



JÓZEFA MATEJEK

University of the National Education
Commission, Krakow, Poland

ORCID iD: 0000-0002-1499-9914

AGNIESZKA TAJAK-BOBEK

University of the National Education
Commission, Krakow, Poland

ORCID iD: 0000-0002-8352-1367

ROZWÓJ KOMPETENCJI SPOŁECZNYCH JAKO KLUCZOWE WYZWANIE WE WSPÓŁCZESNYM ZARZĄDZANIU ROZWOJEM ZAWODOWYM I OSOBISTYM

THE DEVELOPMENT OF SOCIAL COMPETENCIES AS A KEY CHALLENGE IN CONTEMPORARY MANAGEMENT OF PROFESSIONAL AND PERSONAL DEVELOPMENT

ABSTRACT

Objective: The main objective of this study was to determine the level of social competencies among students of fields related to the social sector and to analyze their significance in the context of future professional and personal functioning. In an era of dynamic social and professional transformations, the development of these skills constitutes a significant challenge in career management and interpersonal competence development.

Methods: The study was conducted on a group of 100 students from the *social work* and *management in social services* programs. The Social Competence Questionnaire was used to assess the level of social competencies. The conducted tests included descriptive statistics, the Kolmogorov-Smirnov test, frequency analysis and the Mann-Whitney U test.

Results: The obtained results indicate that most students achieved a moderate level of social competencies. Deficiencies in assertiveness were particularly noticeable, which may negatively impact effectiveness in professions requiring frequent social interactions. Comparative analysis did not reveal significant differences in social competence levels between students of different study programs, suggesting that their development is more related to prior social experiences and the process of socialization rather than the academic curriculum.

Discussion: The study results emphasize the necessity of incorporating more practical classes into curricula to support the development of interpersonal skills. The need for university cooperation with the employment sector was also highlighted, as it would allow for the adjustment of program content to the real demands of the labor market. Implementing the proposed actions could significantly enhance students' preparation for professional challenges.

KEYWORDS: *social competencies, professional development, personal development, competency management, student.*

STRESZCZENIE

Cel: Głównym celem niniejszego badania było określenie poziomu kompetencji społecznych wśród studentów kierunków związanych z sektorem społecznym oraz analiza ich znaczenia w kontekście przyszłego funkcjonowania zawodowego i osobistego. W dobie dynamicznych przemian społecznych i zawodowych rozwój tych umiejętności stanowi istotne wyzwanie w zarządzaniu karierą i kompetencjami interpersonalnymi.

Metody: Badanie zostało przeprowadzone na grupie 100 studentów kierunków *praca socjalna* oraz *zarządzanie w służbach społecznych*. Do oceny poziomu kompetencji

społecznych wykorzystano Kwestionariusz Kompetencji Społecznych. Przeprowadzone testy obejmowały statystyki opisowe, test Kołmogorowa-Smirnowa, analizę częstości oraz test U Manna-Whitneya.

Wyniki: Uzyskane wyniki wskazują, że większość studentów osiągnęła umiarkowany poziom kompetencji społecznych. Szczególnie widoczne były niedobory w zakresie asertywności, co może negatywnie wpływać na skuteczność w zawodach wymagających częstych interakcji społecznych. Analiza porównawcza nie wykazała istotnych różnic w poziomie kompetencji społecznych pomiędzy studentami różnych kierunków, co sugeruje, że ich rozwój jest bardziej związany z wcześniejszymi doświadczeniami społecznymi i procesem socjalizacji niż z programem akademickim.

Omówienie: Wyniki badań podkreślają konieczność wprowadzenia do programów kształcenia większej liczby zajęć praktycznych wspierających rozwój kompetencji interpersonalnych. Podkreślono również potrzebę współpracy uczelni z sektorem zatrudnienia, co pozwoliłoby dostosować treści programowe do rzeczywistych wymagań rynku pracy. Wdrożenie proponowanych działań może znacząco wpłynąć na skuteczniejsze przygotowanie studentów do wyzwań zawodowych.

SŁOWA KLUCZOWE: *kompetencje społeczne, rozwój zawodowy, rozwój osobisty, zarządzanie kompetencjami, student.*

WPROWADZENIE

W świecie dynamicznych zmian społeczno-ekonomicznych kształtowanie kompetencji społecznych staje się kluczowym wyzwaniem w kontekście zarządzania rozwojem osobistym i zawodowym. Współczesny rynek pracy oczekuje od pracowników zarówno specjalistycznej wiedzy, jak i wysokiego poziomu kompetencji interpersonalnych. To one niejednokrotnie decydują o możliwości budowania relacji, współpracy zespołowej i skutecznej komunikacji. Z tego względu temat kompetencji społecznych cieszy się dużym zainteresowaniem badaczy zarówno w Polsce, jak i na świecie. Wśród polskich autorów zajmujących się tą problematyką warto wskazać m.in. A. Matczaka (2005), K. Martowską (2012), K.A. Knopp (2013) oraz M. Grzesiaka (2021). W literaturze międzynarodowej do istotnych nazwisk należą natomiast Argyle (2002), Cherniss (2002), Sutton i Wheatley (2003), a także John i De Fruyt (2015).

Literatura przedmiotu wskazuje, że kompetencje społeczne obejmują szeroki zakres umiejętności, m.in. asertywność, zdolność rozwiązywania konfliktów,

przystosowanie się do norm współżycia społecznego, a także umiejętność komunikowania się w sposób werbalny i niewerbalny (Malczak, 2007; Grzesiak, 2021).

Rozwój kompetencji społecznych ma charakter długotrwały i złożony. Rozpoczyna się on w dzieciństwie i trwa przez całe życie (Ryś, 2011; Kalinowska-Witek, 2024). Istotną rolę w tym procesie odgrywa środowisko rodzinne i społeczne, w którym jednostka przebywa. Jej doświadczenia interpersonalne, wychowanie, zamierzony trening społeczny realizowany poprzez edukację, szkolenia oraz praktyczne działania zawodowe rozwijają kompetencje społeczne (Martowska, 2012), a ich rozwój stanowi ważny czynnik determinujący zarówno sukces zawodowy, jak i osobisty. Umiejętność skutecznej komunikacji, negocjacji, współpracy czy asertywności wpływa na poziom i różnorodność relacji międzyludzkich, efektywność pracy zawodowej, a także zdolność do radzenia sobie w trudnych sytuacjach życiowych.

Obecnie, w dobie intensywnego postępu technologicznego oraz rozwoju sztucznej inteligencji, zarządzanie rozwojem osobistym i zawodowym wymaga świadomego podejścia do wzmacniania kompetencji społecznych. Ich rozwój winien być wspierany na poziomie rodziny, edukacji szkolnej i akademickiej, a także poprzez doświadczenia zdobywane w trakcie pracy zawodowej i społecznej. UNESCO i OECD^[1] podkreślają potrzebę, a wręcz konieczność wprowadzenia nowych, innowacyjnych form kształcenia akademickiego, które będą kładły nacisk na rozwój kompetencji społecznych. W odpowiedzi na tę potrzebę w niektórych państwach prowadzi się już edukację akademicką w tym zakresie (Twardowska-Staszek, Alberska, 2020). Celem niniejszego opracowania jest przedstawienie znaczenia kompetencji społecznych w kontekście zarządzania rozwojem zawodowym, a także określenie ważnych czynników sprzyjających i hamujących ich rozwój. Ponadto w artykule zawarto rekomendacje dotyczące efektywnych metod wspierania kompetencji społecznych na podstawie zaprezentowanych wyników badań.

DEFINICJA I CHARAKTERYSTYKA KOMPETENCJI SPOŁECZNYCH

Pojęcie kompetencji społecznych funkcjonuje w nauce od dłuższego czasu, dlatego pojawia się wiele podejść do jego definiowania. Według M. Argyle'a (1998, 2002) kompetencje społeczne obejmują zestaw odrębnych umiejętności, które niekoniecznie są ze sobą ściśle powiązane. M. Grzesiak, (2021, s. 115) wspomina, iż kompetencje społeczne *to umiejętności zarządzania myślami, emocjami i zachowaniami, umożliwiające osiągnięcie wyznaczonych celów w życiu zawodowym i osobistym*. Autor pisze o zintegrowanym modelu kompetencji społecznych, który *rozumiany jest jako opisowa charakterystyka umiejętności, które są konieczne, by prawidłowo funkcjonować w różnych sytuacjach społecznych, związanych z życiem zawodowym, z relacjami z innymi oraz z własnym rozwojem osobowym* (Grzesiak, 2021, s. 116).

W ogólnym ujęciu kompetencje społeczne opisują cechy jednostki, które umożliwiają jej skuteczne funkcjonowanie w społeczeństwie, a także efektywne nawiązywanie i utrzymywanie relacji międzyludzkich. Istotne znaczenie ma tutaj aspekt behawioralny – zdolność do adekwatnego reagowania w zróżnicowanych sytuacjach interpersonalnych. Braki w tym obszarze mogą prowadzić do problemów w interakcjach społecznych (Martowska, 2012).

Autorzy zajmujący się badaniem kompetencji społecznych zwracają uwagę na ich wieloaspektowy charakter. Z jednej strony można je postrzegać jako zdolności obejmujące inteligencję społeczną, inteligencję emocjonalną oraz wiedzę dotyczącą norm społecznych, a z drugiej – niektórzy badacze koncentrują się na ich instrumentalnym wymiarze, uwzględniając w nim zarówno konkretne umiejętności, jak i elementy motywacyjne. Kenneth A. Dodge (1986) opisuje kompetencje społeczne jako zdolność jednostki do efektywnego przetwarzania informacji społecznych, co przekłada się na sprawne funkcjonowanie w relacjach międzyludzkich. Według autora proces ten obejmuje m.in. dostrzeganie i interpretowanie sygnałów społecznych, formułowanie celów, tworzenie możliwych wariantów zachowania, ich ocenę oraz wybór i realizację najbardziej adekwatnych strategii. W tym ujęciu kompetencje społeczne nie są zbiorem stałych cech, lecz stanowią dynamiczny, złożony proces poznawczy, który warunkuje skuteczne przystosowanie społeczne jednostki. Z kolei

Borkowski (2003) oraz Maxim i Nowicki (2003) zwracają uwagę na silną korelację pomiędzy kompetencjami społecznymi a inteligencją emocjonalną, podkreślając, że obie te sfery obejmują zbliżone zdolności, takie jak empatia, umiejętność budowania i utrzymywania relacji, rozpoznawanie emocji – zarówno własnych, jak i cudzych – oraz adekwatne reagowanie w sytuacjach społecznych. W ich ujęciu granice między tymi pojęciami są na tyle płynne, że w określonym kontekście mogą być stosowane zamiennie, szczególnie gdy mowa o praktycznych aspektach funkcjonowania jednostki w relacjach z innymi. OECD (2015) wyróżnia pięć kluczowych umiejętności społeczno-emocjonalnych, do których należą: regulacja emocji, współpraca, otwartość, interakcje społeczne i realizacja zadań.

Kompetencje społeczne można analizować w trzech głównych obszarach: poznawczym, obejmującym zdolności takie jak empatia, myślenie strategiczne, umiejętność rozumienia norm społecznych oraz efektywne planowanie działań. Kluczową rolę odgrywa także zdolność do odbierania, rozumienia i regulowania emocji – zarówno własnych, jak i cudzych. Istotny jest także aspekt motywacyjny, obejmujący cechy osobowości i temperament, które determinują zaangażowanie w interakcje społeczne. To motywacja wpływa na gotowość do podejmowania działań w relacjach z innymi. Z kolei aspekt behawioralny odnosi się do praktycznych umiejętności społecznych, które pozwalają skutecznie funkcjonować w różnych sytuacjach społecznych (Martowska, 2012, s. 18–19).

A. Matczak (2005, 2007) pisze, że kompetencje społeczne nie są jednolitą umiejętnością, lecz obejmują różne, niezależne zdolności. Wśród nich wyróżnia się m.in.: umiejętność trafnej oceny i interpretacji zachowań innych ludzi, społeczną wrażliwość i empatię, świadomość norm społecznych oraz zdolność do ich respektowania, skuteczne rozwiązywanie problemów w relacjach międzyludzkich, zdolność zarządzania sytuacjami społecznymi, asertywność i umiejętność ochrony własnych granic, kompetencje w zakresie autoprezentacji i wywierania wpływu na innych, a także efektywną komunikację i współpracę w grupie.

Podkreślając znaczenie społeczno-emocjonalnego aspektu kompetencji społecznych, warto zaznaczyć, że w literaturze naukowej coraz częściej pojawia się pojęcie kompetencji społeczno-emocjonalnych. OECD (2015) definiuje je jako zdolności jednostki, które przejawiają się w specyficznych

wzorcach myślenia, emocji i zachowań. Ich kształtowanie odbywa się zarówno poprzez formalną edukację, jak i interakcje społeczne, a ich rozwój odgrywa kluczową rolę w funkcjonowaniu człowieka zarówno w życiu zawodowym, jak i społecznym. Podobny punkt widzenia przedstawiają także L. Abrahams i współautorzy (2019).

O. John i F. De Fruyt (2015) zauważają, że kompetencje społeczno-emocjonalne można powiązać z pięcioma podstawowymi cechami osobowości, określanymi jako Wielka Piątka. Autorzy podkreślają znaczenie cech osobowości (m.in. sumienności, ugodowości) w predykcji kompetencji społecznych u młodych dorosłych. Zgodnie z tą klasyfikacją OECD (2015) wyróżnia kilka kluczowych umiejętności, takich jak: realizacja zadań; regulacja emocji; współpraca; otwartość umysłu; interakcje społeczne, i wskazuje, że to właśnie te umiejętności warunkują adaptacyjność jednostek w dynamicznie zmieniającym się środowisku zawodowym. Natomiast Goleman (1995) zaznacza, że kompetencje społeczne są integralną częścią inteligencji emocjonalnej, a ich rozwój wiąże się z umiejętnością budowania relacji, zarządzania emocjami i wpływania na innych.

Umiejętności społeczno-emocjonalne są cennym zasobem jednostki, umożliwiającym jej skuteczne funkcjonowanie w społeczeństwie. Odgrywają kluczową rolę w podejmowaniu decyzji, budowaniu relacji z innymi oraz w procesach przetwarzania i zapamiętywania informacji (Jones, Khan, 2017).

W pracy z drugim człowiekiem, który doświadcza różnych kryzysów szczególnie istotne są takie kompetencje społeczne, jak: asertywność – pozwalająca na wyznaczanie granic i podejmowanie samodzielnych decyzji, empatia – umożliwiająca efektywne wspieranie osób potrzebujących, umiejętność rozwiązywania konfliktów, a także sprawna komunikacja interpersonalna w sytuacjach stresowych. Braki w tych obszarach mogą skutkować obniżeniem skuteczności działań pomocowych oraz zwiększonym ryzykiem wypalenia zawodowego.

ROLA KOMPETENCJI SPOŁECZNYCH W KSZTAŁTOWANIU KARIERY I FUNKCJONOWANIU SPOŁECZNYM

Kompetencje społeczne mają fundamentalne znaczenie dla efektywnego funkcjonowania jednostki zarówno w sferze prywatnej, jak i zawodowej. Rozwój kompetencji społecznych odbywa się poprzez proces określany jako trening społeczny, który rozpoczyna się już w dzieciństwie i trwa przez całe życie. Jego intensywność zależy od motywacji jednostki, jej aspiracji oraz warunków środowiskowych, w których się wychowuje i funkcjonuje. Skuteczność tego procesu determinują różne czynniki, w tym poziom inteligencji emocjonalnej i społecznej oraz znajomość norm i zasad regulujących interakcje międzyludzkie (Martowska, 2012).

Zdolności społeczne odgrywają kluczową rolę nie tylko w procesie socjalizacji, ale także w poznawaniu siebie i innych ludzi. Wspierają rozwój empatii, kształtowanie ról społecznych oraz kontrolowanie własnych zachowań. Ponadto mają istotny wpływ na rozwój moralny jednostki, ułatwiając interakcje międzyludzkie i dostarczając wsparcia emocjonalnego. Badania wskazują, że ich rozwój jest silnie związany z inteligencją emocjonalną, zarówno w zakresie interpretacji zachowań, jak i umiejętności rozumienia emocji (Trigueros i in., 2020; Tadorowski, 2019).

Analizy pokazują również, że istnieje pozytywna zależność między poziomem kompetencji społecznych a intensywnością treningu społecznego. Szczególnie podatne na rozwój poprzez ćwiczenia są umiejętności związane z radzeniem sobie w sytuacjach społecznych, współpracą z innymi oraz funkcjonowaniem w grupie. Rozwinięte kompetencje społeczne sprzyjają skuteczniejszym interakcjom, poprawiają jakość relacji międzyludzkich i mogą przyczyniać się do sukcesu zawodowego (Matczak, 2007).

Pracodawcy coraz częściej doceniają znaczenie kompetencji społecznych u kandydatów na stanowiska pracy. Badania pokazują, że umiejętności interpersonalne, zdolność nawiązywania relacji, współpracy oraz przywództwa są często oceniane wyżej niż zdolności *stricte* poznawcze (Rosenbaum, 2001). Brak rozwiniętych umiejętności społecznych może stanowić przeszkodę w awansie zawodowym, zwłaszcza dla osób o niższym statusie ekonomicznym (Deil-Amen, 2006).

Kompetencje społeczne jednostki mają kluczowe znaczenie zarówno w sferze zawodowej, jak i społecznej, umożliwiając realizację celów i budowanie satysfakcjonujących relacji (Argyle, 2002). Skuteczność w interakcjach międzyludzkich można oceniać na podstawie kilku kryteriów, takich jak umiejętność osiągania celów, budowanie i utrzymywanie relacji, poziom satysfakcji uczestników interakcji oraz zdolność do dostosowania zachowań do przyjętych norm i standardów. Kompetencje społeczne rozwijają się w trakcie codziennych interakcji międzyludzkich, które stanowią naturalną formę treningu społecznego. Jednocześnie można je doskonalić poprzez różnorodne działania edukacyjne i terapeutyczne. Skuteczność tego procesu zależy od wielu czynników, takich jak poziom inteligencji emocjonalnej, umiejętności komunikacyjne oraz zdolność do przyswajania i stosowania zasad regulujących życie społeczne. Istotną rolę w kształtowaniu kompetencji społecznych odgrywają także doświadczenia zdobyte w rodzinie, środowisku zawodowym oraz otoczeniu społecznym, w którym funkcjonuje jednostka. Każda interakcja może być okazją do ich doskonalenia, a szczególnie korzystne są działania angażujące we współpracę, zarządzanie zespołem, uczestnictwo w inicjatywach społecznych czy wystąpienia publiczne. Kluczowym elementem efektywnego treningu społecznego jest możliwość otrzymywania informacji zwrotnej oraz refleksja nad nią, co pozwala na lepsze przetwarzanie i wykorzystywanie zdobytych doświadczeń w dalszym rozwoju kompetencji (Goleman, 1997, Martowska, 2012).

Jedną ze skutecznych metod wspomagających rozwój kompetencji społecznych jest trening laboratoryjny, którego głównym założeniem jest doskonalenie umiejętności interpersonalnych oraz eliminowanie nieadaptacyjnych wzorców zachowań. Technika ta koncentruje się na rozwijaniu konkretnych zdolności, takich jak efektywna komunikacja (zarówno werbalna, jak i niewerbalna), prowadzenie konstruktywnego dialogu czy postawa asertywna. Jednym z najczęściej wykorzystywanych narzędzi w tym podejściu jest odgrywanie ról – uczestnicy obserwują wzorcowe zachowanie, a następnie je odtwarzają pod nadzorem prowadzącego. Każde ćwiczenie kończy się informacją zwrotną, która umożliwia analizę, korektę i ponowne przećwiczenie sytuacji (Goldstein, Gibbs, Glick, 2018). Innym sposobem rozwijania umiejętności społecznych jest metoda ustalonej roli, polegająca na wcielaniu się w określoną postać i przeżywaniu sytuacji z jej perspektywy. Takie ćwiczenia sprzyjają

rozwijaniu empatii i głębszemu rozumieniu różnych punktów widzenia. Popularną techniką jest również trening przed lustrem, który umożliwia doskonalenie intonacji, sposobu wypowiedzi oraz identyfikację błędów komunikacyjnych w celu ich skorygowania. Kolejną metodą wspierającą rozwój kompetencji społecznych jest trening metapoznawczy, w ramach którego uczestnicy zdobywają wiedzę na temat norm i zasad społecznych, co pomaga im w bardziej świadomym kształtowaniu relacji interpersonalnych (Martowska, 2012).

Istnieje kilka programów edukacyjnych, które skutecznie wspierają rozwój kompetencji społecznych u dzieci. Wśród najważniejszych można wymienić PATHS (Promoting Alternative Thinking Strategies), Head Start oraz Program Rozwoju Społecznego K-12 (Social Development Program K-12). Każdy z nich koncentruje się na różnych aspektach kształtowania umiejętności społeczno-emocjonalnych, dostosowując metody pracy do etapu rozwojowego dziecka (Knopp, 2013).

Badania wskazują, że kluczowym okresem dla rozwoju umiejętności społeczno-emocjonalnych jest wiek od 10 do 15 lat. W tym czasie dzieci intensywnie kształtują swoje zdolności interpersonalne, co ma istotny wpływ na ich przyszłe relacje społeczne i sukcesy zawodowe (Gutman i Schoon, 2013). Ponadto badania wskazują na silny związek między kompetencjami społecznymi a dobrostanem psychicznym. Osoby o wysokich zdolnościach interpersonalnych częściej odczuwają satysfakcję z życia, chętniej pomagają innym i skuteczniej radzą sobie ze stresem. Z kolei deficyty w tym zakresie mogą prowadzić do poczucia osamotnienia, trudności w nawiązywaniu i utrzymywaniu relacji, a nawet do problemów natury psychicznej (Argyle, 1998; Cherniss, 2002; Schutte i in., 2002; Palmer, Donaldson, Stough, 2002).

R.M. Sail i K. Alavi (2010) podkreślają w swoich badaniach, że rozwijanie umiejętności społecznych oraz przekazywanie wartości społecznych studentom odbywającym praktyki zawodowe ma kluczowe znaczenie dla przygotowania ich do przyszłej pracy. Tego rodzaju działania mogą również przyczyniać się do redukcji barier utrudniających rozwój kariery.

W obszarze edukacji i pracy zawodowej badania potwierdzają, że poziom umiejętności społecznych nauczycieli ma istotny wpływ na rozwój tych kompetencji u uczniów. Istnieje silna zależność między jakością interakcji między

nauczycielem a uczniem, a kształtowaniem zdolności interpersonalnych u młodych ludzi (Sutton, Wheatley, 2003).

Podsumowując, kompetencje społeczne są kluczowym czynnikiem sukcesu zarówno w życiu prywatnym, jak i zawodowym. Ich rozwój wymaga nie tylko praktycznych doświadczeń, ale także świadomego doskonalenia i edukacji. Coraz więcej pracodawców oraz instytucji edukacyjnych dostrzega znaczenie tych umiejętności, uznając je za niezbędne w funkcjonowaniu w dynamicznym, współczesnym społeczeństwie.

METODOLOGIA BADAŃ WŁASNYCH

Współczesny rynek pracy oraz dynamiczne przemiany społeczne, technologiczne i organizacyjne stawiają przed pracownikami nowe wymagania, wśród których coraz bardziej istotne stają się tzw. kompetencje miękkie – w tym szczególnie kompetencje społeczne. W literaturze przedmiotu kompetencje społeczne definiowane są jako zespół względnie trwałych dyspozycji umożliwiających skuteczne funkcjonowanie jednostki w różnych sytuacjach społecznych (Mataczak, 2007; Martowska, 2012). Obejmują one m.in. zdolność do współpracy, komunikacji, rozwiązywania konfliktów, wyrażania emocji i opinii, a także umiejętność empatycznego reagowania i podejmowania ról społecznych.

Znaczenie kompetencji społecznych jest szczególnie wyraźne w przypadku zawodów związanych z sektorem społecznym, takich jak pracownik socjalny, koordynator działań pomocowych czy specjalista ds. zarządzania w służbach społecznych. Osoby pełniące tego rodzaju funkcje zawodowe na co dzień podejmują interakcje z osobami w trudnych sytuacjach życiowych, wymagających nie tylko wiedzy merytorycznej, ale również wysokiej wrażliwości interpersonalnej, umiejętności negocjacyjnych i odporności psychicznej. Dlatego też kluczowym elementem przygotowania do pracy w tym sektorze powinno być kształtowanie i rozwijanie kompetencji społecznych już na etapie edukacji akademickiej (Cherniss, 2002; Grzesiak, 2021; Grudziewska, 2021; PARP, 2021).

W kontekście powyższych założeń sformułowano problem badawczy: jak kształtują się kompetencje społeczne studentów kierunków związanych ze służbą społeczną? Postawione pytanie stanowi podstawę do wstępnej oceny

przygotowania studentów do pełnienia przyszłych funkcji zawodowych, w których kompetencje społeczne są warunkiem skutecznego działania.

Dodatkowo dla celów eksploracyjnych, zdecydowano się sprawdzić, czy istnieją różnice w poziomie kompetencji społecznych pomiędzy studentami dwóch zbliżonych kierunków studiów – pracy socjalnej oraz zarządzania w służbach społecznych. Mimo że oba kierunki przygotowują do pracy w sektorze społecznym, różnią się one nieco programem kształcenia oraz podejściem do kwestii zarządzania relacjami interpersonalnymi.

Ujęcie teoretyczne problematyki badawczej opiera się na założeniu, że kompetencje społeczne nie tylko podlegają rozwojowi w trakcie procesu edukacji, ale również stanowią kluczowy predyktor sukcesu zawodowego i osobistego – zwłaszcza w zawodach opartych na kontakcie z drugim człowiekiem.

Artykuł prezentuje wybrane wyniki badań własnych, których celem było określenie poziomu kompetencji społecznych wśród studentów kierunków związanych ze służbą społeczną. W ramach badania postawiono hipotezę główną, zgodnie z którą studenci tych kierunków wykazują wysoki poziom kompetencji społecznych. Jednocześnie przyjęto założenie, że nie istnieją istotne różnice w poziomie kompetencji społecznych między studentami pracy socjalnej, a studentami zarządzania w służbach społecznych.

Do pomiaru poziomu kompetencji społecznych wykorzystano Kwestionariusz Kompetencji Społecznych (KKS-A (M)) autorstwa A. Matczaka. Narzędzie to mierzy nabyte umiejętności niezbędne do skutecznego funkcjonowania w sytuacjach społecznych w trzech obszarach, takich jak asertywność, ekspozycja społeczna oraz relacje intymne. Kwestionariusz charakteryzuje się wysoką rzetelnością – współczynniki Alfa Cronbacha dla poszczególnych skal mieszczą się w przedziale od 0,74 do 0,95.

Analizy statystyczne przeprowadzono przy użyciu programu IBM SPSS Statistics 25. Obejmowały one: statystyki opisowe, test Kołmogorowa-Smirnowa (dla oceny normalności rozkładu), wyniki surowe przeliczono zgodnie z normami na wyniki stenowe, a następnie wykonano serię analiz częstości, której wyniki zaprezentowano w formie histogramu. Dodatkowo zbadano, czy kierunek studiów różnicuje poziom kompetencji społecznych. Wykonano testy *U* Manna-Whitneya ze względu na silną nierównoliczność porównywanych grup. Jednak nie odnotowano różnic istotnych statystycznie.

Poziom kompetencji społecznych studentów zarządzania w służbach społecznych i pracy socjalnej nie był znacząco odmienny. Za poziom istotności statystycznej przyjęto wartość $\alpha = 0,05$.

Badania przeprowadzono w salach wykładowych, wśród studentów, którzy wyrazili dobrowolną zgodę na udział. Każdy z uczestników otrzymał papierową wersję kwestionariusza wraz z instrukcją wypełnienia. Próba badawcza objęła 100 studentów kierunków związanych z sektorem społecznym – pracy socjalnej oraz zarządzania w służbach społecznych. Wśród badanych znalazło się 76 kobiet i 24 mężczyzn w wieku od 18 do 26 lat ($M = 20,04$; $SD = 1,47$).

WYNIKI BADAŃ: POZIOM KOMPETENCJI SPOŁECZNYCH STUDENTÓW ZWIĄZANYCH ZE SŁUŻBĄ SPOŁECZNĄ

W przeprowadzonych badaniach własnych dokonano oceny poziomu kompetencji społecznych wśród studentów kierunków przygotowujących do pracy w sektorze służb społecznych. Analiza danych ilościowych obejmowała obliczenie podstawowych statystyk opisowych oraz sprawdzenie normalności rozkładu badanych zmiennych za pomocą testu Kołmogorowa-Smirnowa. Uzyskane wyniki wskazały, że zarówno ogólny poziom kompetencji społecznych, jak i ich poszczególne aspekty charakteryzowały się rozkładem zbliżonym do normalnego.

Tabela 1. Podstawowe statystyki opisowe badanych zmiennych ilościowych

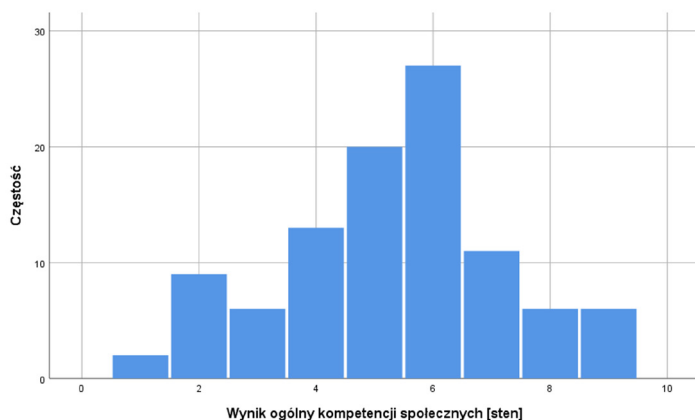
	M	Me	SD	Sk.	Kurt.	Min.	Maks.	D	p
Relacje intymne	45,78	47	6,81	-0,54	0	24	58	0,11	0,003
Ekspozycja społeczna	51,57	52	9,66	-0,34	-0,25	24	71	0,07	0,200
Asertywność	46,48	46	7,47	0,04	-0,41	27	63	0,07	0,200
Wynik ogólny kompetencji społecznych	174,48	177	22,19	-0,48	0,88	96	220	0,08	0,142

M – średnia; Me – mediana; SD – odchylenie standardowe; Sk. – skośność; Kurt. – kurtოza; Min i Maks. – najniższa i najwyższa wartość rozkładu; D – wynik testu Kołmogorowa-Smirnowa; p – istotność

Źródło: opracowanie własne.

Z uwagi na brak istotnych statystycznie różnic między studentami obu kierunków zasadne było przeanalizowanie poziomu kompetencji społecznych w całej badanej grupie. Analiza częstości wykazała, że większość studentów osiągnęła wyniki świadczące o przeciętnym poziomie kompetencji społecznych, co potwierdziło 47 osób, których rezultaty mieściły się w przedziale stenów 5–6. Liczba uczestników z wynikami obniżonymi (4 sten) oraz podwyższonymi (7 sten) była porównywalna. Zaobserwowano nieznaczną przewagę studentów o niskim poziomie kompetencji społecznych (steny 1–3: 17 osób) nad osobami, które uzyskały wyniki wysokie (steny 8–10: 12 osób). Warto zaznaczyć, że w badanej grupie nie stwierdzono wyników bardzo wysokich, co oznacza, że żaden ze studentów nie wykazał wyjątkowo wysokiego poziomu kompetencji społecznych. Wyniki zaprezentowano na poniższym schemacie 1.

Schemat 1: *Ogólny poziom kompetencji społecznych studentów kierunków związanych ze służbą społeczną*



Źródło: opracowanie własne.

Wyniki wskazują, że u większości studentów poziom kompetencji społecznych mieści się w granicach przeciętnych (steny 5–6), co można interpretować jako charakterystyczny dla młodych dorosłych etap rozwoju społecznego. Tylko 12% badanych osiągnęło wysoki poziom tych umiejętności, natomiast brak wyników bardzo wysokich sugeruje, że uczestnicy znajdują

się dopiero na etapie kształtowania swojego potencjału interpersonalnego. Wyniki te są spójne z wcześniejszymi badaniami, które podkreślają, że rozwój kompetencji społecznych to proces stopniowy i długofalowy (Martowska, 2012; Matczak, 2005). Można założyć, że przeciętny poziom tych kompetencji wynika z ograniczonego doświadczenia zawodowego studentów oraz niewielkiej liczby sytuacji wymagających zaawansowanych interakcji społecznych, takich jak prowadzenie trudnych rozmów czy mediowanie w konfliktach. Wiek badanych (18–26 lat) wskazuje, że większość z nich dopiero wkracza na rynek pracy i znajduje się w fazie formowania swojej tożsamości zawodowej.

Analizując poszczególne aspekty kompetencji społecznych, zaobserwowano, że w zakresie relacji intymnych częściej występowały wyniki podwyższone, natomiast w obszarze asertywności dominowały wyniki niskie. W przypadku ekspozycji społecznej nie stwierdzono wyraźnej przewagi wyników niskich ani wysokich.

Asertywność

Wynik średni w obszarze asertywności ($M = 46,48$; $SD = 7,47$) okazał się niższy niż w przypadku ekspozycji społecznej i relacji intymnych. Rozkład wyników sugeruje dominację wyników niskich w tej skali. Może to wskazywać na trudności studentów w wyrażaniu własnych opinii, stawianiu granic oraz odmawianiu w sposób stanowczy, lecz pozbawiony agresji. Tego typu deficyty są stosunkowo powszechne wśród młodych dorosłych. Badani mogli nie mieć jeszcze okazji do rozwijania umiejętności asertywnych w praktycznych sytuacjach, takich jak praca zawodowa, działalność wolontariacka czy bezpośrednie konflikty interpersonalne (zob. Grzesiak, 2021).

Relacje intymne

Najwyższe wyniki badani uzyskali w zakresie relacji intymnych ($M = 45,78$; $SD = 6,81$), co może świadczyć o ich stosunkowo dobrze rozwiniętych umiejętnościach funkcjonowania w bliskich relacjach interpersonalnych. Taki rezultat może wynikać z faktu, że młodzi dorośli często utrzymują bliskie więzi – przyjacielskie lub romantyczne – które sprzyjają rozwijaniu kompetencji w tym obszarze (zob. Ryś, 2011). Bliskie relacje zazwyczaj cechują się większym poczuciem bezpieczeństwa i przewidywalności, a także mniejszym

stresem społecznym niż kontakty formalne czy zawodowe, co ułatwia otwartą komunikację i budowanie zaufania.

Ekspozycja społeczna

Wyniki w obszarze ekspozycji społecznej ($M = 51,57$; $SD = 9,66$) wykazały duże zróżnicowanie – nie zaobserwowano wyraźnej przewagi wyników niskich ani wysokich. Funkcjonowanie w sytuacjach społecznej ekspozycji wiąże się z potrzebą przejawiania inicjatywy, odwagi oraz odporności na ocenę ze strony otoczenia – cechy te są jednak wysoce indywidualne. U części studentów można zauważyć swobodę w wystąpieniach publicznych czy uczestnictwie w dyskusjach, podczas gdy inni mogą odczuwać w takich sytuacjach dyskomfort lub ich unikać. Zróżnicowany rozkład wyników może świadczyć o tym, że kompetencje związane z ekspozycją społeczną są silnie powiązane z cechami temperamentalnymi, takimi jak ekstrawersja czy poziom lęku społecznego, które nie są wprost rozwijane w toku edukacji.

Kolejne etapy analizy dotyczyły porównania poziomu kompetencji społecznych pomiędzy studentami obu badanych kierunków. Przeprowadzone testy U Manna-Whitneya nie ujawniły istotnych statystycznie różnic pomiędzy studentami pracy socjalnej a zarządzania w służbach społecznych ($p > 0,05$). Taki wynik może sugerować, że osoby wybierające kierunki społeczne mają zbliżony profil osobowościowy – charakteryzują się podobnym poziomem empatii, otwartości i chęci niesienia pomocy. Niewykluczone również, że na początkowym etapie studiów programy kształcenia nie różnicują jeszcze poziomu tych kompetencji, a większy wpływ na ich rozwój mogą mieć wcześniejsze doświadczenia społeczne, takie jak zaangażowanie w wolontariat czy działalność w organizacjach uczniowskich.

Reasumując, przeprowadzone analizy umożliwiły uzyskanie szczegółowego wglądu w poziom kompetencji społecznych studentów kierunków związanych z szeroko pojętą służbą społeczną. Zdecydowana większość uczestników uzyskała wyniki mieszczące się w zakresie przeciętnym (steny 5–6), co może być typowe dla młodych osób wchodzących w życie zawodowe. Brak wyników bardzo wysokich oraz niewielki odsetek wyników wysokich (12%) sugerują, że rozwój tych umiejętności nadal trwa i wymaga dalszego

wsparcia oraz ukierunkowanych działań. Takie rezultaty korespondują z wcześniejszymi doniesieniami naukowymi, wskazującymi na stopniowy i rozłożony w czasie charakter kształtowania się kompetencji społecznych (Martowska, 2012; Matczak, 2005).

W szczególności uwagę zwraca niski poziom asertywności – obszaru, w którym uczestnicy osiągnęli najniższe średnie wyniki. Może to świadczyć o trudnościach w wyrażaniu opinii, stawianiu granic czy odmawianiu w sposób konstruktywny. Źródła tych deficytów mogą tkwić zarówno w cechach indywidualnych, jak i ograniczonych możliwościach praktycznego rozwijania tych umiejętności w środowiskach edukacyjnym lub zawodowym. Co więcej, rozwój współczesnych technologii nie sprzyja rozwojowi asertywności.

Najwyższe rezultaty odnotowano natomiast w zakresie relacji intymnych, co sugeruje, że badani relatywnie dobrze radzą sobie w kontaktach bliskich i nieformalnych. Może to wynikać z naturalnego zaangażowania w relacje przyjacielskie i romantyczne, które sprzyjają kształtowaniu umiejętności interpersonalnych.

Kompetencje związane z ekspozycją społeczną charakteryzowały się natomiast największym zróżnicowaniem. Część studentów wykazywała dużą swobodę w sytuacjach wymagających autoprezentacji, podczas gdy inni przejawiali wyraźną rezerwę. Różnice te mogą być związane z indywidualnymi cechami temperamentalnymi – takimi jak ekstrawersja czy podatność na lęk społeczny – które niekoniecznie są rozwijane w toku kształcenia formalnego.

Podsumowując, badania ukazują zróżnicowany poziom rozwoju kompetencji społecznych wśród studentów kierunków społecznych. Choć dominują wyniki przeciętne, szczególnie niski poziom asertywności wskazuje na potrzebę wdrożenia systemowych działań wspierających rozwój tej umiejętności, zarówno w toku studiów wyższych, jak i na wcześniejszych etapach edukacji. Brak różnic między analizowanymi kierunkami sugeruje, że sam wybór profilu kształcenia nie przesądza o poziomie kompetencji społecznych, które kształtują się także pod wpływem doświadczeń życiowych, środowiska wychowawczego oraz cech indywidualnych studentów.

WNIOSKI I REKOMENDACJE

Rozwój kompetencji społecznych stanowi jedno z głównych wyzwań we współczesnym zarządzaniu ścieżką zawodową i osobistym rozwojem jednostki. Przeprowadzona analiza badań pozwoliła na ocenę poziomu tych umiejętności wśród studentów kierunków związanych z sektorem społecznym oraz ich znaczenia w kontekście przyszłej aktywności zawodowej. Wyniki wskazują, że większość uczestników badania osiągnęła przeciętny poziom kompetencji społecznych, co umożliwia im stosunkowo sprawne funkcjonowanie w relacjach międzyludzkich, jednak nie wyróżnia ich znacząco na tle ogólnej populacji. Szczególną trudność sprawiała studentom asertywność, której niedobór może przyczyniać się do problemów w wyrażaniu własnych opinii i potrzeb, a tym samym wpływać na skuteczność w zawodach wymagających częstych interakcji z ludźmi (Martowska, 2012).

Nie zaobserwowano istotnych różnic w poziomie kompetencji społecznych między studentami badanych kierunków, co może sugerować, że ich rozwój nie jest bezpośrednio zależny od realizowanego programu studiów, lecz raczej wynika z wcześniejszych doświadczeń społecznych i procesu socjalizacji. Może to wskazywać na potrzebę wzbogacenia edukacji akademickiej o elementy praktyczne niezależnie od kierunku studiów, które mogłyby efektywnie wspierać rozwój umiejętności interpersonalnych niezbędnych w sektorze społecznym (Solarczyk-Szwec, 2022).

Przedstawione badania potwierdzają dotychczasowe ustalenia naukowe dotyczące znaczenia kompetencji społecznych w kontekście rozwoju zawodowego i osobistego, wskazując ich istotną rolę w adaptacji do wymagań współczesnego rynku pracy. Współczesne wyzwania społeczne i gospodarcze, takie jak globalna niestabilność, zmieniające się warunki zatrudnienia oraz ograniczone możliwości budowania relacji interpersonalnych mają swoje odzwierciedlenie w obniżonym poziomie kompetencji społecznych. Szczególnie istotne okazały się konsekwencje pandemii COVID-19 oraz wybuchu wojny w Ukrainie w 2022 r., które miały znaczący wpływ na funkcjonowanie młodych ludzi, ograniczając ich zdolność do efektywnego nawiązywania i utrzymywania relacji społecznych (Grzelak, Żyro, 2023; Flis, Dębski, 2023).

Dodatkowym czynnikiem mogącym negatywnie wpływać na kompetencje społeczne jest nadmierne korzystanie z nowoczesnych technologii. Wyniki badań sugerują, że intensywna aktywność w świecie cyfrowym może ograniczać możliwości zdobywania doświadczeń w interakcjach międzyludzkich, co skutkuje osłabieniem umiejętności społecznych. Taki stan rzeczy często wiąże się także z poczuciem osamotnienia, niską samooceną oraz ograniczoną sprawczością jednostki (Henne, 2003; Flis, Dębski, 2023). Rozwój nowych technologii, szczególnie mediów społecznościowych i komunikatorów cyfrowych, ogranicza bezpośrednie interakcje społeczne, co wpływa negatywnie na rozwój umiejętności interpersonalnych młodych dorosłych. Badania m.in. Benvenuti i in. (2023) wskazują, że wpływ technologii na zmiany behawioralne, społeczne, poznawcze w okresie adolescencji może mieć charakter zarówno pozytywny, jak i negatywny. Intensywne korzystanie z przestrzeni cyfrowej koreluje z lękiem społecznym, niższą empatią oraz trudnościami w realnych kontaktach interpersonalnych. Związek pomiędzy problematycznym używaniem social mediów a symptomami lękowymi wykazali również Shannon, i in. (2022).

Z perspektywy dalszego rozwoju naukowego w tym obszarze warto skoncentrować się na pogłębionej analizie wpływu różnorodnych czynników środowiskowych i edukacyjnych na rozwój kompetencji społecznych. W szczególności zaleca się:

- zbadanie efektywności metod dydaktycznych stosowanych w edukacji akademickiej w celu wspierania kompetencji społecznych u studentów;
- analizę wpływu nowoczesnych technologii oraz zdalnego nauczania na zdolności interpersonalne młodych ludzi;
- porównanie poziomu kompetencji społecznych w różnych krajach, aby określić, w jakim stopniu czynniki kulturowe i systemy edukacyjne wpływają na ich rozwój.

Biorąc pod uwagę uzyskane wyniki badań oraz aktualne wyzwania związane z rozwojem kompetencji społecznych, można sformułować następujące zalecenia:

- Zmiana programów studiów – wprowadzenie większej liczby zajęć praktycznych i warsztatów wspierających rozwój asertywności, umiejętności komunikacyjnych oraz skutecznego funkcjonowania w sytuacjach ekspozycji społecznej.

- Zachęcanie do aktywności społecznej – promowanie udziału studentów w inicjatywach społecznych, wolontariacie oraz praktykach zawodowych, co umożliwi zdobycie doświadczenia i rozwijanie umiejętności interpersonalnych.
- Organizacja specjalistycznych szkoleń – prowadzenie warsztatów dotyczących autoprezentacji, negocjacji, pracy zespołowej i technik rozwiązywania konfliktów, które mogą poprawić pewność siebie oraz skuteczność w interakcjach społecznych.
- Indywidualne wsparcie dla studentów – rozwój programów mentoringowych i doradztwa zawodowego, które pomogą studentom zidentyfikować swoje mocne i słabe strony oraz skuteczniej rozwijać umiejętności interpersonalne.
- Współpraca z rynkiem pracy – tworzenie partnerstw pomiędzy uczelniami a pracodawcami w celu dostosowania programów kształcenia do wymagań rynku pracy oraz skuteczniejszego przygotowania studentów do zawodowych wyzwań.

Rozwój kompetencji społecznych odgrywa fundamentalną rolę w zarządzaniu karierą zawodową i rozwojem osobistym. Umiejętność efektywnej komunikacji, budowania relacji oraz dostosowywania się do dynamicznie zmieniającego się rynku pracy staje się kluczowym aspektem sukcesu zawodowego. Wyniki badań podkreślają konieczność systemowego wsparcia rozwoju tych umiejętności poprzez integrację zajęć praktycznych w edukacji akademickiej, promowanie aktywności społecznej oraz dostosowanie metod kształcenia do aktualnych realiów rynku pracy. Implementacja proponowanych działań może znacząco wpłynąć na przygotowanie młodych ludzi do efektywnego zarządzania własnym rozwojem i podejmowania wyzwań zawodowych w coraz bardziej wymagającym środowisku.

REFERENCES

- Abrahams, L., Pancorbo, G., Primi, R., Santos, D., Kyllonen, P., John, O., De Fruyt, F. (2019). Social-emotional skill assessment in children and adolescents: Advances and challenges in personality, clinical, and educational contexts. *Psychological Assessment*, 31(4), 460–473.
- Argyle, M. (1998). *Zdolności społeczne*. W: S. Mosciowici (red.), *Psychologia społeczna w relacji ja a inni* (s. 77–104). Warszawa: WSiP.
- Argyle, M. (2002). *Psychologia stosunków międzyludzkich*. Warszawa: PWN.
- Benvenuti, M., Wright, M., Naslund, J., Miers A.C. (2023). How technology use is changing adolescents' behaviors and their social, physical, and cognitive development. *Current Psychology*, 42, 16466–16469.
- Borkowski, J. (2003). *Podstawy psychologii społecznej*. Warszawa: Dom Wydawniczy Elipsa.
- Cherniss, C. (2002). Emotional intelligence and the good community. *American Journal of Community Psychology*, 30(1), 1–11.
- Deil-Amen, R. (2006). To teach or not to teach social skills: Comparing community colleges and private occupational colleges. *Teachers College Record*, 108(3), 397–421.
- Dodge, K.A. (1986). *A social information processing model of social competence in children*. W: M. Perlmutter (red.), *Cognitive Perspectives on Children's Social and Behavioral Development* (t. 18, s. 77–125). The Minnesota Symposia on Child Psychology. Erlbaum.
- Flis, J., Dębski, M. (2023). *Raport z badania dotyczącego zdrowia psychicznego, poczucia własnej wartości i sprawczości wśród młodych ludzi*. Warszawa: Fundacja Unaweza.
- Goldstein, A.G., Glick, B., Gibbs, J.C. (2018). *ART. Wydanie poprawione*. Warszawa: Instytut Amity.
- Goleman, D. (1995). *Emotional Intelligence: Why It Can Matter More Than IQ*. New York: Bantam Books.
- Goleman, D. (1997). *Inteligencja emocjonalna*. Poznań: Media Rodzina.
- Grudziwska, E. (2021). *Kompetencje pracowników socjalnych. Warsztaty*. Warszawa: Difin.
- Grzelak, S., Żyro, D. (2023). *Jak wspierać młodzież w niestabilnym świecie? Wyzwania i rekomendacje dla wychowania, profilaktyki i ochrony zdrowia psychicznego po trudnych latach 2020–2022*. Warszawa: Instytut Profilaktyki Zintegrowanej.
- Grzesiak, M. (2021). *Zintegrowany model kompetencji społecznych w procesie rozwoju osobistego i zawodowego*. Warszawa: WSB.
- Gutman, L., Schoon, I. (2013). *The impact of non-cognitive skills on outcomes for young people: Literature review*, 11, 1–59. Education Endowment Foundation, London, England.
- Henne, K. (2003). Kompetencja społeczna i inteligencja emocjonalna a zaangażowanie w Internet. *Psychologia Jakości Życia*, 2(1), 111–130.

- John, O., De Fruyt, F. (2015). *Framework for the Longitudinal Study of Social and Emotional Skills in Cities*. Paris: OECD Publishing.
- Jones, S.M., Kahn, J. *The evidencebase for how we learn. Supporting students; social, emotional and academic development*, https://www.aspeninstitute.org/wp-content/uploads/2017/09/SEAD-Research-Brief-9.12_updated-web.pdf (dostęp: 13.11.2023).
- Kalinowska-Witek, B. (2024). Rola rodziny i przedszkola w kształtowaniu kompetencji społecznych dzieci w wieku przedszkolnym. *Edukacja Elementarna w Teorii i Praktyce*, 19(2), 11–24.
- Knopp, K.A. *Kompetencje społeczne – pomiar i aplikacja praktyczna*, https://www.researchgate.net/publication/313877703_Kompetencje_spoeczne_-_pomiar_i_aplikacja_praktyczna (dostęp: 12.02.2024).
- Martowska, K. (2012). *Psychologiczne uwarunkowania kompetencji społecznych*. Warszawa: Liberi Libri.
- Matczak, A. (2005). *Uwarunkowania inteligencji emocjonalnej i kompetencji społeczno-emocjonalnych. Raport końcowy z realizacji projektu 2H01F06223 w latach 2002–2005*. Tekst niepublikowany.
- Matczak, A. (2007). *Kwestionariusz Kompetencji Społecznych KKS. Podręcznik*. Warszawa: Pracownia Testów Psychologicznych PTP.
- Maxim, L.A., Nowicki, S.J. (2003). Developmental associations between nonverbal ability and social competence. *Facta Universitatis*, 2, 745–758.
- OECD. (2015). *Skills for social progress: The power of social and emotional skills*. OECD Publishing.
- Palmer, B., Donaldson, C., Stough, C. (2002). Emotional intelligence and life satisfaction. *Personality and Individual Differences*, 33, 1091–1100. .
- Polska Agencja Rozwoju Przedsiębiorczości. *Rekomendacja Sektorowej Rady ds. Kompetencji – Opieka Zdrowotna i Pomoc Społeczna. Cz. 3: Załącznik nr 16 do Regulaminu konkursu Kompetencje dla sektorów*. <https://www.parp.gov.pl/storage/grants/documents/153/Rekomendacja-Sektorowej-Rad-ds.-Kompetencji-Opieka-Zdrowotna-I-Pomoc-Spoeczna-cz.-3-Zacznik-nr-16-do-Regulami-06082021.PDF> (dostęp: 25.07.2025).
- Rosenbaum, J. (2001). *Beyond College for All: Career Path for the Forgotten Half*. New York: Russell Sage Foundation.
- Ryś, M. (2011). Oddziaływania wychowawcze rodziców a nadzieja na sukces i kompetencje społeczne u ich dzieci. *Kwartalnik Naukowy Fides et Ratio*, 3(7), 86–108.
- Sail, R., Alavi, K. (2010). Social skills and social value straining for future k-workers. *Journal of European Industrial Training*, 34(3), 226–258.
- Schutte, N., Malouff, J., Simunek, M., McKenley, J., Hollander, S. (2002). Characteristic emotional intelligence and emotional well-being. *Cognition and Emotion*, 16, 769–785.
- Shannon, H., Bush, K., Villeneuve, P.J., Hellemans, K.G., Guimond, S. (2022). Problematic Social Media Use in Adolescents and Young Adults: Systematic Review and Meta-analysis. *Ment Health*, 9(4), 1–12.

- Solarczyk-Szwec, H. (2022). Kompetencje społeczne u progu dorosłości. Krytyczna analiza podstawy programowej kształcenia ogólnego dla III etapu kształcenia. *Dyskursy Młodych Andragogów*, 23, 275–285.
- Sutton, R., Wheatley, K. (2003). Teachers' emotions and teaching: A review of the literature and directions for future research. *Educational Psychology Review*, 15(4), 327–358.
- Tadorowski, M. *Ciemna triada a kompetencje społeczne*, https://www.researchgate.net/publication/338966074_Ciemna_triada_a_kompetencje_spoeczne_i_inteligencja_emocjonalna (dostęp: 15.01. 2024).
- Trigueros, R., Sanchez-Sanchez, E., Mercader, I., Aguilat-Parra, J., Lopez-Liria, R., Morales-Gazquez, M.J., Rocamora, P. (2020). Relationship between emotional intelligence, social skills and peerharassment. A study with high school students. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17, 1–10.
- Twardowska-Staszek, E., Alberska, M. (2020). Inteligencja emocjonalna i kompetencje społeczne nauczycieli szkół specjalnych. *Studia Pedagogica Ignatiana*, 23(4), 111–134.

ENDNOTES

- ^[1] OECD – Organisation for Economic Cooperation and Development.