Naslov: Socialno zavedanje (Social Awareness)

Koda vaje:

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Moduli:** | **Velikost skupine:** | **Trajanje:** |
| 8. Situacijsko zavedanje | Velika skupina | 30 min |

**Namen:**

* Upravljati s čustvi na učinkovit način v primerjavi z drugimi ljudmi

**Opis:**

Socialno zavedanje je naša sposobnost da točno razberemo čustva drugih ljudi in da razumemo, kaj se res dogaja z njimi. Pogosto, to pomeni da dojamemo kaj drugi ljudje razmišljajo in čutijo, četudi ne čutimo isto. Enostavno je, da se zapletemo v lastna čustva in pozabimo na stališče druge osebe. Socialno zavedanje poskrbi da ostanemo osredotočeni in vpijemo kritične informacije.

Vaja se izvaja na naslednji način:

* Udeležence razdelimo na "A" , "B" in "C";
* "A" se bo pretvarjal/a da je državni uslužbenec/ka
* "B" se bo pretvarjal/a da je stranka in bo v petih minutah poročal/a o dejstvu, s sledečimi pogoji
* Ko bo govoril/a o dejstvu, bo poskusil/a sporočiti na navaden (ne-ojačan) način, vseh šest čustev na izročku/učnem listu
* "A" bo komuniciral/a z "B" in posnemal/a/odseval/a njegova/njena čustva (npr: če je"B" vesel/a, srečen/na , "A" poskuša biti tudi srečen/na) po najboljših močeh
* "C" opazuje v tišini in si zapisuje, kako komunikacija poteka, s čustvenega vidika
* Po 5 minutah "C" deli zapiske z 'A' in 'B' in nato 'B' pove kako se je počutil/a
* Udeleženci se zamenjajo, tako da vsak odigra vsako vlogo

**Izročki/Učni list**: Socialno zavedanje

**Pripomočki/Material:**

Klop in dva stola, miza

**Metoda:**

Trening čustvene inteligence, izkušenjsko učenje

**Nasvet za trenerje:**

Trener naj pomaga osebam izražati čustva ne samo skozi vsebino tega kar govorijo, ampak tudi s telesno govorico, ter tonom in volumnom glasu. Osebe se v takšnem igranju vlog, pogosto skrijejo za smehom ali humorjem.

Trener določi za vsako dejstvo eno minuto in razloži na začetku da ni pomembno končati ampak da se izražamo.

**Izročki/Učni listi:**

Socialno zavedanje

**Vir/Literatura:**

Spremenil in prilagodil LiberEta iz:

Emotional Intelligence, Why Can Matter More Than IQ - Daniel Goleman -2009

Emotional Intelligence 2.0 - Travis Bradberry , Jean Greaves , Patrick Lencioni 2010