|  |  |
| --- | --- |
| **Titlu** | 2.1 Conștiință de sine și autoeficacitate |
| **Cuvinte cheie (metaeticheta)** | * Constiinta de sine * Auto-eficacitate * Antreprenoriat * Managementul afacerilor * SWOT |
| **Limba** | Engleza |
| **Obiective / scopuri / rezultate ale invatarii** | |
| * Reflectă asupra aspirațiilor și dorințelor tale * Identifică-ți punctele tari și punctele slabe * Influența cursurile evenimentelor | |
| **Cuprins pe scurt** | |
| **2.1.A Reflectă asupra aspirațiilor și dorințelor tale**  Propus inițial de psihologul canadian Albert Bandura, conceptul de autoeficacitate se referă la:  „Cât de bine se pot executa cursurile de acțiune necesare pentru a face față situațiilor prospective”.  Autoeficacitatea influențează comportamentul uman în orice aspect al vieții sociale (muncă, relație sentimentală etc.).  Autoeficacitatea este extrem de relevantă pentru antreprenorii consacrați (și mai ales pentru cei aspiranți), deoarece le creează capacitatea de a fi eficienți și de impact în mediile lor operaționale / de afaceri.  O mentalitate sănătoasă de autoeficacitate aduce un efect de creștere a competenței antreprenorului de a acționa cu încredere, eficacitate și motivație.  O teorie majoră pe teren afirmă că conștiința de sine este o stare de spirit care permite oamenilor să compare și să evalueze standardele lor actuale cu așteptările lor interne (și personale).  Conștiința de sine declanșează proiectarea și „ingineria” unui răspuns consecvent la o stare de nevoie - indiferent de contextul din care provine (familie, afacere etc.).  Eficiența de sine și conștiința de sine sunt două forțe motrice majore pentru a vă identifica în mod clar nevoile și aspirațiile; planificați căi structurate pentru a le atinge și susține motivațiile pe tot parcursul procesului.  **2.1.B Identifică-ți punctele tari și punctele slabe**  Nu există un „manual” pentru autoevaluări. Dar unul dintre instrumentele cele mai recurente este așa-numita analiză SWOT personală (Puncte forte; Slăbiciune; Oportunități; Amenințări).  În timp ce acest instrument este extrem de exploatat pentru a evalua competitivitatea unei afaceri în general pe baza acestor patru variabile, unele sugerează posibila sa „reciclare” chiar și pe dimensiunea individuală și personală.   * Puncte tari: ce poți face în cel mai bun ... * Puncte slabe: ceea ce îți lipsește ... * Oportunități: ce vă determină și ce vă declanșează stările mintale de top ... * Amenințări: ce te sperie și ce te împiedică să acționezi…   Făcând acest lucru, vă va fi mult mai ușor să înțelegeți cum să vă valorificați punctele forte pentru a vă conține temerile și pentru a vă permite condițiile cele mai favorabile pentru eficiența și eficacitatea dvs..  **2.1.C Influența cursurile evenimentelor**  Nu vă temeți să fiți prea inadecvat:   * Faceți-vă cercetările * Studiați * Fiți atenți * Ascultați și învățați de la cine a făcut-o * Luați lecții valoroase * Onorați-vă defectele și responsabilitățile * Rămâneți umil   Este o posibilitate concretă ca, în ciuda tuturor eforturilor dvs., să nu aveți încă un impact. În aceste cazuri, reveniți la planșa de desen și încercați să vă răspundeți la câteva întrebări:   * Mi-am supraestimat punctele forte? Dacă da, ce mi-a fost dor? * Mi-am subestimat punctele slabe? Dacă da, ce mi-a fost dor? * Sunt suficient de conștient de sine cu privire la contextele care mă înconjoară? * Sunt suficient de autoeficient în ceea ce fac? Există vreo modalitate de a mă împinge înainte? | |
| **Intrari de glosar** | |
| **Autoeficacitate**: cât de bine se pot executa cursuri de acțiune necesare pentru a face față situațiilor prospective  **Conștientizare de sine**: o stare de spirit care le permite oamenilor să compare și să evalueze standardele actuale cu așteptările lor interne (și personale).  **Analiza SWOT**: un instrument de evaluare pentru afaceri și oameni care face referință încrucișată la forță, slăbiciune, oportunități și amenințări. | |
| **Bibliografie, alte referinte si materiale conexe (i.e. seminar YouTube)** | |
| Bandura, Albert (1982). "Self-efficacy mechanism in human agency". American Psychologist. 37 (2): 122–147  “A theory of objective self-awareness”, 1972, S. Duval & R. Wick Lund | |
| **PPT conex** | 2.1 Conștiință de sine și autoeficacitate |