

Самосъзнание, самоефективност, самоувереност и помирение в предприемачеството

МОДУЛ 1



"Подкрепите на Европейската комисия за издаването на тази публикация не представлява одобрение на съдържанието, което отразява единствено възгледите на авторите. Комисията не носи отговорност за използването на съдържащата се в нея информация."



Co-funded by
the European Union

Първият модул на този курс ще се фокусира върху общото разбиране за това какво е самосъзнание в предприемачеството и защо е важно.

**Самосъзнание,
самоефективност,
самоувереност и
помирение в
предприемачеството**

Самосъзнание, самоефективност, самоувереност и помирение в предприемачествот о

Модулът ще ви даде представа за
взаимовръзките между
самоосъзнаването в
предприемачеството, за
положителното въздействие, което
самооценката може да окаже върху
резултатите в предприемаческото
начинание. Бързо ще разгледаме
значението на **самоувереността** за
предприемачите, както и как да
повишите своята и ще проучим
значението на **помирението** в
бизнес отношенията.

Игра за разчупване на леда за въвеждане в

Описание: *темата*

- Всеки участник пише анонимно на едно или няколко листчета за нещата, за които мечтае и в които вярва.
- Листчетата хартия се събират, разбъркват се и се разпръскват по пода/масата.
- Всеки участник трябва да вземе чужд лист, да прочете пред останалите и да отговори на въпроса, ако той се отнася за него.

Важно: Посланието, което водещият може да изпрати чрез играта, е: "хората си приличат най-много по своите мечти и надежди."

„ЗА КАКВО МЕЧТАЯ И В КАКВО ВЯРВАМ“

Icebreaking activities



Co-funded by
the European Union

WE GET project n. 2020-1-NL01-KA204-064559

"The European Commission support for the production of this publication does not constitute an endorsement of the contents which reflects the views only of the authors, and the Commission cannot be held responsible for any use which may be made of the information contained therein."

"Mastering others is strength;
mastering yourself is true power."
--Lao Tzu



photo: <https://adgeafrica.com/>

WE GET project n. 2020-1-NL01-KA204-064559

"The European Commission support for the production of this publication does not constitute an endorsement of the contents which reflects the views only of the authors, and the Commission cannot be held responsible for any use which may be made of the information contained therein ."

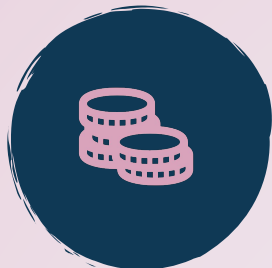


Co-funded by
the European Union

Теми



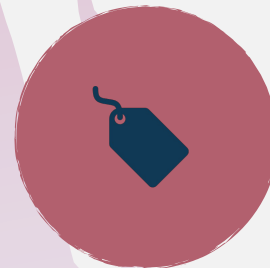
*Какво е
самоосъзнаване и
защо е важно?
Самосъзнанието и
предприемачеството*



*Самооценка и
предприемаческ
а ефективност*



*Значението на
самоувереността
за
предприемачите*



*Помирението в
бизнеса*



*Тестът на Юнг за
типа личност
Казуси*

Преглед на темата

- Какво е самосъзнание?
- Защо то е важно за предприемачите?
- Изграждане на самосъзнание
- Видове самосъзнание



Снимка:
<https://www.chrysos.org.uk/blog/top-ten-tips-for-developing-self-awareness>

ТЕМА 1

Какво е самоосъзнаване и защо е важно?

Самосъзнанието и предприемачеството



WE GET project n. 2020-1-NL01-KA204-064559

"The European Commission support for the production of this publication does not constitute an endorsement of the contents which reflects the views only of the authors, and the Commission cannot be held responsible for any use which may be made of the information contained therein ."

Самоосъзнаване

- Какво е самоосъзнаване?

Най-разпространената дефиниция:

Осъзнато познаване на собствения характер, чувства, мотиви и желания.

По-точно: познаване на силните и слабите си страни, яснотата какво харесвам, какво не харесвам, в какво сте добри и в какво не сте... В крайна сметка всичко се свежда до това да знаете кой сте и как работите. Състои се и в това да знаете как ви възприемат другите и как действията ви им влияят.

ТЕМА 1 Какво е

самоосъзнаване и защо е важно?

Самосъзнанието и предприемачеството



Какво е самоосъзнаване

- Защо това е важно за предприемачите?

Всеки, който се замисля за стартиране на собствен бизнес, трябва да си зададе въпроса: **"Подходящо ли е предприемачеството за вас?"**

- **Какво наистина ви движи?** Каква е вашата визия? Какъв проблем искате да разрешите? Какво наследство искате да оставите след себе си? Ако не можете да отговорите честно на тези въпроси, може да се затрудните.
- **Използване на силните ви страни** - изключително важно е да определите кои са силните ви страни и да ги използвате по най-добрия възможен

ТЕМА 1 Какво е

самоосъзнаване и защо е важно?

Самосъзнанието и предприемачеството



Какво е самоосъзнаване

- Защо това е важно за предприемачите?
- **Да се справите със слабите си страни**
Предприемачите трябва да могат да се адаптират и развиват бързо, но за да го направят, трябва да знаят какво точно трябва да се подобри и какво да бъде надградено.
- **Изграждане на екип и култура-** Като предприемач за служителите Вие ще сте пример. Каква е Вашата работна етика? Отворени ли сте към мнението на другите? Оставате ли полезни, когато сте под напрежение? Поемате ли отговорност за грешките си? С други думи, как се отнасяте към околните?

ТЕМА 1

Какво е

самоосъзнаване и защо е важно?

Самосъзнанието и предприемачеството



Какво е самоосъзнаване

□ Защо това е важно за предприемачите?

- **Продажби** - когато управлявате собствен бизнес, ще трябва да продавате. Самоосъзнаването е разбирането ви как се представяте пред другите хора - нещо, което е особено полезно в контекста на продажбите, където установяването на контакт и бързото изграждане на доверие е от решаващо значение.
- **Баланс професионален /личен живот** - тук отново самосъзнанието е от съществено значение. Вслушвайте се в тялото и ума си, като разпознавате кога изпитвате затруднения, като осъзнавате кога имате нужда от сън и, по-общо казано, като давате приоритет на здравето и благосъстоянието си, вие (противно на това, което може да ви се струва) ще действате в най-добрия интерес на вашия бизнес

ТЕМА 1

Какво е

самоосъзнаване и
защо е важно?

Самосъзнанието и
предприемачеството



WE GET project n. 2020-1-NL01-KA204-064559

"The European Commission support for the production of this publication does not constitute an endorsement of the contents which reflects the views only of the authors, and the Commission cannot be held responsible for any use which may be made of the information contained therein ."



Co-funded by
the European Union

ИЗГРАЖДАНЕ НА САМОСЪЗНАНИЕ

- Как да го изградим? (Практически съвети)
 - **Обърнете внимание на това, което ви харесва** - *Какво е естествено за мен? Какво обичам да правя? Какво е в моето ДНК?* Честните отговори на тези въпроси са чудесна отправна точка за повишаване на самосъзнанието.
 - **Обърнете внимание на това, което не ви харесва** - важно е да определите нещата, които мразите. Запитайте се «*Защо ме мързи?*» Дали това е мързел, или е сигнал, че не харесвам нещо. Това е механизъм към изграждане на самосъзнание.
 - **Обръщайте внимание на фактите** - самоосъзнаването е свързано с честност, а честността и заблудата не могат да съществуват заедно. Невъзможно е да базирате самоосъзнаването си единствено на собственото си мнение за себе си. Обръщайте внимание на обратната връзка и резултатите, които получавате, като същевременно не

ТЕМА 1

Какво е

самоосъзнаване и
защо е важно?

Самосъзнанието и
предприемачеството



ИЗГРАЖДАНЕ НА САМОСЪЗНАНИЕ

- Как да го изградим? (Практически съвети)
- **Отървете се от преценката.** Докато изграждате самосъзнанието си, може да научите някои неща за себе си, които не харесвате. Може да осъзнаете, че сте си мислели: *"Бях добър в това нещо, но всъщност не съм..."* или *"Мислех, че това е, което искам да правя с живота си, но всъщност го мразя и искам да правя нещо съвсем различно"*. Когато това се случи, е много важно да приемете, че *самоосъзнаването не е равносилно на самоосъждане*. Дори да осъзнаете, че не сте добри в нещо, трябва да го приемете като напълно нормално.
- **Бъдете по-осъзнати** за начина, по който действате. *Защо* действате по определен начин и *как* другите реагират на вас и на решенията, които вземате.
- **Улавяйте и преразглеждайте целите си**
Ясното разбиране на вашите цели, страхове и

ТЕМА 1

Какво е

самоосъзнаване и
защо е важно?

Самосъзнанието и
предприемачеството



Types of Self-Awareness

- Two different types
 - **Public Self-Awareness.** This type emerges when people are aware of how they appear to others. Public self-awareness often emerges in situations when people are at the center of attention, such as when giving a presentation or talking to a group of friends.
 - **Private Self-Awareness** This type happens when people become aware of some aspects of themselves, but only in a private way. For example, seeing your face in the mirror is a type of private self-awareness.

TOPIC 1

What is Self-awareness and why is it important? The self-awareness and entrepreneurship



Преглед

- Самоефективност, определение;
- Предприемаческа успеваемост;
- Защо самоефективността е толкова важна за предприемачеството?
- Самоувереност в предприемачеството;
- Предприемаческа самоефективност в процеса на стартиране на бизнес

ТЕМА 2

Самоефективност и предприемаческа успеваемост



ТЕМА 2

Самоефективност и предприемаческа успеваемост

□ Какво е самоефективност

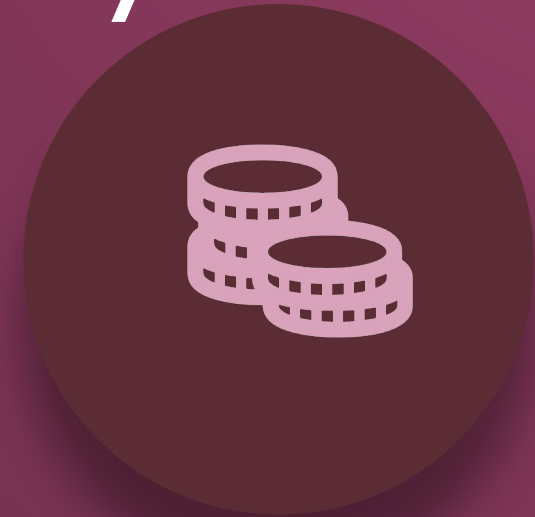
Накратко: Личната оценка на миналия опит допринася за това как човек възприема своята самоефективност.

Или това е преценка на хората за техните възможности да организират и изпълняват курсове на действие, необходими за постигане на определени видове резултати.



Самоефективност и предприемаческа успеваемост

- Предприемаческа успеваемост
- **Предприемаческата самоефективност** е убеждението на индивида в личните му способности да успява в изпълнението на предприемачески задачи и влияе върху избора и развитието на предприемаческа кариера;
- Теорията за кариерното развитие предоставя рамка, която се опитва да изследва ролята на самоефикасността в развитието на предприемаческите намерения и поведение. Тя предполага, че равнището на предприемаческа самоефективност, в началото на процеса на кариерно развитие, оказва влияние върху предприемаческите намерения на човека;
- След като индивидът започне да осъзнава своя потенциал за успех, той е по-склонен да понася трудности и бързо да се възстановява при евентуален неуспех;



□ Защо самоефективността е важна за предприемачеството

- Една от най-важните детерминанти на предприемаческата ефективност е предприемаческата самоефективност. Тя е доминиращ прогностичен фактор за ефективността на предприемачеството и следва да се постави силен акцент върху тази тема.
- Ако дадено лице има високо чувство за самоефективност, то ще има по-голям успех в предприемачеството. Индивидите с по-висока предприемаческа самоефективност са по-уверени в способността си да управляват собствения си бизнес с високи резултати.
- Хората трябва да бъдат обучавани, мотивирани и подкрепяни, за да станат предприемачи. Когато ся подкрепяни да управляват собствен бизнес, тяхната самоефективност, желанието им да постигат целите си, дори при трудни препятствия, се увеличават.

ТЕМА 2

Самоефективност и предприемаческа успеваемост



ТЕМА 2

Самоефективност и предприемаческа успеваемост



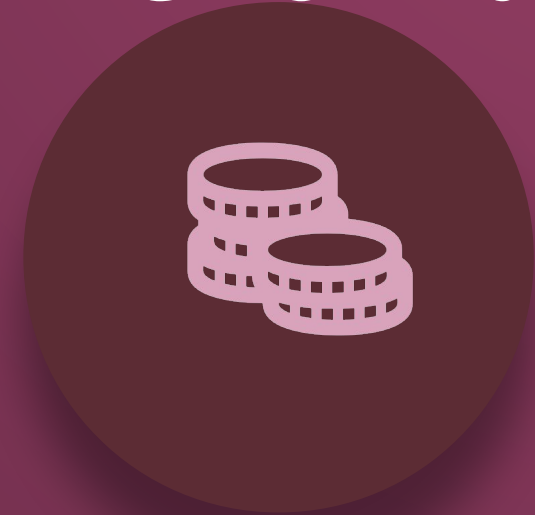
- Самоефективност в предприемачеството
- **Пряко и непряко въздействие** на самоефективността на предприемачите, при стартиране на нов бизнес.
- **Личната ефикасност** оказва влияние върху развитието на начинаещи предприемачи при стартиране на бизнес
- **Аз-ефикасността** се различава в зависимост от личностните качества - комбинацията между мъжки и женски черти подобрява представянето, докато на по-късен етап от процеса мъжката ролева ориентация значително определя развитието на предприемаческата Аз-ефикасност.

□ Предприемаческа самоефективност в процеса на стартиране на бизнес- в съответствие със социалната когнитивна теория, според която успехът на индивида в различни дейности може да се предвиди по-добре чрез убежденията, които той има за личните си способности, отколкото чрез уменията и знанията, които действително притежава, или чрез предишните му постижения.

- **Намерението** е състояние на ума, което насочва вниманието и действието към конкретна цел. Колкото по-висока е самоефективността, толкова по-голяма е компетентността за успешно започване на нов бизнес.
- **Идентифициране на възможностите** - След като се формира предприемаческото намерение, начинаещите предприемачи търсят потенциални възможности за реализация;
- **Решение за експлоатация** – то ще бъде взето, когато убежденията на предприемача в способността му да постигне желаните резултати, като например финансова възвръщаемост от новия продукт, са достатъчно високи.
- **Използване на възможностите** - предприемачите с по-високи нива на самоефективност е по-вероятно да продължат да работят по-дълго и да постигнат по-високи резултати при използването на възможностите.

TOPIC 2

Self-Efficacy and Entrepreneurship Performance



Преглед

- Какво е самоувереност?;
- Как увереността помага за постигане на успех в бизнеса;
- Как да изградим самоувереност като предприемачи;

ТЕМА 3: Значението на самоувереността за предприемачите



□ Какво е самоувереност?

Това е отношение към личните ни умения и способности. Това означава приемането и доверието в себе си чувство за контрол върху живота ни. Някой, който е уверен в себе си означава да се чувства сигурен в своите способности или стойност.

- Увереността укрепва психичното здраве, което означава: Повече щастие като цяло; Положителна самооценка; По-малко стрес; По-добра способност за възстановяване след неуспех (устойчивост);
- Хората, които не са уверени в себе си, могат да бъдат потиснати от съмнения в себе си и страх.
- Хората с висока самоефективност са уверени, че ще се придържат към целите си и ще ги постигат. Това води и до готовност на предприемчивите хора да поемат повече рискове. Вместо само да мислят за започване на бизнес, те наистина го правят.

ТЕМА 3: Значението на самоувереността за предприемачите



- Как увереността помага при постигане успех в бизнеса?
- Предприемачите, които са уверени в себе си, са по-инициативни и готови да започнат и да успеят в нов бизнес. По-склонни са да поемат риска за нов бизнес.
- Успехът укрепва още повече увереността в себе си.
- Високото ниво на самоувереност ви позволява да:
 - преследвате нови възможности;
 - сте упорити;
 - преодолявате по-лесно препятствия;
 - по-убедителни в представянето на идеите си

ТЕМА 3: Значението на самоувереността за предприемачите



- Как да изградим самоувереност като предприемачи

Можете да направите някои малки промени в живота си. Когато започнете да виждате успехите си, самочувствието ви ще продължи да расте още повече:

- ❖ Празнувайте победите си (дори и малките);
- ❖ Приемайте похвали от другите;
- ❖ Използвайте правилна стойка (вдигната глава, рамене назад, не се прегърбвайте);
- ❖ Използвайте положителни утвърждения;
- ❖ Познайте силните и слабите си страни;
- ❖ Поставете си SMART цели (и се придържайте към тях!);
- ❖ Престанете да се сравнявате с другите;

ТЕМА 3: Значението на самоувереността за предприемачите



Преглед

- Какво е помирение?
- Важността на помириението.
- Разлика между помирение, арбитраж и медиация
- Предимства на помириението.
- Какво означава помирение в бизнес условията?
- Какво представлява помириението в трудовите отношения?
- Кой може да стане помирител?
- Какво е значението на помириението в бизнеса?

ТЕМА 4: Помириението в бизнеса



□ Какво представлява помирението?

- Това е част от техниката за разрешаване на спорове в бизнеса, която помага за разрешаването на проблема между двете страни по даден спорен въпрос. Помирението често се счита за последен шанс, преди страните да пристъпят към решаването на спора в съда. Помирението се използва често след неуспех при доброволния арбитраж. По време на помирителната процедура страните могат да постигнат взаимно съгласие.
- Два вида, в зависимост от страните или броя на участващите лица: индивидуално и колективно

ТЕМА 4: Помирението в бизнеса



□ Важността на помирението

- Посредничеството за целите на помирението се извършва от служител;
- Спогодбата е задължителна за страните по спора, както и за всички заинтересовани работници, както настоящи, така и бъдещи.
- Помирителното производство дава тази последна възможност на страните по спора да разрешат спора по взаимно приемлив и удобен начин.

□ Разлика между помирение, арбитраж и посредничество

Арбитражът е алтернативна форма на решаване на спорове. Страните избират частно разрешаване на спора, вместо да се обърнат към съда.

Медиацията е процес, "ориентиран към страните", тъй като е насочен предимно към нуждите, правата и интересите им.

ТЕМА 4: Помирението в бизнеса



□ Предимства на помирението

- Помага при разрешаването на спорове между две страни;
- Помирението дава възможност за постигане на споразумение;
- Предотвратява прекъсването на бизнес процесите поради спорове;

□ Какво е помирение в условията на бизнес

- Помирителната процедура в бизнеса е доброволен процес, при който **професионален посредник** помага на страните да разрешат спорове, когато собствените им усилия не са дали резултат. Процесът може да се опише като улеснено търсене на споразумение между спорещите страни. Той представлява уреждане на спора по взаимно и приятелско съгласие с цел **избягване на съдебни спорове**.

ТЕМА 4: Помирението в бизнеса



□ Какво е помирение в трудови правоотношения?

Помирителният процес дава възможност на страните при трудов спор да разрешат различията си с помощта на неутрална трета страна преди стачка или локаут.

□ Кой може да стане помирител?

Той може да бъде назначен от самите страни по техен избор с консенсус, т.е. и двете страни трябва да са съгласни с назначаването на помирителя.

Правно обвързваща ли е помирителната процедура?

Помирението обикновено е доброволно, въпреки че ADB и ANRC имат правомощия да свикват задължителни помирителни конференции. Ако някое от лицата откаже помирение, жалбата вероятно ще бъде "прекратена".

ТЕМА 4: Помирението в бизнеса



□ Какво е значението на помирението в бизнеса?

- Помага при разрешаването на спорове между две страни в компанията;
- Може да се използва в различни ситуации, но най-често се използва при трудовоправни спорове;
- Дава възможност за постигане на споразумение;
- Предотвратява прекъсването на бизнес делата поради спорове;

Не забравяй: Това е доброволен процес, при който професионален посредник помага за разрешаването на проблеми.

ТЕМА 4: Помирението в бизнеса



Време за практически задачи!

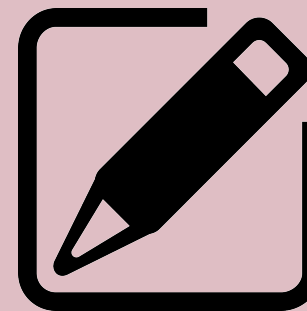
The Jung personality type test

Ще ви помогне да отговорите на следните въпроси: Какъв тип личност съм по Юнг? Как моят личностен тип ще пасне на определени видове работа?

Some useful Case Studies:

Ще ви помогне да:

- Натрупате знания и се откъснете от рутината;
- Оpozнаете стойността, която притежавате като личност;



Обобщение

- ❖ **Самосъзнанието ви може да бъде изградено!**
- ❖ **Ако едно лице има високо чувство за самоефективност, то ще има по-голям успех в предприемачеството!**
- ❖ **Хората, които не са уверени в себе си, могат да бъдат повлечени от съмнения и страх, докато хората, които са уверени в себе си, получават различни ползи за психичното здраве!**
- ❖ **Помирителната процедура е**



- <https://www.verywellmind.com/what-is-self-awareness-2795023#:~:text=Self%2Dawareness%20involves%20being%20aware,the%20self%2Dconcept%20to%20emerge.>
- <https://medium.com/@jaredbeaumontwilliams/8-reasons-why-entrepreneurs-need-self-awareness-plus-7-tips-for-being-more-self-aware-68604dc94db9>
- <https://www.linkedin.com/pulse/why-self-awareness-important-how-build-gary-vaynerchuk/>
- <https://esignals.fi/research/en/2021/02/24/the-impact-of-self-efficacy-on-entrepreneurship-performance/#59633b65>
- https://www.researchgate.net/publication/238325427_Entrepreneurial_Self-Efficacy_and_Business_Start-up_Developing_a_MultiDimensional_Definition/link/02e7e53966a774b352000000/download
- <https://www.openprospects.com/importance-self-confidence-entrepreneurs/>
- <https://biosidmartin.com/what-does-conciliation-mean-in-business-terms/>
- <https://www.mbaskool.com/business-concepts/human-resources-hr-terms/16130-conciliation.html>
- <https://www.123test.com/jung-personality-test/>
- <https://hbr.org/2011/04/how-to-build-confidence>
-

ИЗТОЧНИЦИ



**WE GET
ЖЕНСКО
ПРЕДПРИЕМАЧЕСТВО :
ОТКРИВАНЕ НА НОВИ
ПЕРСПЕКТИВИ
БЛАГОДАРИМ ЗА
ВНИМАНИЕТО!**



✉ wegetproject@gmail.com
we-get.eu



WE GET project n. 2020-1-NL01-KA204-064559

"The European Commission support for the production of this publication does not constitute an endorsement of the contents which reflects the views only of the authors, and the Commission cannot be held responsible for any use which may be made of the information contained therein ."



Co-funded by
the European Union