



Микро задача



S4B

Забележка към потребителя: След като се запознае с [всеки видео урок](#), на потребителя ще бъде предоставена възможност да изпълни няколко задачи/дейности/игри, за да упражни и доразвие съответното умение.

Адаптивност

Силите на промяната

Микро задача №: 3

01 Какви са целите на тази задача?



Приемане на това, което не може да се промени

Едно от нещата, които често се казват от хората с високи нива на адаптивност, е, че те приемат това, което не може да бъде променено, и се тревожат само за това, което могат да променят сами.

02 Какво ще научат учителите?



Учителите ще научат стратегии за преодоляване на съпротивата срещу промяната. Ще научат как да изпълняват задача, която ще им помогне да анализират силите, които се противопоставят на промяната, и силите, които помагат за нея.

03 Задачи и инструкции



Пречки пред промяната

Съществуват няколко пречки или бариери, които могат да възпрепятстват процеса на адаптивност към промените.

1. Определете възможно най-точно текущия проблем на промяната, включително силните и слабите страни и идеалната ситуация.
2. Избройте всички "помагащи" и "съпротивляващи се" сили. Те могат да бъдат свързани с хората, икономическата ситуация, времето, ресурсите, външната среда или организационната култура, или дори с други въпроси.
3. Подредете ги по степен на влияние. Можете например да използвате скала от 1 до 10 или да изберете по-проста класация от Силно, Средно или Слабо, но не забравяйте да мислите за тях в относително изражение.
4. Начертайте диаграма на силовото поле, като силите, които помагат, са от едната страна, а силите, които се съпротивляват - от другата. За всяка сила нарисуйте стрелка, чиято дължина или дебелина показва нейната сила. След това решете дали всяка от тях е важна, много важна или маловажна.
5. Анализирайте всяка сила. За всяка от тях, отбелязана като важна или много важна, вижте как може да бъде засилена (в случай на помагача сила) или отслабена (в случай на съпротивляваща се сила).
6. Определете начина на действие, който изглежда най-подходящ за постигане на желаната промяна, включително определяне на ресурсите.
7. И накрая, с помощта на резултатите можете да работите върху разработването на план за действие

