**Sažetak modula:**

**Osobni razvoj i intrapoduzetništvo: rastuća samosvijest i svjesnost**

|  |  |
| --- | --- |
| **Ključne riječi** | Svjesnost, Samosvijest, Poduzetničko ponašanje, Intrapoduzetničke karakteristike, Snage, Slabosti, Psihološko zdravlje, Otpornost |
| **Jezik** | Hrvatski |
| **Ciljevi/Ishodi učenja** | Na kraju ovog modula moći ćete:   * Identificirati karakteristike intrapoduzetnika * Prepoznati dodanu vrijednost razmišljanja i djelovanja intrapoduzetnika * Upoznati značenje i najvažnije dimenzije svjesnosti i samosvijesti u kontekstu intrapoduzetničkog djelovanja * Uspješna praksa i korištenje, na temelju uvida u modul, za iskorištavanje samosvijesti i pažnje u svakodnevnom životu i radu |
| **EQF razina** | Razina 4 |
| **Opis** | Modul „ Osobni razvoj i intrapoduzetništvo: rastuća samosvijest i svjesnost” ilustrira kako osobnim razvojem razviti intrapoduzetničko ponašanje. Više pažnje vodi do višeg stupnja samosvijesti. Oboje je relevantno za postajanje intrapoduzetnikom. |
| **Sadržaj razrađen u 3 razine** | 1. **Obilježja i prednosti intrapoduzetnika**   1.1 Individualne karakteristike intrapoduzetnika  1.2 Osobni razvoj kao preduvjet  1.3 Prednosti intrapoduzetničkog ponašanja za zaposlenike   1. **Ojačati svjesnost za razvoj intrapoduzetnika**   2.1 Definicija  2.2 Učinci  2.3 Razvoj i praksa  2.4 Integracija u svakodnevni život i rad   1. **Ojačati samosvijest za razvoj intrapoduzetničkog ponašanja**   3.1 Definicije i karakteristike  3.2 Faze razvoja  3.3 Integracija u svakodnevni život i rad |
| **Pojmovnik**  **(5 pojmova)** | **Svjesnost:**   * Praksa svjesnosti svog tijela, uma i osjećaja u sadašnjem trenutku, za koju se smatra da stvara osjećaj smirenosti. * Liječenje niza psiholoških i psihosomatskih stanja. Svjesnost je još jedan alat za razvoj samosvijesti, suočavanje s emocijama i poboljšanje radnog okruženja.   **Samosvijest:**  1. Vjerovati u sebe:   * Vjerujte u svoju sposobnost da utječete na tijek događaja, unatoč neizvjesnosti, nazadovanju i privremenim neuspjesima. * Identificirajte i procijenite svoje individualne i grupne snage i slabosti.   2. Nastavite se razvijati:   * odražavajte vaše potrebe, težnje i želje u kratkom, srednjem i dugom roku   **Intrapoduzetničko ponašanje:**  Zaposlenici mogu…   * bolje riješiti neizvjesnost * bolje rješavati prijelaze u karijeri * ažurirati svoje vještine i povećati svoju vrijednost na tržištu rada * bolje upravljati okruženjima koja se brzo mijenjaju   **Hipoteza o facijalnim povratnim informacijama**  Hipoteza o facijalnim povratnim informacijama sugerira da je pojedinčevo iskustvo emocija pod utjecajem povratnih informacija iz pokreta lica. |
| **Test samoprocjene (5 pitanja s višestrukim izborom)** | 1. **Koja od sljedećih karakteristika nije karakteristika intrapoduzetnika?**   A.)Timska usmjerenost i otvorenost za raspravu  B.) Fleksibilan i orijentiran na viziju  C.) **Raditi sam**   1. **Koje od sljedećih ponašanja ne pridonosi intraproduzetničkom ponašanju?**   A.) Otvorenost u razgovorima  B.) Svijest o vlastitim snagama i slabostima  **C.) Inzistiranje na tradicionalnom ponašanju**   1. **U kojim situacijama i gdje možete trenirati svjesnost?**   A.) Na poslu  B.) U slobodno vrijeme  **C.) Svugdje**   1. **Što je važno za viši stupanj samosvijesti?**   A.) Fokusiranje na vlastiti posao i rad sam  B.) Svijest o vlastitim snagama i slabostima  C.) Ne biti voljan riskirati za nešto novo   1. **Kako možete integrirati svjesnost u svakodnevni život i posao?**   A.) Svaki put biti dostupan na telefon  B.) Rad bez pauze  **C.) Planiranje pauza za trening svjesnosti** |
| **Odnosna PPT** | GENIE\_PPT\_ Personal development\_HR.pptx |
| **Bibliografija** | 1. AOK Gesundheitsmagazin (2021). Selbstbewusstsein stärken – die besten Tipps. <https://www.aok.de/pk/magazin/wohlbefinden/selbstbewusstsein/selbstbewusstsein-staerken-die-besten-tipps/>. 2. Bacigalupo, M., Kampylis, P., Punie, Y. and Van Den Brande, L. (2016). EntreComp: The Entrepreneurship Competence Framework. EUR 27939 EN. Luxembourg (Luxembourg): Publications Office of the European Union; 2016. JRC101581. <https://publications.jrc.ec.europa.eu/repository/handle/JRC101581>. 3. Coles, N. A., Larsen, J. T., & Lench, H. C. (2019). A meta-analysis of the facial feedback literature: Effects of facial feedback on emotional experience are small and variable. Psychological Bulletin, 145(6), 610–651. <https://doi.org/10.1037/bul0000194>. 4. Hisrich, R. D. (1990). Entrepreneurship/intrapreneurship. American Psychologist, 45(2), p. 209–222. 5. Keng, S.-L.; Smoski, M. J.; Robins, C. J. (2011). Effects of Mindfulness on Psychological Health: A Review of Empirical Studies. Clinical Psychology Review, 31(6), p. 1041–1056. 6. Sala, A., Punie, Y., Garkov, V. and Cabrera Giraldez, M. (2020). LifeComp: The European Framework for Personal, Social and Learning to Learn Key Competence, EUR 30246 EN, Publications Office of the European Union. ISBN 978-92-76-19417-0, doi:10.2760/922681, JRC120911. <https://publications.jrc.ec.europa.eu/repository/handle/JRC120911>. 7. Mindfulness (n. d.). In: Cambridge Dictionary. Retrieved from: <https://dictionary.cambridge.org/>. 8. Yela Aránega, Y., Del Val Núñez, M. T., Castaño Sánchez, R. (2020). Mindfulness as an intrapreneurship tool for improving the working environment and self-awareness. Journal of Business Research, 115, 186-193. |
| **Pripremio** | d-ialogo e.K. |