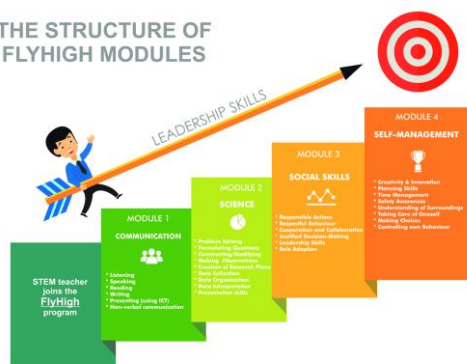


Modul 4

UPRAVLJANJE SAMIM SOBOM

Erasmus+
Highly Interactive Guidance Helpful For Leadership In Educationally Relevant Skills – High Fliers

THE STRUCTURE OF
FLYHIGH MODULES



Erasmus+

This project has received funding from the *Erasmus+ Programme*,
Key Action 2: Strategic Partnerships under grant agreement number 2020-
KA203-12



STRUKTURA I SADRŽAJ

1. CJELINA

Profesionalna samoanaliza

- Osobna SWOT analiza u profesionalnoj domeni
- Aktivnost Johari prozor

2. CJELINA

Kreativnost i inovativnost učitelja

- Analiza vlastite kreativnosti
- Vježbanje divergentnog i konvergentnog mišljenja
- Oluja mozgova u kreativnom mišljenju i rješavanju problema

3. CJELINA

Profesionalno odlučivanje i planiranje

- Analiza matrice za odlučivanje
- Oblikovanje SMART ciljeva i radnog plana projekta
- Upravljanje vremenom

4. CJELINA

Prepreke u profesionalnom upravljanju samim sobom

- Identificiranje prepreka u profesionalnom radu, razvoju i upravljanju samim sobom
- Prevladavanje prepreka u profesionalnom radu, razvoju i upravljanju samim sobom



CILJEVI

Nakon ovog modula, polaznici bi trebali moći:

- primijeniti vještine važne za analiziranje i razumijevanje samoga sebe u profesionalnoj domeni i okruženju
- primijeniti vještine važne za kontroliranje vlastitog profesionalnog ponašanja i razvoja te brigu o sebi u profesionalnom okruženju
- analizirati vlastite kreativne i inovacijske vještine te primijeniti tehnike za prevladavanje prepreka u kreativnosti i poboljšanje kreativnog mišljenja i rješavanja problema u profesionalnom radu i razvoju
- razumjeti proces odlučivanja, analizirati prepreke u odlučivanju i primijeniti tehnike donošenja odluka i odabira u profesionalnom radu i razvoju
- razumjeti proces izrade planova, analizirati prepreke u planiranju i primijeniti tehnike planiranja u profesionalnom radu i razvoju
- razumjeti načela upravljanja vremenom, analizirati prepreke u upravljanju vremenom i primijeniti tehnike upravljanja vremenom



INICIJALNI SCENARIJ

Otvorilo se radno mjesto STEM učitelja u maloj privatnoj školi, usmjerenoj na obrazovanje u STEM-u, koja je vrlo uspješna i poznata po izvrsnim učeničkim postignućima u STEM području. Škola snažno podržava STEM učitelje i STEM učenike. Učenici iz ove škole uspješni su na međunarodnim ispitivanjima iz STEM predmeta, zastupljeni su i nagrađivani na državnim i međunarodnim STEM školskim natjecanjima, a osvajaju i nagrade za inovativne proizvode i ideje u STEM-u, te se velik udio učenika iz ove škole odlučuje za studije i karijere u STEM-u.

Željeli biste postati STEM učitelj u ovoj školi i prijavljujete se na ovo radno mjesto. U okviru prijave za ovaj posao, od Vas se traži da napišete i priložite samoprezentacijsko pismo, u kojem se trebate detaljno opisati u profesionalnom i osobnom području, a da ste pritom što iskreniji i kritičniji.



1. CJELINA

PROFESIONALNA SAMOANALIZA STEM UČITELJA

STRUKTURA I SADRŽAJ

Osobna SWOT analiza u profesionalnoj domeni

- Uvod u aktivnost
- Provedba osobne SWOT analize u profesionalnoj domeni
- Osvrt na aktivnost

Aktivnost Johari prozor

- Uvod u aktivnost
- Provedba aktivnosti Johari prozor
- Osvrt na aktivnost

Završni zadatak

- Izrada samoprezentacijskog pisma za prijavu na radno mjesto STEM učitelja (iz inicijalnog scenarija)



CILJEVI

Nakon ove cjeline, polaznici bi trebali moći:

- primijeniti tehnike profesionalne samoanalize u identifikaciji svojih osobnih snaga i slabosti u profesionalnoj domeni
- identificirati prilike i prijetnje u profesionalnom radu i karijeri
- opisati, definirati i razumjeti profesionalnu samosvijest
- prepoznati važnost samosvijesti u profesionalnom radu i razvoju
- pokazati samosvijest u profesionalnim okruženjima



UVOD: KLJUČNI POJMOVI

- ❑ **Samoanaliza** se općenito može definirati kao proučavanje i propitivanje samog sebe s ciljem boljeg razumijevanja vlastitih misli, emocija i ponašanja (APA Dictionary of Psychology, n.d.).
- ❑ Samoanaliza pridonosi **samosvijesti**, tj. razumijevanju vlastitih emocija, potreba, poriva, vrijednosti i ciljeva, snaga i slabosti, kao i njihovog učinka na nas same i na druge ljude (Goleman, 2019).
- ❑ Profesionalna samoanaliza važan je prvi korak u upravljanju vlastitim obrazovanjem, karijerom i radom!

OSOBNNA SWOT ANALIZA U PROFESIONALNOJ DOMENI: UVOD

SWOT:

Strengths (snage)

Weakness (slabosti)

Opportunities (prilike)

Threats (prijetnje)

Analizirajte svoje osobne ili unutarnje snage i slabosti!

Analizirajte vanjske prilike i prijetnje s kojima se suočavate u svojoj okolini!

OSOBNNA SWOT ANALIZA U PROFESIONALNOJ DOMENI: AKTIVNOST

SNAGE

U kojim ste stvarima povezanim sa svojom (budućom) karijerom u STEM podučavanju osobito dobri – bilo zbog urođenih sposobnosti ili zbog učenja i iskustva?

Primjerice, postavite si neka od sljedećih pitanja:

- Koje kvalifikacije imate (npr. diploma, certifikat, trening, praksa) povezane s područjem STEM-a, podučavanja ili oboje?
- Imate li određeno iskustvo u radu i/ili volontiranju, možda povezano sa STEM-om ili podučavanjem? Može li to iskustvo pridonijeti Vašoj (budućoj) karijeri u STEM podučavanju?
- Imate li iskustvo rada u različitim okuženjima i/ili s različitim populacijama koje može pripomoći Vašem profesionalnom razvoju u ulozi STEM učitelja?
- Koja specifična znanja posjedujete, koja mogu biti korisna i pomoći u STEM podučavanju?
- Koje specifične vještine posjedujete, koje mogu biti korisne i pomoći u STEM podučavanju?
- Koje korisne osobine, obilježja ili vrijednosti imate koje Vam daju prednost u usporedbi s drugima? Mogu li biti korisne i pomoći u području STEM podučavanja (kao karijere)?
- Koje su Vaše ostale osobne snage (npr. interesi, hobiji) koje mogu biti korisne i pomoći u području STEM podučavanja (kao karijere)?
- Kojim ste svojim postignućima u profesionalnom razvoju ili karijeri općenito najponosniji?
- Što radite bolje od drugih? Može li to biti korisno u profesiji povezanoj sa STEM-om, podučavanjem ili oboje?
- Što bi drugi ljudi (npr. Vaši prijatelji, suradnici) naveli kao Vaše snage? Mogu li te snage biti korisne i pomoći u području STEM podučavanja (kao karijere)?



OSOBNÁ SWOT ANALÍZA U PROFESIONALNOJ DOMENI: AKTIVNOST

SLABOSTI

U kojim stvarima povezanim sa svojom (budućom) karijerom u STEM podučavanju niste osobito dobri – bilo prirodno ili zbog toga što jednostavno niste usvojili znanja i vještine?

Primjerice, postavite si neka od sljedećih pitanja:

- Koje Vam stvarne kvalifikacije nedostaju, ali biste ih voljeli steći (npr. diploma, certifikat, trening, praksa), povezane s područjem STEM-a, podučavanja ili oboje?
- Nedostaje li Vam iskustva u radu i/ili volontiranju koje bi moglo pripomoći Vašoj (budućoj) karijeri u STEM podučavanju?
- Nedostaje li Vam iskustvo rada u određenim okruženjima i/ili s određenim populacijama koje bi moglo pripomoći Vašem profesionalnom razvoju u ulozi STEM učitelja?
- Koja specifična znanja smatrate da Vam nedostaju koja bi mogla biti korisna i od pomoći u STEM podučavanju?
- Koje specifične vještine smatrate da Vam nedostaju, a koje bi mogle biti korisne i od pomoći u STEM podučavanju?
- Imate li određene osobine, obilježja ili vrijednosti koje bi Vas mogle kočiti u profesionalnom životu i razvoju, osobito u području (karijere) STEM podučavanja?
- Koje profesionalne situacije ili zadatke obično izbjegavate i zašto?
- Koje loše navike imate u svom profesionalnom radu? Mogu li Vas te navike sputavati u području (karijere) STEM podučavanja?
- Što bi ljudi oko Vas (npr. prijatelji, suradnici) vidjeli kao Vaše slabosti? Mogu li Vam te slabosti biti prepreka u području STEM podučavanja (kao karijere)?



OSOBNÁ SWOT ANALÍZA U PROFESIONALNOJ DOMENI: AKTIVNOST

PRILIKE

Uzimajući u obzir svoje snage i slabosti, razmislite kako biste se mogli profesionalno razvijati i napredovati kao (budući) STEM učitelj? Koje su Vam vanjske prilike na raspolaganju za unaprjeđenje Vašeg profesionalnog puta?

Primjerice, postavite si neka od sljedećih pitanja:

- Postoje li neke akademske prilike koje možete iskoristiti (npr. prilike za stipendije, projekte u kojima možete sudjelovati), kojima se možete unaprijediti u području (buduće) (karijere) STEM podučavanja?
- Možete li steći daljnje ili bolje obrazovanje (npr. uključiti se u tečajeve, treninge ili obrazovanje kojim možete dalje razviti svoje znanje i/ili vještine), kojim se možete unaprijediti u području STEM podučavanja (kao buduće karijere)?
- Poznajete li ljude koji su pohađali škole, treninge, tečajeve, programe i/ili praksu povezanu sa STEM-om i/ili podučavanjem za koje ste zainteresirani, koji mogu podijeliti s Vama svoje iskustvo?
- Imate li pristup drugim dostupnim izvorima podrške svom profesionalnom razvoju (npr. savjetnici, obrazovni centri) u području (karijere) STEM podučavanja?
- Postoji li u Vašem akademskom programu ili mjestu rada potreba povezana sa STEM-om i/ili podučavanjem koju nitko ne ispunjava, a Vi biste mogli ispuniti?
- Što možete učiniti kako biste privukli pažnju na sebe u profesionalnom području?

OSOBNNA SWOT ANALIZA U PROFESIONALNOJ DOMENI: AKTIVNOST

PRIJETNJE

Uzimajući u obzir svoje snage i slabosti, koji bi vanjski utjecaji mogli negativno djelovati na Vas u profesionalnoj domeni kao (budućeg) STEM učitelja?

Primjerice, postavite si neka od sljedećih pitanja:

- Suočavate li se trenutno s nekim preprekama u svom obrazovanju ili na radnom mjestu?
- Natječu li se neke kolege s Vama za projekte, funkcije ili uloge?
- Postoje li neki novi trendovi, tehnologije ili procesi u koje se ne možete ili se niste uključili, što Vas sprečava da napredujete? Može li Vam to predstavljati prijetnju u području (karijere) STEM podučavanja?
- Mogu li neke od Vaših slabosti dovesti do prijetnji?



OSOBNNA SWOT ANALIZA U PROFESIONALNOJ DOMENI: RASPRAVA

- Koliko Vam je lako ili teško bilo identificirati vlastite snage u odnosu na slabosti?
- Koliko Vam je lako ili teško bilo identificirati prilike i prijetnje s kojima se suočavate?
- Jeste li previdjeli neke snage, slabosti, prilike ili prijetnje koje su drugi sudionici identificirali u svojim osobnim SWOT analizama u profesionalnoj domeni?
- Koju kategoriju čestica smatrate najkorisnijom za planiranje vlastitog rada, karijere i profesionalnog razvoja općenito i/ili u području STEM podučavanja?



JOHARI PROZOR: UVOD

- Samosvijest je dvostruki konstrukt (Eurich, 2019):
 - unutarnja samosvijest* odnosi se na to koliko jasno vidimo same sebe
 - vanjska samosvijest* odnosi se na razumijevanje kako nas drugi ljudi vide
- Razvoj samosvijesti zahtjeva razumijevanje samoga sebe, ali i uvid u to kako nas drugi doživljavaju!
- Psiholozi Joseph Luft i Harry Ingham 1955. su osmislili tehniku i nazvali ju kombinirajući svoja imena – Johari prozor.



JOHARI PROZOR: UVOD

	Poznato sebi	Nepoznato sebi
Poznato drugima	<p>Otvoreno područje odnosi se na informacije o sebi koje su poznate nama i poznate drugima. Ove su informacije javne i dostupne drugima putem komunikacije i razmjena pojedinca s drugima.</p>	<p>Slijepo područje odnosi se na informacije o sebi koje su poznate drugima, ali nama nisu poznate. Ovo su stvari o nama koje drugi ljudi vide, a kojih mi sami nismo svjesni. Informacije u slijepom području mogu biti pozitivne ili negativne te uključivati i skrivene snage i područja za poboljšanje.</p>
Nepoznato drugima	<p>Izbjegavano ili skriveno područje odnosi se na informacije o sebi koje su poznate nama, ali nisu poznate drugima. Ovo su stvari koje znamo, ali ne otkrivamo drugima. Skriveno područje može se sastojati od privatnih informacija koje pojedinac odluči zadržati za sebe, poput snova, tajni i određenih mišljenja.</p>	<p>Nepoznato se odnosi na informacije o sebi koje nisu poznate ni nama niti drugima. Ni mi niti drugi nismo svjesni određenih potreba, motiva, emocija, ponašanja ili sposobnosti.</p>



JOHARI PROZOR: AKTIVNOST

1. Podijelite se u grupe od po 3 do 5 članova.
2. Uzmite po jedan komad papira za sebe i za svakog člana svoje grupe.
3. Pogledajte popis pridjeva, odaberite po 10 pridjeva koji opisuju Vas i svakog od članova Vaše grupe i zapišite ih na pripadajuće papire.
4. Razmijenite popise tako da svatko od vas ima samo popise koji opisuju njega samoga.
5. Podijelite pridjeve na popisima u Johari prozor.

JOHARI PROZOR: AKTIVNOST

Popis pridjeva

Sposoban	Samouvjeren	Neovisan	Nervozan	Responzivan
Prihvaćajući	Ovisan	Domišljat	Pažljiv	Samopouzdan
Prilagodljiv	Dostojanstven	Inteligentan	Organiziran	Samosvjestan
Odvažan	Energičan	Introvertiran	Strpljiv	Osjetljiv
Hrabar	Ekstrovertiran	Ljubazan	Moćan	Sentimentalan
Miran	Prijateljski nastrojen	Pun znanja	Ponosan	Sramežljiv
Brižan	Darežljiv	Logičan	Tih	
Veseo	Sretan	Topao	Refleksivan	
Pametan	Sklon pomaganju	Zreo	Opušten	
Složan	Idealističan	Skroman	Religiozan	

JOHARI PROZOR: AKTIVNOST

	Poznato sebi	Nepoznato sebi
Poznato drugima		
Nepoznato drugima		



JOHARI PROZOR: RASPRAVA

- Jeste li zamijetili mnogo razlika između vlastitog popisa i popisa drugih?
- Postoje li informacije o sebi koje ste mislili i/ili željeli da drugi znaju, ali oni ne znaju? Kako možete te informacije učiniti poznatima drugima?
- Jeste li saznali od drugih neke informacije o sebi kojih prethodno niste bili svjesni? Kako se možete okoristiti tim informacijama?

ZAVRŠNI ZADATAK

- Temeljem informacija i znanja o sebi koje ste usvojili i razvili u osobnoj SWOT analizi u profesionalnoj domeni i aktivnosti Johari prozor, izradite samoprezentacijsko pismo za svoju prijavu za radno mjesto STEM učitelja iz inicijalnog scenarija.
- Opišite se što je moguće objektivnije, navodeći svoje profesionalne snage, slabosti te prilike i prijetnje s kojima se suočavate.
- Samoprezentacijsko pismo bi trebalo biti dugačko dvije do tri stranice te bi trebalo sadržavati zaključni odlomak u kojem je jasno sažeto zašto biste baš Vi trebali biti odabrani na mjesto STEM učitelja.



2. CJELINA KREATIVNOST I INOVATIVNOST STEM UČITELJA

STRUKTURA I SADRŽAJ

Analiza vlastite kreativnosti

- Je li kreativnost prisutna u mom samoprezentacijskom pismu (iz inicijalnog scenarija)?

Vježbanje divergentnog i konvergentnog mišljenja

- Uvod u vježbu
- Vježba divergentnog i konvergentnog mišljenja
- Rasprava o vježbi

Oluja mozgova u kreativnom mišljenju i rješavanju problema

- Uvod u aktivnost
- Provedba aktivnosti oluje mozgova
- Rasprava o aktivnosti



CILJEVI

Nakon ove cjeline, polaznici bi trebali moći:

- definirati i opisati kreativnost i inovativnost
- razumjeti ulogu divergentnog mišljenja u kreativnosti
- primijeniti tehnike za unaprjeđenje kreativnog mišljenja i rješavanja problema
- prepoznati važnost kreativnog mišljenja u podučavanju i profesionalnom razvoju

UVOD: KLJUČNI POJMOVI

- Kreativnost** se u najširem smislu odnosi na sposobnost osmišljavanja ili stvaranja misli, ideja, rješenja ili proizvoda koji su originalni (originalnost, novost) i korisni (efektivnost, korisnost, prikladnost) (APA Dictionary of Psychology, n.d.; Runco i Jaeger, 2012).
- Kreativnost je obilježje (Fisher, 2004):
 - ljudi (tko smo mi)
 - procesa (kako radimo stvari)
 - proizvoda (što radimo)
- Na razini pojedinca, kreativnost je funkcija tri sastavnice (Certo i Certo, 2016):
 - stručnost
 - vještine kreativnog mišljenja
 - motivacija

ANALIZA VLASTITE KREATIVNOSTI

Pročitajte samoprezentacijsko pismo koje ste izradili i analizirajte je li u njemu prisutna kreativnost:

- Jeste li implicirali da ste ili sebe eksplicitno opisali kao kreativnu osobu?
- Jeste li pružili opis ili dokaze svoje kreativnosti?
- Jeste li pokazali kreativnost u strukturiranju i pisanju svog samoprezentacijskog pisma?



DIVERGENTNO I KONVERGENTNO MIŠLJENJE:

UVOD

- Divergentno mišljenje* odnosi se na osmišljavanje brojnih i različitih ideja i odgovora, a *konvergentno mišljenje* odnosi se na pronalaženje ili pamćenje jednog uobičajenog ili točnog odgovora (Runco, 2014).
- Divergentno mišljenje koristi se u osmišljavanju novih i originalnih ideja, a konvergentno mišljenje koristi se u vrednovanju tih ideja u terminima njihove korisnosti ili prikladnosti.



DIVERGENTNO I KONVERGENTNO MIŠLJENJE: AKTIVNOST

VJEŽBAJTE SVOJE DIVERGENTNO MIŠLJENJE!

- Uzmite komad papira i olovku.
- Napravite popis različitih načina kako se može upotrijebiti prozirna plastična boca od 0.5l.**
- Nemojte evaluirati ni odbacivati nijednu ideju, zapišite sve ideje koje se jave!
- Imate 5 minuta!



DIVERGENTNO I KONVERGENTNO MIŠLJENJE: AKTIVNOST

VJEŽBAJTE SVOJE KONVERGENTNO MIŠLJENJE!

- Odaberite tri najkreativnije ideje koje ste osmislili.
- Evaluirajte odabrane tri ideje u terminima njihove korisnosti ili efektivnosti.
- Odaberite jednu najbolju ideju koju smatrate i vrlo kreativnom i vrlo korisnom.



DIVERGENTNO I KONVERGENTNO MIŠLJENJE: RASPRAVA

- Koliko ste različitih ideja smislili? Koliko ideja smatrate neobičnim i originalnim?
Koliko ideja smatrate korisnim?
- S kojim ste se poteškoćama suočili dok ste pokušavali osmisliti nove i originalne načine upotrebe predmeta?

OLUJA MOZGOVA: UVOD

- Oluja mozgova je metoda koja se često koristi za poticanje kreativnog mišljenja i rješavanja problema osmišljavanjem različitih ideja, alternativa i rješenja problema.
- Uobičajena sesija oluje mozgova sastoji se od tri stadija:
 1. uvod u proces, pravila i problem
 2. osmišljavanje ideja i rješenja zadanog problema
 3. odabir među osmišljenim idejama uporabom kritičkog mišljenja
- Opća pravila:
 - Usmjerite se na količinu!
 - Nema kritiziranja!
 - Lude ideje su dobro došle!
 - Nadovezujte se na ideje drugih sudionika!



OLUJA MOZGOVA: AKTIVNOST

Nastavak scenarija:

Dobili ste posao za koji ste se prijavili i primljeni ste kao STEM učitelj u školi. Ubrzo nakon što ste započeli sa svojim novim poslom, ravnatelj je poznao sve STEM učitelje u školi da osmisle plan kako prikupiti sredstva potrebna za opremanje novog STEM laboratorija za podučavanje u školi. Svi STEM učitelji trebaju oblikovati grupu čiji je zadatak osmisliti ideje za prikupljanje sredstava potrebnih za opremanje STEM laboratorija za podučavanje.



OLUJA MOZGOVA: AKTIVNOST

Osmislite ideje za rješavanje problema:

**Kako će se prikupiti sredstva potrebna za opremanje STEM
laboratorija za podučavanje?**

Smislite ideje i zapišite ih!

Imate 10 minuta!

Podijelite ideje s grupom!



OLUJA MOZGOVA: RASPRAVA

- Raspravite i evaluirajte ideje:
 - Je li ovu ideju moguće provesti?
 - Koliko je teško primijeniti ideju?
 - Imamo li resurse (vrijeme, ljude, znanje) za provedbu ove ideje?



3. CJELINA VJEŠTINE PROFESIONALNOG ODLUČIVANJA I PLANIRANJA

STRUKTURA I SADRŽAJ

Vježba donošenja odluka i odabira

- Uvod u vježbu
- Vježba donošenja odluka i odabira
- Rasprava o vježbi

Vježba planiranja

- Uvod u vježbu
- Vježba planiranja
- Rasprava o vježbi

Aktivnost za rad kod kuće

- Što je upravljanje vremenom i kako ga poboljšati?



CILJEVI

Nakon ove cjeline, polaznici bi trebali moći:

- definirati i opisati proces odlučivanja u profesionalnoj i osobnoj domeni
- definirati i opisati proces planiranja u profesionalnoj i osobnoj domeni
- primijeniti tehnike donošenja odluka i odabira
- primijeniti tehnike planiranja
- razumjeti načela upravljanja vremenom

UVOD

Nastavak scenarija:

Zahvaljujući zajedničkom trudu svih STEM učitelja u školi, škola sada ima novoopremljeni STEM laboratorij za podučavanje. Učenike se potiče da ga koriste za ostvarivanje svojih ideja i projekata. Od učenika se zahtjeva da to čine pod mentorstvom STEM učitelja. Na početku školske godine, dva učenika su Vam se prijavila za mentorstvo njihovih projekata, a dozvoljeno Vam je primiti samo jednog učenika po školskoj godini.

Prvi učenik želi razviti mobilnu aplikaciju s jednostavnim aktivnostima i zadatcima za STEM učenje za predškolsku djecu. Ovaj učenik ima jako dobre ocjene iz STEM školskih predmeta, ali prema svojim rezultatima na STEM ispitima nije među najboljima u svome razredu. Međutim, osvojio je prvo mjesto na državnom STEM natjecanju i četvrto mjesto na međunarodnom STEM natjecanju, na kojem je sudjelovao s jednom drugom mobilnom aplikacijom koju je ranije razvio. Kao učenik je ustrajan i marljiv, ali samo u predmetima i područjima koja ga zanimaju, te ne ulaže dodatni trud u zadatke za koje nije zainteresiran.

Druga učenica želi izraditi mali samoodrživi vrt u kojem bi se tijekom cijele godine moglo uzgajati povrće za potrebe školske kuhinje. Ova učenica ima izvrsne ocjene iz STEM školskih predmeta i prema svojim je rezultatima na STEM ispitima najbolja u svom razredu. Do sada nikada nije sudjelovala u STEM natjecanjima. Vrlo je ustrajna i marljiva te često pomaže svojim kolegama iz razreda oko školskih materijala i učenja.

Oba su Vam projekta zanimljiva i privlačna. Morate odlučiti kojem ćete učeniku biti mentor, nakon sustavnog razmatranja prednosti i nedostataka svakog od učenika. Kada odlučite kojem ćete učeniku biti mentor, druga obveza je da razvijete radni plan sa svojim i učenikovim zadatcima, uz precizno vrijeme i raspored za projekt, tako da bude završen u jednoj školskoj godini.



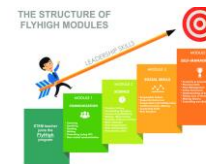
ODLUČIVANJE: UVOD

- Odluka** se može definirati kao odabir između dvije ili više dostupnih mogućnosti, a **odlučivanje** je proces odabira najbolje mogućnosti za ostvarenje naših ciljeva (Certo i Certo, 2016; Howard i Abbas, 2016).
- Jedna od tehnika odlučivanja je analiza matrice odlučivanja!



ODLUČIVANJE: AKTIVNOST

- Izradite matricu za odlučivanje, na temelju koje ćete odlučiti o mentoriranju učenika iz nastavka scenarija!
- Izradite popis faktora ili kriterija povezanih sa kandidatima koji mogu djelovati na Vašu odluku.
- Izradite ljestvicu za ocjenjivanje faktora.
- Oblikujte pondere koji predstavljaju važnost faktora.
- Popunite matricu i donesite odluku o kandidatu.



ODLUČIVANJE: RASPRAVA

- Koliko je lako ili teško bilo smisliti faktore koji bi mogli utjecati na Vašu odluku i pripisati im pondere?
- Podudara li se odluka koju ste donijeli na temelju matrice za odlučivanje s onom koju biste donijeli intuitivno?
- Kako biste mogli primijeniti matricu za odlučivanje u donošenju odluka u svom osobnom i profesionalnom životu?



PLANIRANJE: UVOD

Planiranje je funkcija upravljanja koja uključuje postavljanje ciljeva i osmišljavanje tijeka postupaka za njihovo ostvarenje.

Prvi važan korak u planiranju je određivanje jasnog cilja projekta - SMART ciljevi.

Specific
(specifični)

Što je potrebno ostvariti? Tko treba biti uključen? Zašto je to važno?

Measurable
(mjerljivi)

Kako će se znati je li cilj ostvaren? Kako se može mjeriti napredak?

Achievable
(ostvarivi)

Ima li osoba koja je odgovorna vještine potrebne za ostvarenje cilja? Je li moguće ostvariti cilj s obzirom na okruženje i zahtjeve?

Relevant
(relevantni)

Je li projekt usklađen s mojim cjelokupnim ciljevima profesionalnog razvoja? Je li relevantan za moju ustanovu?

Time bound
(vremenski ograničeni)

Postoji li rok za cilj? Je li rok realan?



PLANIRANJE: UVOD

- Drugi važan korak je razvoj radnog plana projekta, koji sadrži:
 - radne pakete
 - specifične aktivnosti
 - ishode
 - rezultati – prekretnice ili isporuke
 - raspored
 - odgovorne osobe



PLANIRANJE: AKTIVNOST

- Oblikujte grupe od po 3 do 5 članova koji su odabrali isti projekt za mentoriranje.
- Opišite cilj projekta u okviru SMART ciljeva.
- Razvijte radni plan projekta.



PLANIRANJE: AKTIVNOST

CILJ PROJKETA

**SPECIFIC
(SPECIFIČAN)**

**MEASURABLE
(MJERLJIV)**

**ATTAINABLE
(OSTVARIV)**

**RELEVANT
(RELEVANTAN)**

**TIME BOUND
(VREMENSKI OGRANIČEN)**



PLANIRANJE: RASPRAVA

- Predstavite radni plan projekta koji je Vaša grupa razvila!

AKTIVNOST ZA RAD KOD KUĆE

Što je upravljanje vremenom i kako ga poboljšati?

- Upravljanje vremenom može se definirati kao “ponašanja usmjerena na ostvarenje učinkovite upotrebe vremena tijekom izvođenja određenih aktivnosti usmjerenih prema cilju” (Claessens i sur., 2007, str. 262).
- Jedna jednostavna i učinkovita tehnika upravljanja vremenom je matrica za upravljanje vremenom, poznata i kao *Eisenhowerova matrica*.
- Izradite Eisenhowerovu matricu:
 - Izradite popis svih zadataka u profesionalnoj domeni koje trebate izvršiti tijekom sljedećeg mjeseca.
 - Organizirajte stavke s popisa u kvadrante prema njihovoj važnosti i hitnosti.
 - Napravite raspored zadataka, dodjeljujući vrijeme kada ćete ih izvršiti.

AKTIVNOST ZA RAD OD KUĆE

	Hitno	Nije hitno
Važno	<p>UČINITE PRVO!</p> <p>Ovo su zadatci koji su vrlo važni u vašem osobnom ili profesionalnom životu, a istovremeno imaju strog i kratak rok te posljedice ako se ne izvrše.</p>	<p>RASPOREDITE!</p> <p>Ovo su zadatci koji mogu donijeti dugoročnu korist, ali ne moraju biti izvršeni u kratkom roku.</p>
Nije važno	<p>DELEGIRAJTE!</p> <p>Ove se zadatke također savjetuje rasporediti, kako ne bi postali učestala prekidanja. Moguće je i delegirati ove zadatke nekom drugome, ako je to moguće.</p>	<p>IZBJEGAVAJTE!</p> <p>Ove je zadatke potrebno ukloniti s popisa zadataka.</p>



4. CJELINA PREPREKE U PROFESIONALNOM UPRAVLJANJU SAMIM SOBOM

STRUKTURA I SADRŽAJ

Prepreke u profesionalnom radu, razvoju i upravljanju samim sobom

- Prepoznavanje prepreka u profesionalnom radu i razvoju
- Prepoznavanje prepreka u kreativnosti, odlučivanju i planiranju

Prevladavanje prepreka u profesionalnom radu, razvoju i upravljanju samim sobom

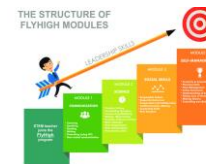
- Odabiranje prioriteta u profesionalnom razvoju
- Razvoj plana profesionalnog razvoja



CILJEVI

Nakon ove cjeline, polaznici bi trebali moći:

- identificirati subjektivne i objektivne prepreke u profesionalnom radu i razvoju
- identificirati prepreke u kreativnom mišljenju, odlučivanju i planiranju
- planirati postupke za prevladavanje prepreka u profesionalnom radu, razvoju i upravljanju samim sobom



PREPOZNAVANJE PREPREKA

- Vratite se na svoju osobnu SWOT analizu u profesionalnoj domeni iz 1. cjeline, analizirajte ishode iz kategorija slabosti i prijetnji te identificirajte one koji mogu predstavljati prepreke u Vašem profesionalnom radu i razvoju u domeni:
 - obrazovanja, certifikata, treninga
 - znanja i vještina
 - emocija, motiva, potreba
 - osobina i obilježja
 - interesa i motivacije
 - okoline u kojoj učite ili radite
- Prisjetite se aktivnosti iz kreativnosti, odlučivanja i planiranja iz 2. i 3. cjeline te pokušajte prepoznati probleme i prepreke s kojima ste se suočili dok ste pokušavali osmisliti i vrednovati ideje, donijeti odluku i razviti radni plan. Identificirajte probleme i prepreke koji Vas sprečavaju da budete kreativniji, donosite bolje odluke, postavljate ciljeve i planirate postupke kojima ćete ostvariti te ciljeve u svom profesionalnom radu i razvoju.
- Vrednujte prepreke i označite one prepreke za koje smatrate da ih možete prevladati (tj. promijeniti, izmijeniti, nadvladati ili ukloniti).

PREPOZNAVANJE PREPREKA

Prepreke u profesionalnom radu i razvoju:	Mogu li ju prevladati?
Prepreke u kreativnosti:	Mogu li ju prevladati?
Prepreke u odlučivanju:	Mogu li ju prevladati?
Prepreke u planiranju:	Mogu li ju prevladati?

PREVLADAVANJE PREPREKA

- Među preprekama koje ste identificirali kao one koje možete prevladati, odaberite najmanje tri za koje smatrate da predstavljaju najvažnije prepreke u Vašem profesionalnom radu i razvoju.
- Za odabrane prepreke, generirajte ideje kako ih najbolje prevladati. Vrednujte ideje u terminima njihove korisnosti ili prikladnosti i odaberite nabolje. Ako ne možete odlučiti između nekoliko mogućnosti, izradite matricu odlučivanja i odaberite među idejama.
- Kada odaberete rješenja za svaku od prepreka, opišite rješenja kao ciljeve koje planirate ostvariti, koristeći SMART izjave.
- Razvijte plan kako ćete ostvariti ove ciljeve, s aktivnostima, dokazima ispunjenja aktivnosti i vremenskim rasporedom.

PREVLADAVANJE PREPREKA

Ciljevi	Aktivnosti za ispunjenje ciljeva	Dokazi ispunjenja	Raspored
1.			
2			
3.			
...			



ZAVRŠNA CJELINA



RASPRAVA

- Kako se tehnike koje ste naučili u modulu općenito mogu primijeniti u Vašem profesionalnom životu i razvoju karijere?
- Kako se tehnike koje ste naučili u modulu mogu prenijeti učenicima kako bi se poboljšalo njihovo upravljanje samim sobom?



REFERENCE/IZVORI



REFERENCE/IZVORI

American Psychology Association. (n.d.). Creativity. In *APA Dictionary of Psychology*. Retrieved January 2, 2022, from <https://dictionary.apa.org/creativity>

American Psychology Association. (n.d.). Self-analysis. In *APA Dictionary of Psychology*. Retrieved January 2, 2022, from <https://dictionary.apa.org/self-analysis>

Burghate, M. (2018). Work Breakdown Structure: Simplifying Project Management. *International Journal of Commerce and Management*, 3(2), 453-461.

Bast, F. (2016). Crux of Time Management for Students. *Resonance*, 21(1), 71-88.

Centers for Disease Control and Prevention (CDC). (2018). *Evaluation Briefs No. 3b – Writing SMART Objectives*. Retrieved from <https://www.cdc.gov/healthyyouth/evaluation/pdf/brief3b.pdf>

Certo, S. C., & Certo, S. T. (2016). *Modern Management – Concepts and Skills*. Pearson.

Claessens, B. J. C., van Eerde, W., Rutte, C. G., & Roe, R.A. (2007). A Review of the Time Management Literature. *Personnel Review*, 36(2), 255-276. <https://doi.org/10.1108/00483480710726136>

Eurich, T. (2019). What Self Awareness Really Is (And How to Cultivate It). In D. Goleman, R. S. Kaplan, S. David, & T. Eurich (Eds.), *Self-Awareness (HBR Emotional Intelligence Series)* (pp. 11- 37). Harvard Business Press.

Fisher, R. (2004). What is Creativity? In R. Fisher & M. Williams (Eds.), *Unlocking Creativity Teaching Across the Curriculum* (pp. 6-20). David Fultom Publishers.

Goleman, D. (2019). The First Component of Emotional Intelligence. In D. Goleman, R. S. Kaplan, S. David, & T. Eurich (Eds.), *Self-Awareness (HBR Emotional Intelligence Series)* (pp. 1- 11). Harvard Business Press.

Goleman, D. (2000). An EI-Based Theory of Performance. In D. Goleman, & C. Cherniss (Eds.), *The Emotionally Intelligent Workplace: How to Select for, Measure, and Improve Emotional Intelligence in Individuals, Groups, and Organizations*. Jossey-Bass.



REFERENCE/IZVORI

Howard, R. A., & Abbas, A. E. (2016). *Foundation of Decision Analysis*. Pearson.

Jossey-Bass & Pfeiffer (1998). Brainstorming. *The Pfeiffer Library*, 26, 1-9. Retrieved from <http://home.snu.edu/~jsmith/library/body/v26.pdf>

London, M., Sessa, V. I., & Shelley, L. A. (2023). Developing Self-Awareness: Learning Processes for Self- and Interpersonal Growth. *Annual Review of Organizational Psychology and Organizational Behavior*, 10(1), 261-288.

Lowes, R. (2020). Knowing You: Personal Tutoring, Learning Analytics and the Johari Window. *Frontiers in Education*, 5(101). doi: 10.3389/feduc.2020.00101

Luft, J., & Ingham, H. (1961). The Johari Window: A Graphic Model of Awareness in Interpersonal Relations. *Human Relations Training News*, 5(9), 6-7.

MindTools. (n.d.). *Decision Matrix Analysis*. <https://www.mindtools.com/aksic2i/decision-matrix-analysis>

Runco, M. A. (2014). *Creativity Theories and Themes: Research, Development, and Practice*. Amsterdam: Elsevier.

Runco, M. A., & Jaeger, G. J. (2012). The Standard Definition of Creativity. *Creativity Research Journal*, 24(1), 92–96.

Wilson, S. B., & Dobson, M. S. (2008). *Goal Setting: How to Create an Action Plan and Achieve Your Goals*. American Management Association.



UNIVERSITY OF TARTU



UNIVERSITY OF EASTERN FINLAND



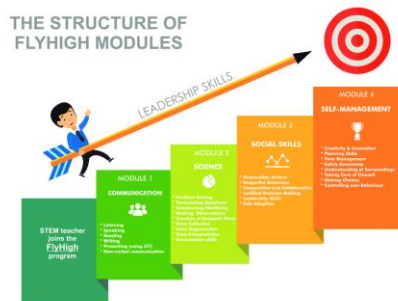
INSTITUTO DE EDUCAÇÃO ULISBOA



HVALA!

Erasmus+ Highly Interactive Guidance Helpful For Leadership In Educationally Relevant Skills – High Flyers

Saznajte više:
<https://highflier.eu/>



Erasmus+

This project has received funding from the *Erasmus+ Programme*,
Key Action 2: Strategic Partnerships under grant agreement number 2020-
KA203-12