

SKILL - CRITICAL THINKING (CPIP)



1) ΠΕΡΙΓΡΑΦΗ ΤΟΥ ΕΡΓΑΛΕΙΟΥ

Τρία βήματα για τη λογοδοσία- Το εργαλείο περιγράφει έναν τρόπο για τη διεξαγωγή επιτυχημένων συζητήσεων για τη λογοδοσία στο χώρο εργασίας, αποφεύγοντας την απόδοση ευθυνών και τη σύγκρουση μέσω μιας στρατηγικής 3 βημάτων.

2) ΣΤΟΧΟΙ ΤΟΥ ΕΡΓΑΛΕΙΟΥ

1. Ανάπτυξη προσωπικής ευθύνης
2. Ανάλυση ευθύνης για τις δράσεις και τις αποφάσεις
3. Μάθετε πώς να διαχειρίζεστε συζητήσεις περί υπευθυνότητας στον χώρο εργασίας

3) ΣΥΝΔΕΣΗ ΤΟΥ ΕΡΓΑΛΕΙΟΥ ΜΕ ΤΗ ΔΕΞΙΟΤΗΤΑ

Η διεξαγωγή συζητήσεων για τη λογοδοσία στον χώρο εργασίας αποτελεί σημαντικό παράγοντα ανάπτυξης της προσωπικής ευθύνης και της ανάπτυξης. Τα άτομα πρέπει να κρατούν τον εαυτό τους υπόλογο στα πολιτιστικά πρότυπα, τις προσδοκίες και τις δεσμεύσεις, αλλά πρέπει επίσης να κρατούν τους άλλους υπόλογους, ανεξάρτητα από την κατάσταση ή τη θέση τους. Αυτό ισχύει είτε η κουλτούρα βρίσκεται σε μια οικογένεια, μια ποδοσφαιρική ομάδα, μια επιχείρηση ή έναν κυβερνητικό οργανισμό. Και εδώ είναι το πραγματικά συγκλονιστικό μέρος: οι άνθρωποι κρατούν τους άλλους ανθρώπους υπόλογους καλύτερα όταν οι άλλοι άνθρωποι τους κρατούν ενεργά υπόλογους. Οι ενέργειες εξαρτώνται η μία από την άλλη.

4) ΥΛΙΚΟ

Δεν απαιτείται συγκεκριμένο υλικό.

5) ΤΡΟΠΟΣ ΕΦΑΡΜΟΓΗΣ ΤΟΥ ΕΡΓΑΛΕΙΟΥ

Βήμα 1

Ελέγξτε τον τρόπο με τον οποίο ερμηνεύετε ένα περιστατικό και την ιστορία που λέτε στον εαυτό σας: Όταν πρόκειται για αθετημένες υποσχέσεις, ανεκπλήρωτες προσδοκίες και απαράδεκτη συμπεριφορά, οι περισσότεροι από εμάς πιστεύουμε μία από τις δύο ιστορίες: το άτομο με το οποίο έχουμε παράπονο είτε δεν ενδιαφέρεται είτε είναι ανίκανο να επιτύχει τις προσδοκίες μας. Κάθε ιστορία ανακινεί ένα διαφορετικό συναίσθημα -συνήθως αυτό της αγανάκτησης ή της περιφρόνησης- και εμείς είτε αντιδρούμε άσχημα είτε

SKILL - CRITICAL THINKING (CPIP)

καθόλου. Η επακόλουθη πορεία δράσης (ή αδράνειας) παράγει άσχημα αποτελέσματα, όπως εχθρότητα, επιδείνωση του ηθικού της ομάδας, περιφρόνηση της ηγεσίας κ.λπ.

Πώς να το αποτρέψετε→

Ακούστε και δείτε: Ένα γεγονός λαμβάνει χώρα. Ο εγκέφαλός σας αρχίζει να επεξεργάζεται τις πληροφορίες όταν το βλέπετε και το ακούτε.

Πείτε μια ιστορία: Προσπαθείτε να καταλάβετε τι συμβαίνει. Ο προμετωπιαίος φλοιός σας εξετάζει τις πληροφορίες και αναπτύσσει μια αφήγηση για να τα εξηγήσει όλα.

Νιώστε: Η αμυγδαλή σας σηματοδοτεί ότι υπάρχει κίνδυνος ή προσβολή στην ιστορία, πυροδοτώντας τα συναισθήματά σας.

Ενεργείτε: Τα έντονα συναισθήματά σας σας οδηγούν σε μάχη ή φυγή - λογικά ξεσπάσματα ή φυγή και αποφυγή

Πριν αντιμετωπίσετε κάποιον, ρωτήστε τον εαυτό σας:

Πώς έχω συμβάλει σε αυτή την κατάσταση πριν πλησιάσω κάποιον;

Ποιες περιστάσεις μπορεί να αντιμετωπίζει το άλλο άτομο και να προσθέτουν σε αυτή τη δυσκολία;

Υπάρχουν μεταβλητές που παραβλέπω;

Αν ήμουν στη θέση του ή της, πώς θα προτιμούσα να επικοινωνήσω μαζί του ή της;

Πώς θα πετύχαινε αυτή η συζήτηση αν επρόκειτο να λήξει με επιτυχία;

Βήμα 2

Επιδείξτε καλή πρόθεση

Δημιουργήστε αμοιβαίο σεβασμό και κοινό σκοπό.

Αμοιβαίος σκοπός: Γνωρίζετε και οι δύο με παρόμοιο τρόπο τις προτεραιότητες του άλλου ατόμου.

Ενδιαφέρεστε για τα ζητήματα, τους στόχους, τις προκλήσεις και τις νίκες του.

Ο αμοιβαίος σεβασμός σημαίνει ότι και οι δύο σας εκτιμάτε και σέβεστε τον άλλον.

Βήμα 3

Περιγράψτε το χάσμα

Επικεντρωθείτε στα γεγονότα και όχι στο πρόσωπο. Τα πράγματα που μπορείτε να δείτε, να ακούσετε, να παρατηρήσετε και να μετρήσετε θεωρούνται γεγονότα. Οι αφηγήσεις σας, οι υποθέσεις και οι ερμηνείες της εν λόγω συμπεριφοράς μένουν εκτός εικόνας όταν εμμένετε στα γεγονότα. Ως αποτέλεσμα, αποκλείεται επίσης κάθε αίσθημα κατηγορίας ή ντροπής.

Πώς να παραμείνετε αντικειμενικοί→

Μείνετε έξω. Περιγράψτε τον κόσμο γύρω σας και όχι τις σκέψεις ή τα συναισθήματα που περνούν από το μυαλό σας.

Όχι γιατί, αλλά τι. Τα γεγονότα εξηγούν τι συμβαίνει- οι κρίσεις εξηγούν γιατί πιστεύετε ότι είναι σημαντικό.

Συγκεντρώστε πληροφορίες. Μην βασίζετε τις αποφάσεις σας σε φήμες. Πριν κάνετε μια συζήτηση για τη λογοδοσία, κάντε την έρευνά σας και αποκτήστε τις πληροφορίες.

Μην χρησιμοποιείτε συναισθηματικά φορτισμένες λέξεις. Προσέξτε να μην χρησιμοποιείτε περιγραφές που είναι υπερβολικά συναισθηματικές.

Το να ηγείστε με γεγονότα είναι μια σημαντική βέλτιστη πρακτική, δεδομένου ότι ξεκινά με τη συμφωνία ή τις προσδοκίες.

Τα γεγονότα δεν έχουν συναισθήματα. Ο καλύτερος τρόπος για να οικοδομήσετε πλαίσιο για το άτομο που θέτετε υπόλογο είναι να επιμείνετε στα γεγονότα με απλό και αντικειμενικό τρόπο.

6) ΤΙ ΝΑ ΜΑΘΕΤΕ

Η αποτελεσματικότητα των ομάδων και των σχέσεων δεν εξαρτάται από το πόσο ευγενικός, ειλικρινής και εργατικός είναι κάθε άτομο. Τα μυστικά συστατικά δεν είναι ούτε η ευφυΐα ούτε το ταλέντο. Αν και αυτά τα χαρακτηριστικά και οι ενέργειες βοηθούν τους ανθρώπους να πετύχουν, είναι η προθυμία και η ικανότητα να αντιμετωπίζουν τα ζητήματα και τα εμπόδια με αποτελεσματικό τρόπο που διακρίνει τις υγιείς από τις ανθυγιεινές σχέσεις, καθώς και τις ζωντανές από τις άψυχες εταιρείες.

Όλοι θέλουμε να είμαστε μέρος και να συμβάλλουμε σε υγιείς σχέσεις και οργανισμούς, και αυτό ισχύει για

SKILL - CRITICAL THINKING (CPIP)

τις ομάδες, τους οργανισμούς και τις σχέσεις στο βαθμό που τα προβλήματα εντοπίζονται και συζητούνται γρήγορα. Αλλά επειδή θέλουμε να διατηρήσουμε τις φιλίες και τα κοινωνικά μας δίκτυα, η πλειοψηφία από εμάς διστάζει να μιλήσει. Και κάνοντας αυτό, θέτουμε σε κίνδυνο και τα δύο. Αυτό είναι παράδοξο, διότι ενισχύουμε τους κοινωνικούς δεσμούς και τις σχέσεις μας μιλώντας. Οι άνθρωποι γνωρίζουν ότι τους σέβονται όταν τους ζητούν να λογοδοτήσουν. Και όταν οι άνθρωποι αισθάνονται ότι τους εκτιμούν, ανταποδίδουν, συμμετέχουν και μιλούν για τον εαυτό τους.

Οι ενέργειες ενισχύουν η μία την άλλη. Το κρίσιμο στοιχείο είναι ο τρόπος με τον οποίο μιλάμε.



**Co-funded by
the European Union**