

GET-UP σχέδιο μαθήματος για Κυρίως Μάθημα

Ενότητα 8 : Διαχείριση και καθοδήγηση άλλων

Υποενότητα 3 - Συναισθηματική νοημοσύνη στην ηγεσία

Μαθησιακά αποτελέσματα : Με την ολοκλήρωση αυτού του εργαστηρίου , οι πράσινοι επιχειρηματίες (οι μαθητές) θα είναι ικανοί να:

- ❖ Κατανοήσουν τα συστατικά στοιχεία της συναισθηματικής νοημοσύνης.
- ❖ Κατανοήσουν το ρόλο της συναισθηματικής νοημοσύνης στην επιχειρηματικότητα .
- ❖ Αξιολογήσουν τη δική τους συναισθηματική νοημοσύνη.
- ❖ Χτίσουν συναισθηματική νοημοσύνη για αποτελεσματική ηγεσία .

Μέθοδος περιεχομένου και διδασκαλίας	Χρόνος (λεπτά)	Απαιτούμενα υλικά / εξοπλισμός	Εκτίμηση / Αξιολόγηση
--------------------------------------	----------------	--------------------------------	-----------------------

<p><u>Εισαγωγή και Προεισαγωγή:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ❖ Ο εκπαιδευτής καλωσορίζει όλους τους εκπαιδευόμενους στην διαπροσωπική συνάντηση και παρέχει μια σύνοψη των θεμάτων που θα καλυφθούν σε αυτό το σύντομο εργαστήριο. ❖ Ο εκπαιδευτής εισάγει την προεισαγωγή: «Οδηγώντας τους τυφλούς» (βλ. Παράρτημα 1) ❖ Μετά από αυτή τη δραστηριότητα, ο εκπαιδευτής θα πρέπει να διεξάγει μια ομαδική συζήτηση για να επισημάνει τις δυσκολίες στην δραστηριότητα αυτή της οδήγησης των τυφλών και να προσδιορίσει τις ιδιότητες και τα χαρακτηριστικά που απαιτούνται για την αποτελεσματική ολοκλήρωση αυτής της δραστηριότητας. ❖ Ο εκπαιδευτής θα πρέπει να συνοψίσει τα σχόλια που έγιναν, να τα αναγράψει σε ένα αναδιπλούμενο πίνακα (Flipchart) και να αποσυμπιέσει τις γνώσεις για τον τρόπο με τον οποίο μπορούν να χρησιμοποιηθούν για τη δημιουργία μιας νέας επιχείρησης. 	<p><u>20 λεπτά</u></p>	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Πρόγραμμα / επισκόπηση του εκπαιδευτικού περιεχομένου. ❖ Εμπόδια για την προεισαγωγή. ❖ κάλυμμα ματιών για κάθε ομάδα. ❖ Αναδιπλούμενος πίνακας (Flipchart) και μαρκαδόροι για σχόλια ανατροφοδότησης. 	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Οι εκπαιδευόμενοι θα συμμετάσχουν στη Προεισαγωγική δραστηριότητα και θα δώσουν σχόλια ανατροφοδότηση στους «ηγέτες» για την απόδοσή τους.
---	------------------------	---	--

<p>εκπαιδευόμενοι καλούνται να αναθεωρήσουν τον κατάλογο των ικανοτήτων ενός καλού ηγέτη, εάν είναι απαραίτητο, με βάση την κατανόησή τους για το EQ.</p> <ul style="list-style-type: none"> ❖ Σε αυτό το σημείο, ο εκπαιδευτής μπορεί να συσχετίσει το έργο του Stephen Covey και τις συνήθειες ιδιαίτερα αποτελεσματικών ανθρώπων με το έργο του Daniel Goleman για την ανάπτυξη του EQ. Μια περίληψη αυτών των συνηθειών μπορεί να βρεθεί εδώ: http://dl.motamem.org/Summary-Seven-Habits-of-Highly-Effective-People.pdf ❖ Στη συνέχεια, οι εκπαιδευόμενοι καλούνται να συζητήσουν πώς μπορούν αυτές οι ιδιότητες να εφαρμοστούν για την ανάπτυξή τους ως επιχειρηματίες. <p><u>Κουίζ Αυταξιολόγησης και συζήτηση:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ❖ Ο Εκπαιδευτής διανέμει αντίγραφα του « κουίζ Αυτοαξιολόγησης EQ » (βλ. Παράρτημα 2) σε όλους τους μαθητές και τους ζητά να ολοκληρώσουν το κουίζ για να καθορίσουν τη συναισθηματική νοημοσύνη τους . ❖ Μετά από αυτό το κουίζ, χρησιμοποιώντας μια 	<p><u>20 λεπτά</u></p>		
---	------------------------	--	--

<p>διαφάνεια PowerPoint , ο εκπαιδευτής επιδεικνύει μια πολύ απλή άσκηση για να βοηθήσει τους μαθητές να αναπτύξουν τη συναισθηματική νοημοσύνη τους.</p>			
<p><u>Κλείσιμο μαθήματος και Αξιολόγηση</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ❖ Ο εκπαιδευτής κλείνει το κύριο μάθημα με μια σύντομη λεκτική συζήτηση ανατροφοδότησης. ❖ Ο εκπαιδευτής διανείμει στους εκπαιδευόμενους αντίγραφα της φόρμας αξιολόγησης του εργαστηρίου και τους ζητάει να τη συμπληρώσουν 	<p><u>10 λεπτά</u></p>	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Αντίγραφα των εντύπων αξιολόγησης για τους εκπαιδευόμενους. ❖ Στυλό και υλικά καταγραφής σημειώσεων για τους εκπαιδευόμενους. ❖ Αναδιπλούμενος πίνακας (Flipchart) και μαρκαδόροι για λεκτική συζήτηση ανατροφοδότησης. 	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Οι εκπαιδευόμενοι θα συμμετάσχουν πλήρως στις δραστηριότητες αξιολόγησης και ανατροφοδότησης και θα συμπληρώσουν το έντυπο αξιολόγησης.
Συνολικός χρόνος	90 λεπτά		

Παράρτημα 1 - Προεισαγωγή - Οδηγώντας τους Τυφλούς

(Πηγή: <http://www.leadershiptime.com/leading-the-blind.html>)

- ❖ **Περιγραφή** : Δημιουργία εμπιστοσύνης και επικοινωνίας μέσω της παροχής οδηγιών σε κάποιον που βασίζεται σε εσάς. Αυτό το

παιχνίδι είναι καταλληλότερο για ενήλικες και συμβάλλει στην ενίσχυση της εμπιστοσύνης και της επικοινωνίας εντός ενός ομαδικού περιβάλλοντος.

- ❖ **Σκοποί** : Ομαδικότητα, βελτίωση επικοινωνίας, ομαδικές δραστηριότητες διασκέδασης.
- ❖ **Χρόνος και Υλικά** : Ο χρόνος εξαρτάται από τη διαδρομή που έχετε δημιουργήσει και πόσο χώρο θέλετε να καλύψουν οι ομάδες. Θα χρειαστείτε ένα κάλυμμα για τα μάτια και αντικείμενα για να δημιουργήσετε την διαδρομή που θέλετε να καλύψετε.

Οδηγίες: Παιχνίδι ηγεσίας - οδηγώντας τους τυφλούς

1. Δημιουργήστε ένα περιβάλλον γεμίζοντας το με διαφορετικά αντικείμενα που πρέπει να αποφευχθούν (μπορείτε να χρησιμοποιήσετε έναν μεγάλο χώρο ή απλά ένα μικρό γραφείο.)
2. Διαχωρίστε την ομάδα σε υποομάδες των 2 (ή 3, αν θέλετε να δείτε το χάος που δημιουργείται) ζητώντας από τις ομάδες να επιλέξουν κάποιον που θα δέσει με τα μάτια του και ένας (ή περισσότερους) ως ηγέτη.
3. Μιλήστε στους ηγέτες και δείξτε τους πού πρέπει να φτάσουν και πώς θα μπορούσαν να επικοινωνήσουν με τα μέλη που έχουν δεμένα μάτια. **Σημείωση** : θα μπορούσατε να ορίσετε μόνο 3 ή 4 επιτρεπτές λέξεις ή να εισάγετε επιπρόσθετους όρους όπως ότι δεν πρέπει να αγγίζουν τα αντικείμενα κλπ. Για πρόσθετη δυσκολία.
4. Δώστε στις ομάδες το "Πάμε" και δείτε το χάος να ξεδιπλώνεται. Παρακολουθήστε τις ομάδες για να βεβαιωθείτε ότι δεν δημιουργείται κίνδυνος ή ότι κάποιο μέλος «παραέχει πολλή διασκέδαση» καθώς η εμπιστοσύνη πρέπει

να οικοδομηθεί μέσω αυτού του παιχνιδιού και όχι να καταστραφεί. **Σημείωση** : Εάν οι ομάδες σας αποδειχτούν πολύ καλές σε αυτό, κάντε τους να περπατήσουν προς τα πίσω για επιπλέον δυσκολία.

5. Αφήστε το πρώτο 30% των ατόμων που συμμετέχουν να διασχίσουν τη γραμμή τερματισμού και αν τα υπόλοιπα άτομα είναι ακόμα μακριά, τερματίστε το παιχνίδι εκεί.

6. Αποκαλύψτε τις δυσκολίες και τα θετικά του που συνδέονται με την δραστηριότητα οδήγησης των τυφλών, σημειώστε μερικά από τα σχόλια τους και αποσυμπιέστε τις γνώσεις για τον τρόπο με τον οποίο μπορούν να εφαρμοστούν σε καταστάσεις και στη συνέχεια καλέστε του σε αμοιβαίο χειροκρότημα και ενθάρρυνση.

Παράρτημα 2 - Έντυπο - Κουίζ αυτοαξιολόγησης συναισθηματικής νοημοσύνης

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

Για κάθε δήλωση παρακάτω, αποφασίστε ποιό επίπεδο απάντησης δείχνει καλύτερα τη στάση ή τη θέση σας -. Κυκλώστε από τον αριθμό 1 (συμφωνώ έντονα) μέχρι 5 (διαφωνώ έντονα) αυτό που περιγράφει καλύτερα το άτομο σας.

Δήλωση	Συμφωνώ απολύτως	Συμφωνώ	Ούτε συμφωνώ ούτε διαφωνώ	Διαφωνώ	Διαφωνώ έντονα
	1	2	3	4	5
1. Γνωρίζω καλά τα συναισθήματα άλλων ανθρώπων					
2. Είμαι προικισμένος στο να αισθανθώ τι αισθάνονται οι άλλοι γύρω μου.					
3. Λαμβάνω τα λεπτά μηνύματα των συναισθημάτων από ένα άλλο άτομο.					
4. Έχω καλή εικόνα για το πώς αισθάνονται οι άλλοι.					
5. Είμαι εξαιρετικός στην ανάγνωση των αντιδράσεων και των συναισθημάτων των άλλων.					

6. Έχω την ικανότητα να διαβάζω τα συναισθήματα των άλλων.					
7. Τα συναισθήματά μου είναι σπάνια εκτός ελέγχου.					
8. Μπορώ να ξεπεράσω εύκολα μια άσχημη διάθεση και να συνεχίσω με την ημέρα μου					
9. Νιώθω τα θετικά συναισθήματα εντονότερα από άλλους.					
10. Μπορώ να ρυθμίζω τις διαθέσεις μου έτσι ώστε να μην με καταβάλουν.					
11. Έχω σπάνια συναισθηματικές μάχες μέσα μου που παρεμβαίνουν στις σκέψεις μου.					
12. Τα συναισθήματά μου σπανίως είναι τόσο έντονα που να αισθάνομαι συγκλονισμένος.					
13. Έχω καλές διαπροσωπικές δεξιότητες.					

14. Οι άνθρωποι φαίνεται να απολαμβάνουν την αλληλεπίδραση μαζί μου.					
15. Είμαι καλός στις προσωπικές σχέσεις.					
16. Κοινωνικά, θα μπορούσα να χαρακτηριστώ ως εύκολο άτομο.					
17. Έχω καλές κοινωνικές δεξιότητες.					
18. Θα μπορούσε να περιγραφεί ως ομαδικός παίκτης.					
19. Γνωρίζω πάντα τις διαθέσεις μου.					
20. Έχω καλή εικόνα για το τι με κάνει να ερεθίζομαι.					
21. Ξέρω πάντα κάθε φορά που βρίσκομαι σε άσχημη διάθεση.					

22. Δεν έχω δυσκολία να περιγράψω τα συναισθήματά μου σε άλλους.					
23. Μπορώ να βάλω τα συναισθήματά μου σε λέξεις.					
24. Πάντα γνωρίζω ότι είμαι σε μια δυσάρεστη διάθεση πριν οι άλλοι να το επισημαίνουν.					

Το εργαλείο αυτό μετράει τους τέσσερις τομείς της συναισθηματικής νοημοσύνης: την ενσυναισθητική αντίδραση, τη ρύθμιση της διάθεσης, τις διαπροσωπικές δεξιότητες και την αυτογνωσία. Για να υπολογίσετε το σκορ σας, προσθέστε τους αριθμούς που περιγράψατε. Οι ερμηνείες της βαθμολογίας σας βρίσκονται παρακάτω.

96-120: Αντιλαμβάνεστε τον εαυτό σας ως εξαιρετικά συναισθηματικά έξυπνο. Θεωρείτε τον εαυτό σας ως άμεσα ικανό να ρυθμίσετε τα συναισθήματά σας, να αισθανθείτε τα συναισθήματα των άλλων και να αισθανθείτε σαν στο σπίτι σας σε κοινωνικές καταστάσεις. Γνωρίζετε ποιοι είστε και πώς είστε.

72-95: Αντιλαμβάνεστε τον εαυτό σας ως μέτρια συναισθηματικά ευφυή. Μπορείτε να ρυθμίσετε τα συναισθήματά σας στις περισσότερες περιπτώσεις, τείνετε να αισθάνεστε με ακρίβεια τα συναισθήματα των άλλων και να αισθάνεστε άνετα σε κοινωνικές καταστάσεις τις

περισσότερες φορές. Είστε αυτο-συνειδητοποιημένος τις περισσότερες φορές.

48-71: Θεωρείτε τον εαυτό σας ως κάπως συναισθηματικά νοήμονα. Μερικές φορές ρυθμίζετε τα συναισθήματά σας, μερικές φορές αισθάνεστε τη συγκίνηση των άλλων και μερικές φορές αισθάνεστε άνετα σε κοινωνικές καταστάσεις. Είστε κάπως συνειδητοποιημένοι.

24-47: Δεν αντιλαμβανόμαστε τον εαυτό σας ως και πολύ συναισθηματικά ευφυής. Τείνετε να μην ρυθμίζετε τα συναισθήματά σας, να μην αισθάνεστε τα συναισθήματα των άλλων και να μην αισθάνεστε άνετα σε κοινωνικές καταστάσεις. Μπορεί να μην είστε και πολύ συνειδητοποιημένοι.