



KAPITAŁ LUDZKI
NARODOWA STRATEGIA SPÓJNOŚCI

UNIA EUROPEJSKA
EUROPEJSKI
FUNDUSZ SPOŁECZNY



Projekt „QUO VADIS? Narzędzie oraz pakiet materiałów metodycznych do diagnozy predyspozycji, zainteresowań zawodowych i uzdolnień przedsiębiorczych uczniów/słuchaczy”

współfinansowany ze środków Unii Europejskiej w ramach Europejskiego Funduszu Społecznego

SCENARIUSZ WARSZTATÓW NR 5. DLA MŁODZIEŻY GIMNAZJALNEJ

Temat: „Relacje interpersonalne i autoprezentacja”

Cel: Przybliżenie oraz analiza zachowania w sytuacji rozmowy indywidualnej i autoprezentacji.

Czas przeznaczony na warsztat: 45 minut

Potrzebne materiały: flipchart lub tablica

I. Wprowadzenie (10 minut)

Rozmowa z osobą, od której zależy czy zostaniemy przyjęci do jakiejś grupy, organizacji zwykle wywołuje dużo napięcia i stresu. Dobrze jest wówczas znać kilka technik, które pozwolą na zrelaksowanie i zrobienie pozytywnego wrażenia na naszym rozmówcy. Mowa jest o autoprezentacji.

Nasz sposób zachowania zwykle zdradza to, czy jesteśmy zestresowani, czy nam zależy na tym, aby pozytywnie wypaść przed naszym rozmówcą. Generalnie nie chodzi o to, aby udawać kogoś innego, niż jesteśmy, ale żeby nie wypaść z powodu stresu gorzej, niż w rzeczywistości. Szczerłość i naturalność zawsze będą oceniane lepiej, niż udawany perfekcjonizm.



Projekt „QUO VADIS? Narzędzie oraz pakiet materiałów metodycznych do diagnozy predyspozycji, zainteresowań zawodowych i uzdolnień przedsiębiorczych uczniów/słuchaczy”

współfinansowany ze środków Unii Europejskiej w ramach Europejskiego Funduszu Społecznego

W jednym z przeprowadzonych przez psychologów badaniu, w którym podczas rozmowy kwalifikacyjnej był poddawany ocenie kandydat do pracy (zawsze ten sam), który za każdym razem idealnie pasował do stanowiska, za jednym razem prezentował się perfekcyjnie, za drugim zaś pod koniec rozmowy wylewał na siebie kawę. Jak myślicie, w którym przypadku kandydat oceniany był lepiej? Lepiej oceniany był idealny kandydat, który wylał na siebie kawę, bo to ludzka i bliska nam rzecz.

Chcąc wywrzeć pozytywne wrażenie podczas rozmowy, na której wyniku nam zależy, dobrze jest się do niej po prostu przygotować. W tym celu najlepiej jest zadać następujące pytania osobie, która zaprasza nas na spotkanie:

1. **Kiedy i gdzie** odbędzie się spotkanie?
2. **Jak długo** będzie trwało spotkanie?
3. **Co dokładnie jest celem** spotkania i czego można się po nim spodziewać (jaki jest przewidywany wynik tego spotkania)?
4. **Kto poza mną** będzie uczestniczyć w spotkaniu?
5. Czy należy **w jakiś sposób przygotować** się do spotkania?

Zadanie 1. (15 minut) „PRZYGOTOWANIE DO AUTOPREZENTACJI”

KROK 1: Praca indywidualna.

KROK 2: Przekazanie poniższej instrukcji:

Proszę, abyście przypomnieli sobie o wszystkich kursach, kółkach zainteresowania, hobby, umiejętnościach jakie dotąd zdobyliście, bądź w jakich uczestniczyliście. Chodzi o to, abyście stworzyli listę, na której znajdują się następujące kategorie:

1. *Zrealizowane lub realizowane kursy;*



Projekt „QUO VADIS? Narzędzie oraz pakiet materiałów metodycznych do diagnozy predyspozycji, zainteresowań zawodowych i uzdolnień przedsiębiorczych uczniów/słuchaczy”

współfinansowany ze środków Unii Europejskiej w ramach Europejskiego Funduszu Społecznego

2. Koła zainteresowań;

4. Konkursy i olimpiady (dyplomami, certyfikatami itp.);

3. Hobby.

Kiedy już to napiszecie na kartkach, proszę, abyście wypisali umiejętności, jakie zdobyliście lub zdobywacie w ramach powyższych działań.

Na wykonanie tego zadania jest przeznaczonych 5 minut.

KROK 3: Poproszenie aby Uczestnicy dobrali się w pary

KROK 4: Przekazanie poniższej instrukcji:

- 1. Poproszę teraz, abyście omówili swoje umiejętności z koleżanką/ kolegą i zastanowili się wspólnie z jakim rodzajem prac, czy zadań się one kojarzą? Może to być: kółko teatralne, wolontariat w schronisku, roznoszenie ulotek, gwiazdkowa akcja charytatywna, organizacja koncertu, pomoc innym (np. starszym ludziom albo opieka nad dziećmi) itp.*
- 2. W jakiej organizacji, przy jakiego rodzaju pracy zawodowej czy wolontariacie mogą te umiejętności zostać wykorzystane?*

Na przeprowadzenie rozmowy macie Państwo 10 minut.

Zadanie 2. (15 minut) „SPRZEDAĆ SWOJE UMIEJĘTNOŚCI”

KROK 1: Wprowadzenie przez Prowadzącego do dalszej części warsztatów.

Prowadzący może powiedzieć:

Teraz przejdziemy do następnego zadania, które również będziecie przeprowadzać w parach.



Projekt „QUO VADIS? Narzędzie oraz pakiet materiałów metodycznych do diagnozy predyspozycji, zainteresowań zawodowych i uzdolnień przedsiębiorczych uczniów/słuchaczy”

współfinansowany ze środków Unii Europejskiej w ramach Europejskiego Funduszu Społecznego

Obecnie, kiedy już wiecie, jakie są wasze specjalne i wyjątkowe umiejętności, proszę, abyście je przedstawili koleżance/ koledze w taki sposób, jak byście rozmawiali z osobą, od której zależy czy was przyjmie do: pracy, kółka teatralnego, wolontariatu w schronisku, roznoszenia ulotek, akcji charytatywnej, organizacji koncertu itp.. W tym czasie koleżanka, kolega może zastanowić się na ile przedstawiane umiejętności i sposób ich przedstawiania jest atrakcyjny. Później zamieńcie się rolami.

Macie na to zadanie 10 minut.

KROK 2: Omówienie ćwiczenia.

Prowadzący może powiedzieć:

Czy chcielibyście podzielić się informacjami na temat swoich umiejętności na forum? Jeśli tak, to zapraszam trzy pary chętne, które przedstawią po jednej scenie, w ramach której jedna osoba starająca się o przyjęcie do grupy/ organizacji, będzie prezentować swoje umiejętności, natomiast drugi z Uczestników wcieli się w rolę osoby, która ma zdecydować o przyjęciu do grupy/ organizacji.

Podsumowując ćwiczenie Prowadzący zadaje poniższe pytania:

- 1. Na ile te zadanie było dla was trudne? Jeśli tak/ nie, to dlaczego?*
- 2. Co sprawiało najwięcej trudności?*
- 3. Jakie umiejętności prezentowaliście?*
- 4. Czy uważacie, że opanowaliście to ćwiczenie w pełni, czy może będziecie jeszcze chwili popracować w przyszłości nad autoprezentacją?*



Projekt „QUO VADIS? Narzędzie oraz pakiet materiałów metodycznych do diagnozy predyspozycji, zainteresowań zawodowych i uzdolnień przedsiębiorczych uczniów/słuchaczy”

współfinansowany ze środków Unii Europejskiej w ramach Europejskiego Funduszu Społecznego

Pytania ewaluacyjne, co każdy powinien wynieść z warsztatu (5 minut)

Pytania ewaluacyjne można zadać bezpośrednio jeszcze podczas trwania warsztatów, aby stały się podstawą do dyskusji zamykającej spotkanie, bądź przekazać na kartce, do indywidualnego wypełnienia przez każdego z Uczestników.

Czy podczas warsztatów dowiedziałas się/ dowiedziałeś się czegoś nowego?

TAK

NIE

Jeśli tak, to co najbardziej utkwilo Ci w pamięci?

.....
.....

Czy pytanie o wynagrodzenie podczas pierwszych pięciu minut rozmowy kwalifikacyjnej będzie odebrane przez pracodawcę jako motywacja wewnętrzna do pracy?

TAK

NIE

Wymień przynajmniej 3 kwestie, jakie należy poruszyć podczas rozmowy, podczas której chciałbyś wyrzucić pozytywne wrażenie na swoim rozmówcy:

-
-
-