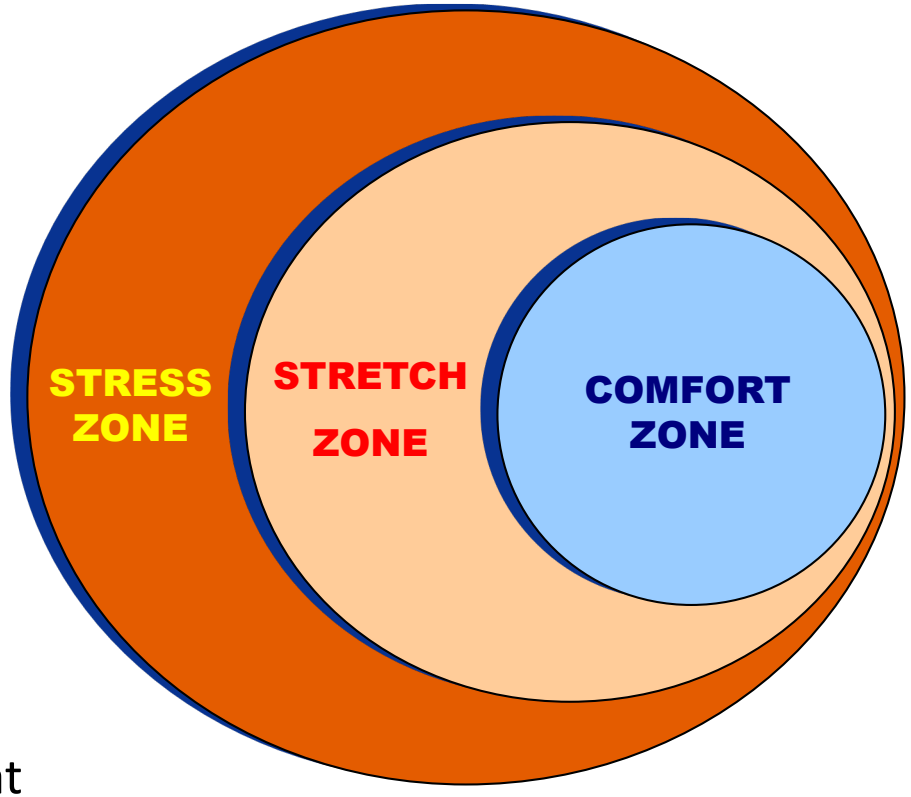
# MODUL 10
# Driving & Stretching Performance

# Zona Perubahan

***Comfort Zone*** atau zona nyaman, adalah zona dimana individu cenderung merasa tidak ingin berubah. Hal-hal yang kita lakukan setiap hari dan menjadi rutinitas.

***Stress Zone*** atau zona stres adalah zona yang berlawanan. Zona ini penuh dengan banyak hal baru yang datang secara bersamaan dan melelahkan.

***Stretch Zone*** atau zona fleksibel berada ditengah-tengah. Zona ini menarik individu dari hal-hal yang membuat kita terlalu nyaman dan mendorong kita untuk berfikir dan mencoba sesuatu yang baru.



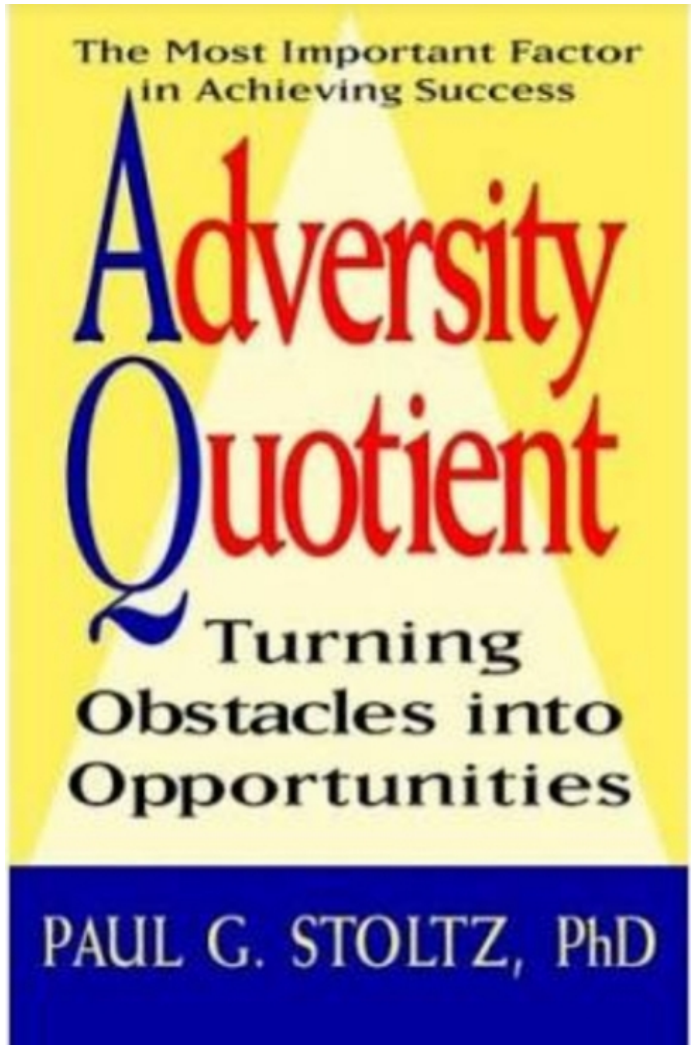
# Tuna Netra Pertama
# Penakluk Puncak Tertinggi Dunia

## Erik Weihenmayer

# Tuna Netra Pertama Penakluk Puncak Tertinggi Dunia

- Dia adalah pria yang membuat dunia tercengang melihat prestasinya.
- Erik adalah satu-satunya orang buta yang berhasil mencapai puncak tertinggi Gunung Everest.
- Musibah menimpanya di usia 13 tahun yang membuatnya buta permanen.
- Kebutaan ini tidak membuat kecintaannya berpetualangan meredup.
- Dia berjuang melawan kebutaannya terus menerus dan tidak pernah mau menyerah untuk mencapai keberhasilan.

# 3 Jenis Manusia



# 3 Jenis Manusia

## Ciri Quitter

### (Orang Yang Menyerah)

- **Memilih untuk keluar, menghindari kewajiban, mundur dan berhenti**
- **Menghentikan pendakian**
- **Menolak kesempatan yang diberikan oleh lingkungan**
- **Mereka mengabaikan, menutupi, meninggalkan dorongan inti untuk merdeka**
- **Murung, sinis, mati perasaannya (pemarah, frustasi, menyalahkan orang lain dan membenci orang-orang yang berkembang)**

# 3 Jenis Manusia

## Ciri Camper
### (Orang Yang Berkemah)

- **Pergi tidak terlalu jauh, lalu berkemah**

  **“sejauh inilah saya mampu/ ingin mendaki”**
- **Karena bosan, mereka mengakhiri perjalanan**
- **Mencari tempat datar dan nyaman sebagai tempat bersembunyi**
- **Melepaskan kesempatan untuk maju, yang sebenarnya bisa dicapai lebih**
- **Berpuas diri & tidak mau mengembangkan diri.**

# 3 Jenis Manusia

## Ciri Climber

### (Orang Yang Mendaki)

- **Selalu memikirkan berbagai kemungkinan**
- **Tidak membiarkan umur, jenis kelamin, ras, cacat fisik/mental atau hambatan lainnya menghalangi pendakian**
- **Tidak menyesali kegagalan, karena kegagalan adalah pemacu hidup mereka**
- **Pembelajar seumur hidup**

# Meningkatkan AQ & Kemampuan Mendaki

## Gunakan metode LEAD

- **L**isten → Mendengarkan
- **E**xplore → Menggali
- **A**nalyzed → Analisis
- **D**evelop → Kembangkan

L
E
A
D

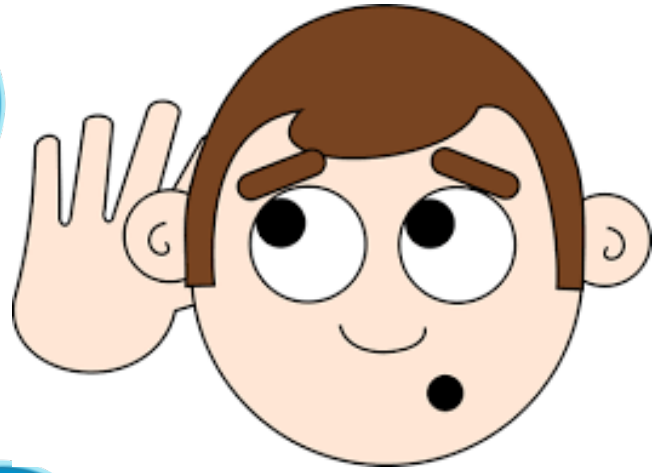
# Mendengarkan Secara Empati

## Mata

Mata untuk melihat gerakan dan bahasa tubuh

## Telinga

Telinga untuk mendengarkan dan mengumpulkan informasi



## Perhatian penuh

Memberikan perhatian penuh kepada pembicara

## Raja

Perlakukan orang lain seperti orang yang sangat penting

## Hati

Hati untuk merasakan emosi dan memberikan empati

# Memberikan Pertanyaan

| | | |
|---|---|---|
| **Terbuka**<br>*Apa, Bagaimana,..* | Vs. | **Tertutup**<br>*Apakah anda? Dapatkah anda?* |
| **Menimbulkan Pemikiran**<br>*Bagaimana menurut anda jika...* | Vs. | **Mencari Informasi**<br>*Apakah anda telah....* |
| **Singkat**<br>*Apa aspek yang paling penting dari...* | Vs. | **Panjang**<br>*"Aspek mana yang anda rasa paling beketerkaitan dengan tujuan yang telah kita tentukan sebelumnya?"* |
| **Tunggal**<br>*Bagaimana perasaan anda tentang pencapaian kita sejauh ini?* | Vs. | **Majemuk**<br>*Bagaimana perasaan anda tentang pencapaian kita sejauh ini? Adakah yang anda rasa masih perlu ditingkatkan?* |
| **Nada dengan intonasi ingin tahu** | Vs. | **Nada dengan intonasi menghakimi** |

# Meningkatkan Motivasi Anggota Tim

## Pahami Multigenerasi

# Team Multigenerasi

*Generasi Z: dibawah mid 20*

*Generasi Y: mid 20- mid 30*

*Generasi X: mid 30-akhir 40*

*Generasi Baby boomers:*
*50 awal – mid 60*

*Tradisionalist: mid 60 keatas*

# Yang Memotivasi Multigenerasi:

| Generasi Y | Generasi X | Generasi Baby Boomers |
|---|---|---|
| ❑ Cara pembelajaran yang menyenangkan melalui permainan & teknologi<br>❑ Atasan yang ramah dapat didekati dan yang membagikan apa yang mereka ketahui<br>❑ Fleksibilitas kerja<br>❑ Penghargaan secara kelompok | ❑ Kerja yang bersifat proyek<br>❑ Waktu yang fleksibel dan alternatif libur di hari Jumat<br>❑ Perlengkapan teknologi yang termuktahir<br>❑ Penghargaan yang melibatkan keluarga | ❑ Sistem yang terstruktur/terencana<br>❑ Kesempatan untuk mengambil waktu liburan<br>❑ Bonus dalam bentuk uang<br>❑ Baby Boomers menyukai pemimpin yang memberikan kepercayaan penuh |