

Złudzenia optyczne

Metoda aktywizująca:

Praca w grupach/ parach, Dyskusja

Krótką charakterystyka:

Ćwiczenie ma na celu uświadomienie uczestnikom, jak działają nieświadome uprzedzenia pokoleniowe poprzez analogię ze złudzeniami optycznymi - jak nasz umysł stosuje uproszczenia, które prowadzą do błędnych założeń. Uczestnicy dowiedzą się też, jak ten mechanizm wpływa na nasz sposób postrzegania innych pokoleń w pracy.

Czas trwania: 30 - 60 minut

Cele:

- Zrozumienie, jak działa percepcja i dlaczego nasz umysł wprowadza skróty, które mogą prowadzić do błędnych założeń.
- Uświadomienie, jak nieświadome uprzedzenia pokoleniowe wpływają na współpracę w zespole.
- Rozpoznanie, jak stereotypy mogą wpływać na decyzje w pracy i jak można się z nimi zmierzyć.

Przebieg aktywności:

1. Wprowadzenie – Złudzenia optyczne (10 min)

Prowadzący rozpoczyna ćwiczenie od wyjaśnienia, jak działają złudzenia optyczne. Tłumaczy, że takie złudzenia optyczne pokazują, jak nasz mózg, zamiast analizować każdą informację, stara się zaoszczędzić czas i energię, tworząc uproszczoną wersję rzeczywistości. To samo dzieje się z naszymi przekonaniami na temat ludzi. Zobacz prezentację jako uzupełnienie tej aktywności.

2. Wstęp do tematu nieświadomych uprzedzeń (10 min)

Prowadzący wyjaśnia, że podobnie jak w przypadku złudzeń optycznych, mamy tendencję do upraszczania naszych przekonań i sądów o innych

ludziach, w tym reprezentantów różnych pokoleń, na podstawie wcześniejszych doświadczeń, przekonań kulturowych, informacji, które otrzymujemy z mediów czy z otoczenia. Nasz umysł nie jest w stanie przetworzyć ogromu danych, więc sięga po uproszczenia. Często te uproszczenia są nieświadome, ale mogą prowadzić do błędnych założeń o ludziach z innych pokoleń. Na przykład:

- „Starsze osoby nie nadążają za nowymi technologiami.”
- „Młodsze pokolenie jest zbyt roszczeniowe i nie chce się zaangażować w pracę.”

3. Ćwiczenie na nieświadome uprzedzenia pokoleniowe (10 min)

Uczestnicy dostają zestaw zdań, które mają ocenić na podstawie swoich osobistych odczuć i przekonań:

- „Chciałbym/chciałabym pracować z młodszym szefem, bo potrafi wykorzystać w pracy zespołu nowoczesne narzędzia”
- „Osoby w moim wieku są bardziej doświadczone i potrafią podejmować mądre decyzje.”
- „Młodsze pokolenie nie szanuje tradycji i nie angażuje się w pracę.”
- „Starsze osoby nie rozumieją dynamiki dzisiejszego rynku pracy.”

Więcej przykładów znajdziesz w załączniku do tej aktywności.

4. Dyskusja (15 min)

Zadaniem uczestników jest ocenić te zdania, zastanowić się, skąd mogą pochodzić takie przekonania, a następnie rozmawiają w grupach, jak te stereotypy mogą wpływać na współpracę między pokoleniami.

Podczas dyskusji warto uwzględnić pytania:

- Jakie doświadczenia mogły wpłynąć na te przekonania?
- Jak te przekonania mogą wpływać na efektywność pracy w zespole międzypokoleniowym?

5. Podsumowanie (10 min)

Prowadzący zbiera wnioski z dyskusji, podkreślając, że podobnie jak w przypadku złudzeń optycznych, niektóre przekonania i uprzedzenia dotyczące innych pokoleń, mogą prowadzić do błędów. Zwraca uwagę na to, jak istotne jest, aby być świadomym tych uprzedzeń i starać się je przełamywać, by poprawić współpracę międzypokoleniową w zespole. Kluczowe pytania podsumowujące:

- Jakie działania możemy podjąć, aby przełamać nieświadome uprzedzenia pokoleniowe w zespole?
- Jak możemy bardziej świadomie współpracować z osobami z różnych pokoleń, by lepiej wykorzystać ich mocne strony?

Materiały:

- Prezentacja z wyjaśnieniami i przykładami złudzeń optycznych
- Kartki z testem
- Kartki do zapisywania odpowiedzi i wniosków
- Długopisy, markery
- Flipchart lub tablica do zapisywania wniosków

Wskazówki dla prowadzących:

- Ćwiczenie ma na celu wywołanie refleksji na temat uprzedzeń, które mamy nie tylko wobec innych.
- Prowadzący powinien zadbać o zbudowanie atmosfery zaufania, aby uczestnicy poczuli się swobodnie w dzieleniu się swoimi przemyśleniami.
- Rekomendujemy zainicjowanie dyskusji o tym, jak media, kultura organizacyjna i społeczne przekonania wpływają na nasze postrzeganie różnych pokoleń.