduri și emoții liber fără inhibiții îi caracterizează în totalitate.

Atât psihologii, cât și medicii menționează că exprimarea emoțiilor este esențială pentru sănătatea noastră. În opinia lui François Lelord și Christophe André [1, p.321], acest element al inteligenței emoționale este foarte important pentru a conviețui mai armonios cu propriile emoții.

➤ Următoarea caracteristică analizată - *independența în exprimarea gândurilor și a emoțiilor* (scala IV) – arată că 34,66% din studenții anului I o dețin în totalitate, aceasta fiind unica scală cu cel mai înalt scor. Achiziția dată presupune autonomie în planul exprimării ideilor și rezistența în fața încercărilor de a fi manipulați. La aceasta se mai adaugă siguranța de sine în susținerea propriilor idei și în afirmarea propriilor opinii. Există și studenți care sunt mai rezervați în exprimarea acestui item (doar 6%).

În acest context, 28% dintre studenții anului IV au arătat că posedă o astfel de caracteristică destul de mult și 26% - aproape în totalitate. Doar 4,66% au răspuns că la acest capitol se confruntă cu unele probleme.

Totuși, constatăm o diferență vizibilă între datele obținute la studenții anului I și cei de la anul IV, care denotă un nivel al independenței mai ridicat la primii. Cu toate că specialiștii în domeniu susțin că tinerii de vârstă 23-28 ani sunt mult mai independenți, iar primul lucru care confirmă acest fapt este separarea de părinți. La fel, ei consideră că acesta este momentul în care ei trebuie să trăiască, să se dezvolte și să-și construiască un viitor [5]. O explicație a acestei diferențe poate fi următoarea: studenții anului I-și trăiesc o senzație aparentă a cuvântului independență, aflându-se pentru prima dată într-un mediu nefamilial. Cei de la anul IV, într-adevăr conștientizează această stare, având în spate al patrulea an de studiu.

➤ *Reglarea propriilor emoții* se manifestă prin abilitatea de control și adecvarea la caracteristicile situațiilor interpersonale a emoțiilor pozitive sau negative, ceea ce conduce la o adaptare optimă. La această scală, 14,85% din studenții anului I, au răspuns că nu posedă deloc competența numită, iar 28% dintre ei, au răspuns că-și pot menține calmul în situații stresogene. 14,85% dintre studenții anului I au afirmat că acest lucru le este caracteristic în totalitate. Respectiv, deși își conștientizează emoțiile, studenții nu le pot controla.

Doar 16% dintre studenții anului I în totalitate dețin controlul impulsurilor, iar alții 23% se confruntă cu problema autoreglării emoțiilor.

Deja la anul IV se observă o scădere a numărului de studenți (doar 6,85%) ce mai greu își reglează emoțiile în comparație cu 30,85% care susțin că în mare parte își pot dirija propriile trăiri. Și în controlul impulsurilor studenții anului IV atestă cote mai înalte – doar 9,71% întâmpină dificultăți de autocontrol al impulsurilor, ceea ce este într-o

oarecare măsură și firesc, deoarece o bună parte dintre ei sunt angajați în câmpul muncii. În schimb, de la 21% la 28% studenții se arată a fi mult mai maturi din punct de vedere emoțional, își pot dirija emoțiile.

De menționat că autoreglarea emoțională nu este un singur proces, ci cuprinde mai multe componente, printre care a fi conștient de emoțiile experimentate, a fi atent la evoluția acestor emoții, a le înțelege și denumi, a le sorta și categorisi, a le dirija sau modifica astfel încât individul să poată atinge scopul acțiunilor pe care le desfășoară.

➤ *Prezentarea de sine*, se situează pe un loc prioritar pentru studenții anului I, unde 30% dintre aceștia au susținut că acest lucru li se potrivește destul de mult și aproape în totalitate - 26%, și doar 7% - deloc. Prin urmare, felul cum sunt percepuți de către cei din jur, pentru studenții anului I joacă un rol foarte important.

Pentru studenții anului IV, prezentarea de sine joacă un rol, la fel, important - 37% dintre subiecți manifestă competența dată. Prioritatea acestei caracteristici demonstrează rolul atractivității fizice și pentru propria persoană.

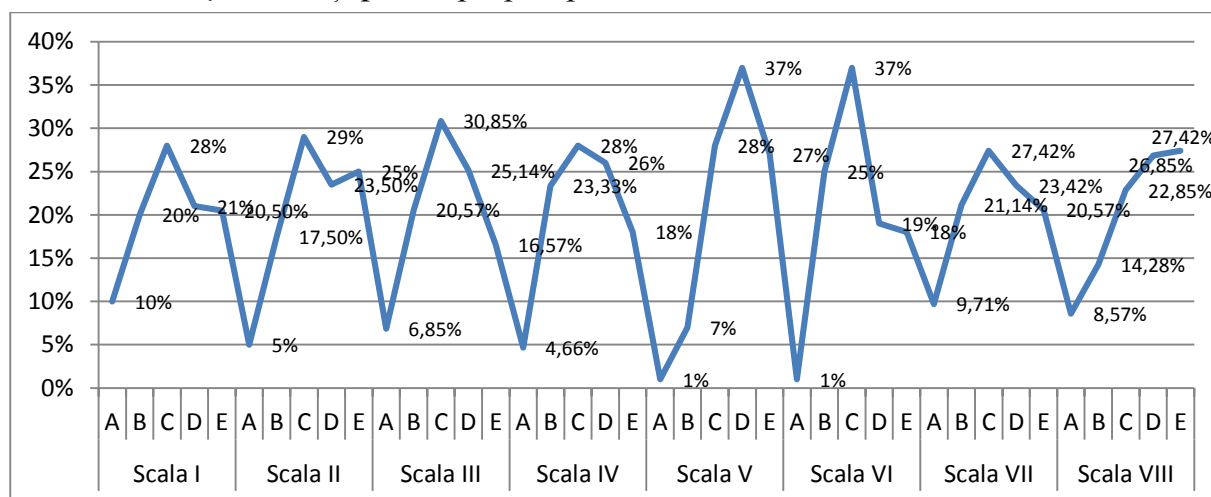


Figura 4. Manifestarea competențelor emoționale la studenții anului IV

Unde : Scala I. Conștientizarea propriilor emoții; Scala II. Exprimarea propriilor emoții; Scala III. Reglarea propriilor emoții; Scala IV. Independența în exprimarea gândurilor și a emoțiilor; Scala V. Prezentarea de sine; Scala VI. Flexibilitatea în emoții și comportamente; Scala VII. Controlul impulsurilor; Scala VIII. Empatia.

A- nu mi se potrivește deloc; B- mi se potrivește puțin; C- mi se potrivește destul de mult; D- mi se potrivește mult; E- mi se potrivește în totalitate.

➤ Rezultatele obținute pentru următoarea scală - *flexibilitatea în emoții și comportamente* – arată că 31% dintre studenții anului I se confruntă cu problema adaptării la împrejurări noi, alții 23% trec mai ușor peste astfel de situații. F. Golu (2010) susține că apariția unor probleme legate de lipsa protecției părintești cu timpul vor dispărea pe măsură ce tânărul va conștientiza noul statut.

Opinia expusă este confirmată de datele obținute de studenții anului IV - 37% dintre subiecți au arătat că provocările și noile situații îi determină să se dezvolte și să-și perfecționeze unele abilități. Fiind preocupat de mai multe sarcini, cum ar fi: academice, profesionale, familiale, tânărul și-a format și continuă să-și formeze abilitatea de a se

adapta ușor împrejurărilor noi. Prin urmare, putem concluziona că studenții anului IV, demonstrează o doză mult mai mare de maturitate la această scală și tânărul are deja o oarecare concepție despre sine, reprezentându-și poziția sa în societate (Golu, 2010).

➤ *Empatia* este formă de intuire a realității prin identificarea afectivă, având capacitatea de a intui, înțelege și recunoaște emoțiile, sentimentele și preocupările celorlalți. Cu cât persoana este mai deschisă față de propriile sale emoții, cu atât este mai capabilă să înțeleagă și să interpreteze emoțiile și sentimentele altora. Conceptul de empatie se referă la sensibilitate, la trebuințele și valorile celorlalți și apare ca un element major în explicarea manifestărilor comportamentului interpersonal. Scopul empatiei este de a-i percepe pe ceilalți și felul lor de a privi lucrurile, a trăi sentimentele și a participa afectiv la preocupările sau îngrijorările altora. Totodată, empatia oferă posibilități de a formula și anticipa comportamentul intrapersonal al celorlalți.

În urma prelucrării datelor obținute, s-a observat că abilitățile empatice nu sunt pe deplin valorificate la studenți. Real este faptul că o bună parte își cunosc limitele empatice și percep indicii emoționali ai celor cu care comunică sau formează relații interpersonale. 28% din studenții anului IV susțin că sunt empatici în totalitate, și doar 8,57% - nu manifestă empatie față de alte persoane.

Comparativ, 21,71% dintre studenții anului I au demonstrat o empatie totală, iar 10% atestă unele probleme empatice. Cert este că toți studenții conștientizează că empatia este sensibilitatea față de trebuințele și valorile celorlalți și poate fi elementul major în explicațiile comportamentului interpersonal.

Deci, în linii mari constatăm în exprimarea competențelor emoționale următoarele:

➤ fiecare al doilea student al anului I-îi își conștientizează propriile emoții, le poate exprima (50%), aproape 60% reușesc să-și exprime gândurile și emoțiile independent, să se autoprezinte;

➤ aproximativ 15% dintre studenții anului I întâlnesc greutăți în reglarea emoțiilor, 23% în controlul impulsurilor și peste 30% în manifestarea empatiei;

➤ ultimele competențe mai greu se regăsesc și în comportamentul studenților anului IV - controlul impulsurilor (mai mult de 30%) și empatia (23%), dar sunt mai flexibili în emoții și comportamente (aproape 70%), în exprimarea propriilor emoții (49%).

În concluzie:

- Examinarea experimentală a dovedit că atât la studenții anului I, cât și la cei din anul IV are loc o dezvoltare neuniformă a competențelor sociale și emoționale, fapt ce pune în valoare mai mulți factori de influență asupra comportamentului acestora, cum ar fi mediul academic/profesional, trăsăturile de personalitate, motivația pentru învățare etc.

- Analiza frecvenței manifestării în comportamentul studenților a competențelor numite au scos în evidență unele fapte:

- la anul I – sunt proeminente unele elemente ale acestor competențe (responsabilitatea în cadrul grupului, comunicarea, conștientizarea și exprimarea emoțiilor), la anul IV - altele (manifestarea angajamentului, abilităților de a dezvolta relații interpersonale, flexibilitate în comportament etc.), dar ambele categorii de vârstă prezintă competențe de cooperare, de conștientizare a emoțiilor etc.,

- totodată, la ambele vârste rar se întâlnesc în comportament așa competențe ca: controlul impulsurilor, asertivitatea, empatia.

În așa mod, pentru o mai bună adaptare la mediul academic studenții anului I-îi au nevoie să beneficieze de implicarea în unele activități cu elemente de training, programe de adaptare a competențelor sociale și emoționale, fapt ce va oferi posibilitatea de a participa într-un mod constructiv și eficient la viața socială, și pe de altă parte, va avea un efect benefic și asupra reușitei academice.

Bibliografie

1. Andre Ch., Lelord F. Cum să ne exprimăm emoțiile și sentimentele. București: Ed. Trei, 2003. 368 p.
2. Bar-On R., Parker J. D. A. (Coord.). Manual de inteligență emoțională. Teorie, dezvoltare, evaluare și aplicații în viața de familie, la școală și la locul de muncă. București: Curtea Veche, 2011. 508 p.
3. Constantinescu M. Competența socială și competența profesională. București: Editura Economică, 2004. 352 p.
4. Iluț P. Psihologie socială și psihosociologie. Teme curente și noi viziuni. Iași: Polirom, 2009. 596 p.
5. Golu F. Psihologia dezvoltării umane. București: Editura Universitară, 2010. 315 p.
6. Milcu M. Psihologia relațiilor interpersonale. Competiție și conflict. Iași: Polirom, 2005. 226 p.
7. Moscovici S. Psihologia socială a relațiilor cu celălalt Iași: Polirom, 1998. 245 p.
8. Neomireanu I. Probleme psihologice ale dezvoltării conștiinței morale. În: Psihologie. Pedagogie specială. Asistență socială, 2007, nr. 2 (17). p. 57-64.
9. Pavlenko L. Particularitățile psihologice ale dezvoltării competenței sociale în ontogeneză. Teza de dr. Chișinău, 2015. 228 p.
10. Robu V. Competențe sociale și personalitate. Iași: LUMEN, 2011. 155 p.
11. Stan A. Testul psihologic. Evoluție, construcție, aplicații. Iași: Polirom, 2002. 356 p.
12. Țărnă E. Competența socială - proprietate fundamentală în educația modernă. În: Educație pentru dezvoltare durabilă: inovație, competitivitate, eficiență. Materialele Conferinței Științifice Internaționale 18-19 octombrie 2013. Ch.: 2013, p. 385-388.