



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 1. DLA MŁODZIEŻY GIMNAZJALNEJ

Temat: „Co to jest inteligencja emocjonalna?”

Cel: zapoznanie uczniów z zagadnieniem inteligencji emocjonalnej oraz przedstawienie argumentów mówiących o tym, dlaczego ten rodzaj inteligencji jest ważny w pracy.

Czas przeznaczony na warsztat: 45 minut.

Wprowadzenie (15 minut)

Człowiek przygotowuje się do podjęcia pracy przez całe życie, nie tylko przez ostatnie lata szkoły czy praktyk zawodowych. Wynika to stąd, że rozpoczęcie pracy i funkcjonowanie zawodowe wymaga od nas nie tylko pewnych „twardych umiejętności”, czyli kwalifikacji, dyplomów ukończonej edukacji czy szkoleń. Obecnie pracodawcy równie wysoko, co kwalifikacje, cenią sobie umiejętności emocjonalne pracowników, czyli inaczej tzw. inteligencję emocjonalną.

Howard Gardner:

„(...) wiele osób o ilorazie inteligencji powyżej 160 pracuje dla ludzi o ilorazie nieprzekraczającym 100, jeśli ci pierwsi odznaczają się słabą, a ci drudzy wysoką inteligencją interpersonalną. Natomiast w życiu codziennym żadna inteligencja nie jest tak ważna jak inteligencja interpersonalna.”

(za: Goleman, „Inteligencja emocjonalna”, s. 78).



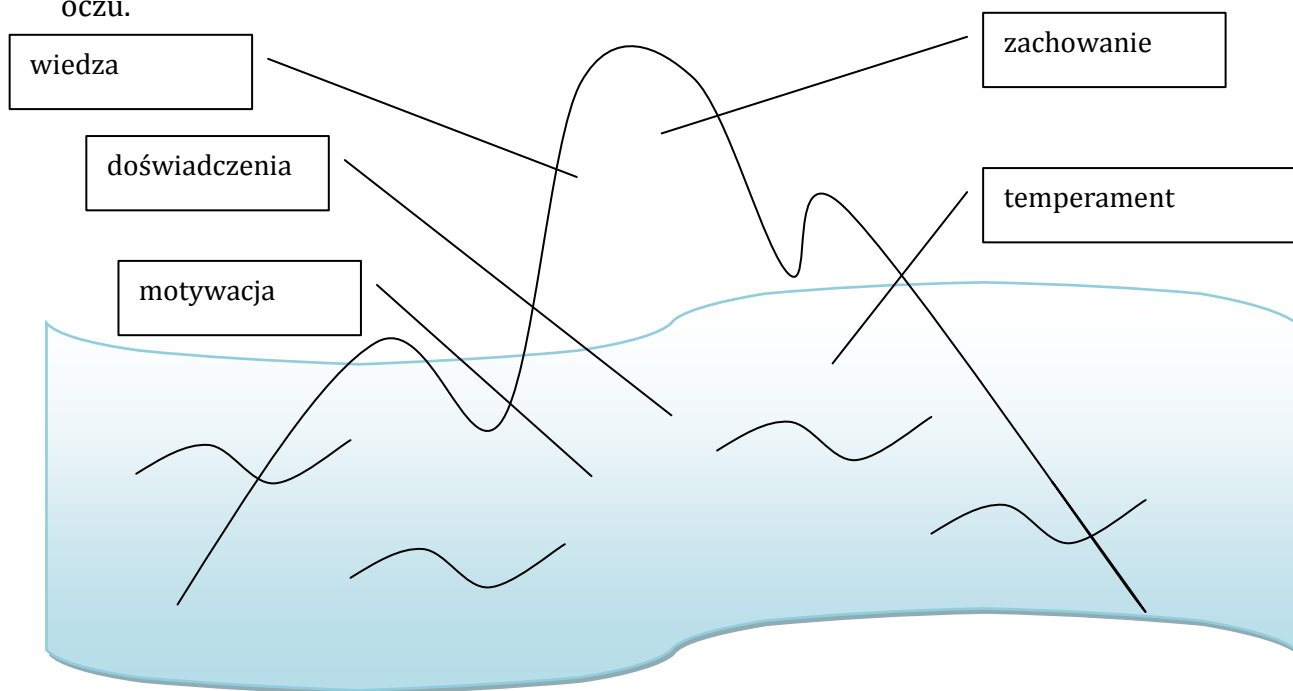
Projekt „QUO VADIS? Narzędzie oraz pakiet materiałów metodycznych do diagnozy predyspozycji, zainteresowań zawodowych i uzdolnień przedsiębiorczych uczniów/słuchaczy”

współfinansowany ze środków Unii Europejskiej w ramach Europejskiego Funduszu Społecznego

Czym jest inteligencja emocjonalna?

- Inteligencja emocjonalna to zbiór zdolności poznawczych (umysłowych) warunkujących „radzenie sobie” z emocjami (własnymi i cudzymi).
- Inteligencja emocjonalna to właściwości pozaintelektualne, czyli coś innego, aniżeli IQ, warunkujące wykorzystywanie posiadanych zasobów poznawczych w rzeczywistym funkcjonowaniu (np. odporność na stres, optymizm, umiejętność kierowania własnym działaniem).

Inteligencję emocjonalną można obserwować w odniesieniu do zachowania i posiadanej wiedzy. Jest to jednak jedynie wierzchołek góry lodowej, reszta jest niewidoczna dla oczu.



Inteligencję emocjonalną można rozwijać przez całe życie, w odróżnieniu od tzw. IQ (z języka angielskiego *intelligence quotient*), czyli powszechnie znanego ilorazu inteligencji! To, co rozwija naszą inteligencję emocjonalną, to zwłaszcza ... problemy i konflikty, które staramy się rozwiązywać.



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

Twórcy tego pojęcia nazywają inteligencją emocjonalną następujące umiejętności:

- zdolność do spostrzegania, oceniania i wyrażania czy współodczuwania emocji (empatia);
- zdolność do emocjonalnego wspomagania myślenia (motywacja do działania);
- zdolność do rozumienia i analizowania emocji (świadomość własnych i cudzych emocji);
- zdolności do regulowania emocji (rozwiązywanie konfliktów, samo uspakajanie się).

Po co nam inteligencja emocjonalna?

Badania pokazują, że inteligencja emocjonalna:

- ma wzrastające znaczenie w kontekście zawodowym,
- jest czynnikiem warunkującym nasz dobrostan (zadowolenie z życia),
- ułatwia zdobywanie wsparcia społecznego i pomocy,
- przeciwdziałają konfliktom i zachowaniom antyspołecznym,
- chroni zdrowie psychiczne,
- pozwala łatwiej nawiązywać kontakty i podtrzymywać bliskie relacje z innymi.

Zadanie 1. (10 minut) „JAKIE TO CECHY INTELIGENCJI EMOCJONALNEJ?”

KROK 1: Przekazanie instrukcji przez Prowadzącego

Zastanówcie się teraz przez chwilę, jak byście wyobrażali sobie idealne cechy charakteru pracownika w dwóch różnych rodzajach pracy: 1) zawodowego kierowcy tira oraz 2) sprzedawcy w sklepie z zabawkami dla dzieci?



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

KROK 2: Najpierw należy poczekać na spontaniczne wypowiedzi Uczestników, a następnie poprosić o uzupełnienie o poniższe określenia: wytrwały, towarzyski, komunikatywny, z refleksem, skoncentrowany, ekspresyjny (spontaniczne wyrażanie emocji).

Zadanie 2. (15 minut) „ZABAWA Z KARTKAMI NA PLECACH”

KROK 1: Prowadzący przygotowuje kartki z napisami: „dyrektor banku”, „asystent/ka prezesa firmy odzieżowej”, „sprzedawca materiałów budowlanych”, „architekt”, „psycholog dziecięcy”, „chirurg”, „operator koparki”, „nauczyciel w gimnazjum”.

KROK 2: Kartki z napisami należy przykleić Uczestnikom na plecach w taki sposób, aby nie widzieli własnych kartek i tego co jest na nich napisane, mogą natomiast (a nawet powinni) widzieć to, co mają przyklepione na plecach inne osoby. Zadanie polega na rozpoznaniu tego „kim się jest”, jaki pełni się zawód za pomocą pośrednich informacji, jakie każdy otrzymuje od innych.

Celem tego zadania jest ukazanie tego, iż do każdego z zawodów przypisane są nie tylko pewne działania, funkcje ale także społecznie i kulturowo uwarunkowany sposób postrzegania osoby pełniącej pewne funkcje czy wykonującej pewne zawody (tzw. „prestż zawodowy”) i zachowania względem niej ze strony innych ludzi.

Prowadzący podaje instrukcję Uczestnikom:



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

Każdy z was ma przyklejoną na plecach kartkę z nazwą zawodu lub funkcji zawodowej. Waszym zadaniem jest odgadnięcie tego, kim jesteście, to znaczy jaką pracę wykonujecie, jaki jest zawód każdego z was.

Wyobraźcie sobie, że jesteście na przyjęciu, w świecie biznesu takie spotkania nazywają się „mikserem” od angielskiego słowa mix, czyli mieszanie. Na takich spotkaniach zwykle poznaje się innych ludzi biznesu, nawiązuje kontakty i załatwia interesy.

Tutaj jesteście bardziej zróżnicowaną grupą zawodową, aniżeli bywa to na „mikserze”, gdzie zazwyczaj zapraszane są osoby z wyższych szczebli zarządzania, np. kierownicy, menagerowie, dyrektorzy firm. Na waszym spotkaniu znajdują się zarówno pracownicy fizyczni, jak i dyrektorzy, a także specjaliści różnych zawodów. Podczas trwania „miksera” swobodnie poruszacie się po pomieszczeniu i rozmawiacie z kim chcecie, jednak waszym celem zawsze jest załatwienie jakiegoś biznesu, sprawy z osobą, z którą rozmawiacie.

Podczas rozmowy, wiedząc z kim rozmawiacie, spróbujcie nakłonić swojego rozmówcę, żeby zrobił coś dla was, co jest związane z jego pracą. Nie wolno jednak wypowiadać nazw zawodów zapisanych na kartkach. Aby była lepsza zabawa, należy także unikać wyrażen pochodnych od tych nazw, np. nie mówić „dyrektorskie maniery” w stosunku do dyrektora, bo to spowoduje, że osoba zaraz zorientuje się, kim jest. Na spotkanie mikserowe macie teraz pięć minut. Powodzenia!

Po zakończeniu zadania należy je omówić, zadając następujące pytania:

1. Czy wszyscy zorientowaliście się jaki zawód wykonujecie? Jeśli nie, to dlaczego okazało się to niemożliwe?
2. Komu podobało się te zadanie, a komu nie? Dlaczego, z czego to wynika?
3. Co w tym zadaniu było najtrudniejsze?

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.



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

ANKIETA EWALUACYJNA

Czy podczas warsztatów dowiedziałas się/ dowiedziałeś się czegoś nowego?

TAK ☐

NIE ☐

Jeśli tak, to co najbardziej utkwiło Ci w pamięci?

.....

.....

Czy relacje interpersonalne są nam potrzebne do sprawnego funkcjonowania w pracy?

TAK ☐

NIE ☐

Dlaczego? W jaki sposób posiadanie inteligencji emocjonalnej wpływa na nasze zachowanie w pracy? Podaj przynajmniej trzy przykłady:

-
-
-