



IO2. Sarcina 2.2

Lucrați lent, lucrați mai bine Trusa de instrumente de formare Frica de a spune nu





DENUMIREA INSTRUMENTULUI: PUTEȚI spune nu! - Practică în perechi

ORGANIZAȚIA ȘI ȚARA: CPIP, ROMÂNIA

Online Față în față

Prezentare generală (Ce voi învăța?):

1. Sfaturi și ponturi pentru a spune nu la locul de muncă.
2. Metode și răspunsuri tipice (ale voastre) atunci când nu reușiți să spuneți nu.

Obiectiv (Pentru ce voi învăța acest lucru?):

1. Învățați să spuneți nu exersând.
2. Sporirea încrederii în sine pentru a putea spune nu.
3. Dați și primiți feedback într-un spațiu sigur cu colegii voștri.

Materiale:

6 scenarii

Timp: 30-35 minute

Grupul țintă: angajații (în special angajații care tind să spună da tot timpul)

Instrucțiuni pentru facilitatori

1. Pregătiți 6 scenarii diferite în care managerul sau șeful cere unui angajat să se ocupe de ceva.
2. Cereți angajaților să formeze perechi pentru a putea efectua activitatea.
3. Explicați angajaților etapele jocului.

Sarcini și procedură

Acest instrument implică exersarea activității de a spune nu cu ajutorul scenariilor care vă pun într-o situație practică în care vi se cere să faceți ceva la care ați vrea să spuneți nu, dar nu reușiți. Instrumentul implică o pereche de angajați cu două roluri diferite, în care unul din ei va fi managerul care are de făcut o solicitare unui angajat care se presupune că va răspunde cu nu.

PAȘII:

1. Instrumentul cuprinde 6 runde, câte una pentru fiecare scenariu (scenariul reprezintă doar punctul de pornire a conversației între două persoane în care o





persoană va trebui să spună nu și cealaltă va juca rolul managerului și va încerca să facă presiuni).

2. Pentru fiecare rundă vor fi alocate 5 minute, fiecare persoană va fi manager de trei ori și angajat de trei ori.
3. După fiecare rundă, acordați-vă câteva minute pentru a oferi și a primi feedback de la partenerul vostru.

SCENARIILE:

1. „Hei ...,
Un termen limită a fost mutat de un client pe luni dimineață. Poți lucra în weekend?
Mulțumesc”
2. „Salut...,
Poți ajuta cealaltă echipă cu proiectul lor? Au nevoie de o mână de ajutor.
Mulțumesc!”
3. „... ,
Ai putea lua notițe pentru mine în timpul acestei întâlniri? Am fost azi noapte la o petrecere și nu mă pot concentra deloc.
Mulțumesc.”
4. „Dragă...,
... nu mă mai poate însoți la întâlnirea cu partenerii ei la Londra weekendul acesta. Crezi că o poți înlocui?
Aștept răspunsul tău până diseară”
5. „Salut...,
Am o sarcină importantă cu... care începe la ora 15.00. Crezi că îi poți ține tu locul până la sfârșitul programului?”
6. „Salut,
Ai putea pregăti chiar acum agenda pentru întâlnirea de mâine?
Mulțumesc”

Adaptarea la implementarea online

Instrumentul funcționează la fel în mediul online cât și offline.

Conectarea cu abilitatea

Acest instrument nu doar că pune presiune pe voi pentru a încerca și a învăța să spuneți nu, dar vă oferă și propriile voastre pârghii și mecanisme prin intermediul cărora puteți spune nu care nu va fi contracarat. Cel mai important lucru atunci când vreți să vă îmbunătățiți abilitatea este să exersați și instrumentul de față vă dă ocazia de a învăța cum să nu vă mai fie frică să spuneți nu.

Concluzii și evaluare






De obicei, atunci când încercăm să schimbăm ceva cel mai greu este începutul. Această activitate vă provoacă într-un mediu sigur și propice pentru a experimenta și a vă fi frică să spuneți nu.

O listă de verificare cu indicatori pentru evaluarea utilizării instrumentului comparativ cu rezultatele așteptate ale acestuia:

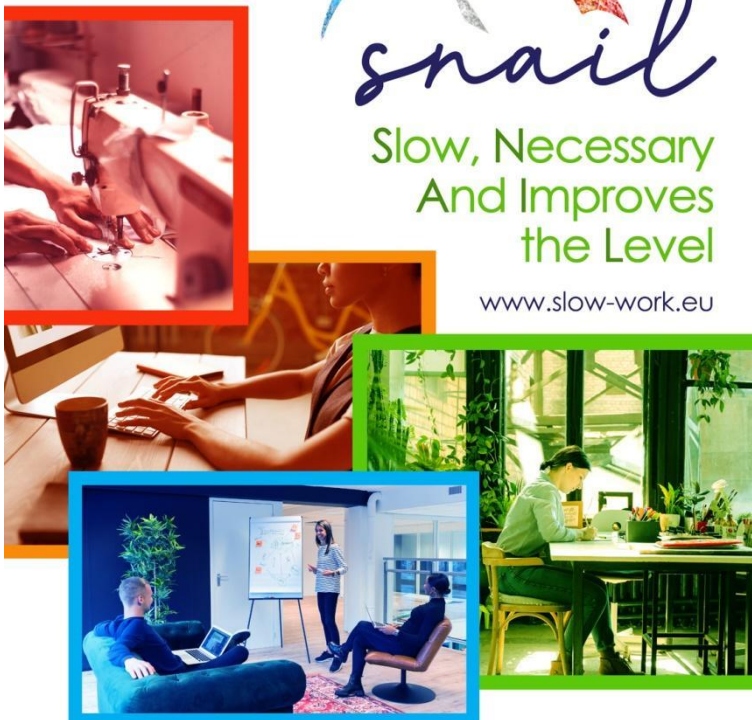
1. Câți angajați au participat la această activitate? 1-10/11-20/21-30/31-40/50+
2. Instrucțiunile au fost înțelese de toată lumea? DA/ NU
3. Angajații au ezitat să se implice în activități? DA/ NU
4. Au reușit să elaboreze scenariul și să creeze o conversație? DA/ NU
5. Au reușit să spună nu într-un mod convingător și eficient? DA/ NU
6. Reacția angajaților față de această activitate a fost pozitivă? DA/ NU
7. Fiecare angajat a jucat fiecare rol? DA/ NU
8. S-a obținut o atmosferă pozitivă? DA/ NU

Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union




Slow, Necessary
And Improves
the Level

www.slow-work.eu



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union



I&F
International Information
Learning for Life

CPIP
Cooperating Partners
in Practice

INDEPCIE

ORANGE HILL

GrowthCoop
connecting people

LUJDSKA UNIVERZA VELENJE



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

