

GET-UP Plan de lecție pentru Masterclass

Modulul 8: Managementul și conducerea celorlalți

Unitatea 3 – Inteligența emoțională în conducere

Rezultatele învățării: La finalizarea acestei formări, antreprenorii verzi (formabili) vor fi în măsură să:

- ❖ înțeleagă componentele inteligenței emoționale.
- ❖ înțeleagă rolul inteligenței emoționale în antreprenoriat.
- ❖ evalueze propria inteligență emoțională .
- ❖ consolideze inteligența emoțională pentru conducere eficientă.

Conținut și metodă de formare	Durata (minute)	Materiale/ Echipamente necesare	Evaluare
<p><u>Introducere și ice-breaker:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ❖ Formatorul urează bun venit tuturor formabililor la sesiunea față-în-față și oferă un plan al subiectelor care vor fi discutate în acest scurt workshop. ❖ Formatorul prezintă ice-breaker-ul: „Ghidarea nevăzătorului” (vezi Anexa 1) ❖ După această activitate, formatorul va conduce o discuție de grup care să evidențieze dificultățile asociate cu ghidarea celui care nu vede și să identifice calitățile și trăsăturile necesare pentru a îndeplini eficient această activitate. ❖ Formatorul va rezuma chestiunile care au reieșit, le va scrie pe flipchart și va trage concluzii despre cum pot fi ele aplicate în înființarea unei noi afaceri. 	<p><u>20 de minute</u></p>	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Agenda/Prezentare generală a conținutului de formare. ❖ Obstacole pentru ice-breaker; ❖ Eșarfe de legat la ochi pentru fiecare grupă; ❖ Flipchart și marker pentru feedback. 	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Formabilii se vor implica în activitatea ice-breaker și vor oferi feedback „liderilor” pentru performanța lor.

<p><u>Prezentarea formatorului:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ❖ Folosind slide-uri PowerPoint, formatorul prezintă formabililor inteligența emoțională și deschide discuția, atingând următoarele: <ul style="list-style-type: none"> ○ Ce este inteligența emoțională? ○ De ce inteligența emoțională este importantă pentru antreprenori? ○ Prezentarea inteligenței interpersonale și a inteligenței intrapersonale. ○ Prezentarea celor cinci componente pentru dezvoltarea IE - autoconștientizarea; autoreglarea; motivația internă; empatia și abilitățile sociale. <p><u>Discuție în grup:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ❖ În continuarea acestei introduceri formale, formatorul prezintă din nou coala de flipchart de la exercițiul de brainstorming din unitatea 2 – ce te face lider? ❖ În cadrul unei scurte discuții de grup, formabilii sunt rugați să revizuiască listă calităților unui bun lider, dacă este necesar, pe baza înțelegerii IE. ❖ La acest moment, formatorul poate face legătura între teoria lui Stephen Covey și obiceiurile oamenilor celor mai eficienți și lucrarea lui Daniel Goleman despre dezvoltarea IE. Un rezumat al acestor obiceiuri poate fi consultat aici: http://dl.motamem.org/Summary-Seven-Habits-of-Highly-Effective-People.pdf ❖ Apoi formabilii sunt rugați să discute despre modul în care aceste calități pot fi aplicate la dezvoltarea lor ca antreprenori. 	<p><u>30 de minute</u></p>	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Slide-uri PowerPoint; ❖ Proiector și ecran; ❖ Laptop; ❖ Stilouri și materiale de luat notițe pentru formabili; ❖ Coala de flipchart de la Unitatea 2; ❖ Copii ale „Testului de autoevaluare a IE” - Anexa 2 pentru toți formabilii. 	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Formabilii vor lua notițe ca sprijin în învățare. ❖ Formabilii vor completa testul scurt de autoevaluare pentru a determina inteligența lor emoțională. ❖ Formabilii vor aplica tehnici pentru dezvoltarea inteligenței emoționale.
<p><u>Discuție în grup:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ❖ În cadrul unei scurte discuții de grup, formabilii sunt rugați să revizuiască listă calităților unui bun lider, dacă este necesar, pe baza înțelegerii IE. ❖ La acest moment, formatorul poate face legătura între teoria lui Stephen Covey și obiceiurile oamenilor celor mai eficienți și lucrarea lui Daniel Goleman despre dezvoltarea IE. Un rezumat al acestor obiceiuri poate fi consultat aici: http://dl.motamem.org/Summary-Seven-Habits-of-Highly-Effective-People.pdf ❖ Apoi formabilii sunt rugați să discute despre modul în care aceste calități pot fi aplicate la dezvoltarea lor ca antreprenori. 	<p><u>10 minute</u></p>		
	<p><u>20 de minute</u></p>		

<p><u>Test de autoevaluare și discuție:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ❖ Formatorul distribuie copii ale „Testului de autoevaluare a IE” (vezi Anexa 2) tuturor formabililor și le cere să efectueze testul pentru a determina inteligența lor emoțională. ❖ După acest test, folosind slide-ul PowerPoint nr. 10, formatorul demonstrează un exercițiu foarte simplu pentru a ajuta formabilii să își dezvolte inteligența lor emoțională. 			
<p><u>Închiderea sesiunii și evaluare</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ❖ Formatorul încheie master-class-ul cu o scurtă sesiune verbală de feedback. ❖ Formatorul va distribui formabililor copii ale formularului de evaluare a workshopului și îi vor ruga să îl completeze. 	<p><u>10 minute</u></p>	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Copii ale formularelor de evaluare pentru formabili; ❖ Stilouri și materiale de luat notițe pentru formabili; ❖ Flip-chart și markere pentru feedback-ul verbal 	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Formabilii se vor angaja total în evaluarea și feedback-ul activităților și vor completa formularul de evaluare.
<p>Timp total</p>	<p>90 de minute</p>		

Anexa 1 – Ice-breaker – Ghidarea nevăzătorului

(Sursa pentru ice-breaker: <http://www.leadershipline.com/leading-the-blind.html>)

- ❖ **Descriere:** Construirea încrederii și a comunicării prin furnizarea de instrucțiuni către cineva care se bazează pe dvs. Se joacă cel mai bine de adulți și ajută la întărirea încrederii și comunicării în cadrul unei echipe.
- ❖ **Scopuri:** Coagularea echipei, îmbunătățirea comunicării, activități distractive în echipă.
- ❖ **Timp și materiale:** Timpul depinde de traseul creat de dvs. și cât de mult spațiu doriți să acopere echipele. Veți avea nevoie de o eșarfă pentru legat la ochi și obiecte pentru a crea un traseu de acoperit.

Instrucțiuni: Joc de conducere - Ghidarea nevăzătorului

1. Creați un mediu în care trebuie să plasați diferite obiecte de evitat (puteți folosi un spațiu imens sau doar un mic birou.)
2. Împărțiți grupul în echipe de 2 (sau 3 dacă doriți să vedeți haos) cereți echipelor să aleagă pe cineva care să fie legat la ochi și pe unul teams (sau mai mulți) ca lider.
3. Vorbiți cu liderii și arătați-le unde trebuie să ajungă și cum pot comunica ei cu membrii echipei celor legați la ochi. **Notă:** puteți stabili numai 3 sau 4 cuvinte pe care le pot spune sau stabiliți să nu îi atingă etc. pentru dificultate sporită.
4. Dați start echipelor și observați haosul în desfășurare. Țineți echipele sub observație ca să fiți sigur că nimeni nu este în pericol sau „se distrează prea mult” căci încrederea trebuie construită astfel, nu distrusă. **Notă:** dacă echipele dvs. sunt prea bune la aceasta, faceți-le să dea înapoi prin dificultăți suplimentare.
5. Lăsați-i pe primii 30% să treacă linia de sosire și dacă toți ceilalți arată de parcă nu vor reuși, opriți jocul acolo.
6. Întrebați despre dificultăți și lucrurile bune asociate cu ghidarea celor legați la ochi, adunați câteva dintre chestiunile acestea și trageți concluzii despre cum pot fi ele aplicate în diferite situații și apoi rugați pe toată lumea să aplaude și să se încurajeze reciproc.

Anexa 2 – Fișă – Test de autoevaluare a inteligenței emoționale

(Sursa: <http://digitalcommons.unl.edu/cgi/viewcontent.cgi?article=1054&context=aglecfacpub>)

Pentru fiecare dintre afirmațiile de mai jos decideți care răspuns indică cel mai bine atitudinea sau poziția dvs. –gradul în care dvs. sunteți de acord cu afirmația. Încercuiți numărul de la 1 (dezacord total) la 5 (acord total) care descrie cel mai bine percepția dvs.

Afirmație	Acord total	Acord	Neutru	Dezacord	Dezacord total
	1	2	3	4	5
1. Sunt deplin conștient de sentimentele celorlalți oameni.					
2. Sunt înzestrat cu privire la a simți ce simt cei din jurul meu.					
3. Sesizez semnale subtile ale sentimentelor altei persoane.					
4. Am o imagine clară despre cum simt alții.					
5. Sunt priceput la citirea reacțiilor și sentimentelor celorlalți.					
6. Am o aptitudine pentru a citi sentimentele celorlalți.					
7. Emoțiile mele scapă rar de sub control.					

8. Pot să trec peste o stare proastă și să îmi continui activitatea.					
9. Simt emoții pozitive mai puternic decât alți oameni.					
10. Îmi pot regla stările așa încât ele nu mă copleșesc.					
11. Arareori am frământări emoționale în interior care interferează cu gândurile mele.					
12. Sentimentele mele sunt arareori atât de intense încât să mă simt copleșit.					
13. Mă înțeleg bine și comunic bine cu oamenii.					
14. Oamenilor pare să le placă să interacționeze cu mine.					
15. Sunt bun la relații interpersonale.					
16. Din punct de vedere social, pot fi descris drept relaxat.					
17. Am abilități sociale bune.					
18. Pot fi descris ca un jucător de echipă.					
19. Întotdeauna sunt conștient de stările mele de spirit.					

20. Am o imagine clară despre ceea ce mă afectează.						
21. De câte ori am o stare de spirit proastă știu asta întotdeauna.						
22. Nu am dificultăți în a descrie altora sentimentele mele.						
23. Îmi pot exprima în cuvinte sentimentele.						
24. Întotdeauna știu că sunt într-o stare nesuferită înainte ca alții să observe.						

Acest instrument măsoară patru domenii ale inteligenței emoționale: răspunsul empatic, reglarea stărilor afective, abilități interpersonale și autoconștientizarea. Pentru a calcula scorul dvs., adunați numerele pe care le-ați încercuit. Interpretările scorului dvs. se găsesc mai jos.

96-120: Vă percepeți ca fiind foarte inteligent emoțional. Vă vedeți capabil cu ușurință să vă reglați emoțiile, simțiți emoțiile altora și vă simțiți ca acasă în situații sociale. Sunteți conștient de cine și cum sunteți.

72-95: Vă percepeți ca fiind moderat inteligent emoțional. Vă puteți regla emoțiile în majoritatea situațiilor, tindeți să simțiți exact emoțiile altora și vă simțiți confortabil în situații sociale de cele mai multe ori. Sunteți conștient de sine de cele mai multe ori.

48-71: Vă percepeți ca fiind într-o oarecare măsură inteligent emoțional. Uneori vă reglați emoțiile, câteodată simțiți emoțiile altora și uneori vă simțiți confortabil în situații sociale. Sunteți conștient de sine într-o oarecare măsură.

24-47: Nu vă percepeți ca fiind foarte inteligent emoțional. Tindeți să nu vă reglați emoțiile, tindeți să nu simțiți emoțiile altora și tindeți să nu vă simțiți confortabil în situații sociale. Este posibil să nu fiți foarte conștient de sine.