

## **8. SOCIÁLNÍ INTELIGENCE, SOCIÁLNÍ KOMPETENCE**

### **SOCIÁLNÍ INTELIGENCE**

#### **Složky sociální inteligence:**

- a) Percepce psychických stavů a nálad jiných lidí.
- b) Obecná schopnost vycházet s jinými lidmi.
- c) Poznání sociálních pravidel.
- d) Vhled a vnímavost pro komplexní sociální situace.
- e) Používání sociálních technik k manipulaci jinými.
- f) Převzetí perspektivy jiných.
- g) Sociální adaptace.

**Emocionálně sociální inteligence** (R. Bar-On, 2005) – soubor vzájemně souvisejících emocionálních a sociálních kompetencí.

#### **Intrapersonální rovina:**

- Uvědomování si sebe sama.
- Uvědomování si svých předností i nedostatků.
- Nedestruktivní vyjadřování emocí a myšlenek.

#### **Interpersonální úroveň:**

- Uvědomování si emocionálního prožívání.
- Uvědomování si potřeb jiných lidí.
- Vytváření kooperativních, konstruktivních a vzájemně uspokojivých vztahů.

### **SOCIÁLNÍ KOMPETENCE**

**Sociální kompetence** – schopnost jedince nacházet vzájemné souvislosti mezi myšlením, cítěním a chováním, které vedou k dosažení sociálních úloh a očekávaných výsledků.

#### **Sociální kompetence:**

- a) Komfort v sociálních situacích.
- b) Spokojenost s vrstevnickými vztahy.
- c) Komunikace.
- d) Kooperace.
- e) Asertivita.
- f) Zodpovědnost.
- g) Sebekontrola.
- h) Zvládání konfliktních situací.

#### **Skupina způsobilostí:**

- a) Způsobilosti pro život ve školní třídě.
- b) Způsobilosti pro přátelské vztahy.
- c) Způsobilosti pro zvládání citového prožívání.
- d) Způsobilosti neagresivního chování.
- e) Způsobilosti pro zvládání stresu.