
Spis treści

O autorze	11
Wprowadzenie	13
Rozdział 1. Dlaczego warto i należy zajmować się kompetencjami społecznymi.....	15
Kompetencje społeczne a sukces w pracy zawodowej.....	15
Nowa organizacja.....	21
Nowy kontrakt.....	22
Nowa kariera	23
Rozdział 2. Kompetencje społeczne jako talent i umiejętności interpersonalne	26
Społeczna natura człowieka.....	26
Dwa główne sposoby definiowania kompetencji społecznych	27
Talent interpersonalny.....	31
Kryteria oceny kompetencji społecznych	32
Kondycja interpersonalna i główne wyzwania interpersonalne.....	33
Kompetencje społeczne na mapie kompetencji zawodowych	36
Rozdział 3. Uwarunkowania kompetencji społecznych	39
Modele uwarunkowań kompetencji społecznych	39
Predyspozycje a kompetencje. Modele deficytów skuteczności interpersonalnej	40
Rola treningu społecznego w rozwoju kompetencji społecznych.....	45
Portfolio interpersonalne.....	47
Rozdział 4. Zasady pomiaru kompetencji społecznych.....	49
Pomiar kompetencji społecznych jako pomiar psychologiczny	49
Diagnoza, retrognoza i prognoza.....	52
Aspekty kompetencji społecznych i wybór narzędzi pomiaru	54
Strategie pomiaru	60
Definiowanie kompetencji.....	64
Zliczanie i interpretacja wyników	66
Rozdział 5. Pomiar predyspozycji do rozwoju kompetencji społecznych	71
Predyspozycje intelektualne. Inteligencja społeczna	72
Predyspozycje osobowościowe. Temperament	74
Rola testów psychometrycznych w pomiarze predyspozycji	77

Rozdział 6. Biodane jako predyktory skuteczności interpersonalnej	82
Inwentarze biograficzne	84
Strukturyzowane wywiady biograficzne i behawioralne	87
Rozdział 7. Pomiar znajomości strategii interpersonalnych	93
Wiedza społeczna i jej wpływ na skuteczność interpersonalną.....	93
Testy kompetencyjne (<i>low-fidelity simulations</i>).....	94
Wywiad sytuacyjny	97
Rozdział 8. Ocena zachowań społecznych i umiejętności podejmowania wyzwań interpersonalnych.....	101
Testy sytuacyjne.....	103
Obserwatorzy.....	107
Rozdział 9. Opinie otoczenia jako wskaźnik poziomu kompetencji społecznych.....	111
Referencje	111
Socjometria	113
Ocena wieloźródłowa.....	115
Rozdział 10. Metody pomiaru kompetencji społecznych – epilog.....	119
Rozdział 11. Zasady rozwoju kompetencji społecznych	122
Proces zmiany	123
Facylitowanie procesu zmiany	126
Nabywanie wprawy.....	130
Uczenie się dorosłych	133
Specyfika rozwoju kompetencji społecznych.....	135
Rozdział 12. Rola metod edukacyjnych w rozwoju kompetencji społecznych.....	138
Biblioterapia – wykorzystanie lektury do wspierania rozwoju kompetencji społecznych	139
Prelekcje – jak inspirować do doskonalenia kompetencji społecznych.....	141
E-learning – interpersonalne szkolenia elektroniczne.....	145
Rozdział 13. Trening umiejętności społecznych	150
Zasadnicze cele i modele treningu umiejętności społecznych	150
Rola metod aktywnych w treningu umiejętności społecznych	152
Dobre praktyki treningu umiejętności społecznych.....	153
Techniki odgrywania roli i modelowania zachowań.....	155
Praktyczne wskazówki pomocne przy projektowaniu programu treningu umiejętności społecznych (TUS)	158
Podstawowe umiejętności społeczne jako podstawa rozwoju wysokiej skuteczności interpersonalnej	161
Specyficzne techniki treningu umiejętności społecznych	163
Transfer umiejętności społecznych.....	165
Ściągawka dla trenera.....	167

Rozdział 14. Coaching umiejętności interpersonalnych	170
Istota i style coachingu	170
Naturalny trening społeczny a rozwój umiejętności interpersonalnych.....	172
Coaching umiejętności interpersonalnych a naturalny trening społeczny	174
Coaching oparty na dowodach (<i>evidence based coaching</i>)	179
Self-coaching i autotrenażer miękkich kompetencji.....	181
Peer coaching. Action learning.....	185
E-coaching – zdalne wspomaganie rozwoju kompetencji	186
Rozdział 15. Programy doskonalenia kompetencji społecznych – epilog	189
Bibliografia.....	191
Indeks	203