

AKADEMIA TRENERA NGO - warsztat rozwoju kompetencji trenerskich przedstawicieli NGO

TRENING INTERPERSONALNY - program 30.08-1.09.2018r.

Cele:

Celem treningu jest rozwijanie już istniejącego potencjału umiejętności interpersonalnych niezbędnych do pracy szkoleniowej z grupą. Umiejętności miękkie dotyczą lepszego przygotowania osobowościowego do pracy z grupą w celu budowania sytuacji edukacyjnej. Są to:

- świadomość efektywności oddziaływań rozwojowych procesu grupowego.
- umiejętności komunikacyjne
- empatia, czyli rozpoznawanie emocji własnych i partnerów w komunikacji oraz zdolność do współodczuwania
- umiejętność budowania osobistego stylu trenerskiego opartego na znajomości swoich mocnych i słabych stron
- świadomość przebiegającego w grupie procesu i sposobu reakcji uczestników
- zdolność odkrywania i rozwijania potencjałów innych ludzi w oparciu o ich decyzje dzięki klarownemu i empatycznemu kontraktowi.

Program warsztatów:

Pierwszy dzień warsztatów - 30.08.2018				
Liczba godzin	Temat ogólny	Szczegółowa problematyka:	Zdobyte umiejętności	Metody pracy
15:00- 16:30 (2h dydak.)	Formowanie grupy	Konstruowanie grupy Cele, kontrakt, indywidualne plany pracy	1. Zwiększenie wiedzy w zakresie: -roli mechanizmów osobowościowych decydujących o zachowaniach -pojęcia potrzeby	Praca indywidualna, praca w parach, praca w małych grupach
16:40-18:10 (2h dydak.)	Formowanie grupy	Ujawnianie siebie w kontekście rozwijającego się procesu	2. Rozwój umiejętności w zakresie: -nazywania i ujawniania swoich potrzeb i emocji	Gry zespołowe
18:20-19:40 (2h dydak.)	Ja i grupa Zakończenie dnia	Poznanie procesu różnicowania się w grupie Nazywanie i ujawnianie swoich potrzeb i emocji	3. Rozwijanie postawy korzystania ze swojego potencjału tj. cech osobowości i inteligencji 4. Udzielanie informacji zwrotnej	techniki zwiększające wgląd i otwartość

Drugi dzień warsztatów - 31.08.2018

08:15-10:30 (3h dydak.)	Ja i grupa	Poznanie procesu różnicowania się w grupie Poznanie różnych stylów komunikowania się w zespole Uczenie się elastyczności i empatii	Zwiększenie wiedzy i wrażliwości w zakresie: -pojawiania się sytuacji trudnych Wchodzenia we współpracę i rywalizację -rozumienia procesów grupowych – podejmowania ról zespołowych wpływających na nasze emocje, zachowania, procesy poznawcze, decyzje.	Gra zespołowa
10:40-12:10 (2h dydak.)	Trening umiejętności interpersonalnych i współpracy zespołowej Moje miejsce w grupie	Rozwiązywanie kryzysów i konfliktów	Rozwój umiejętności w zakresie -stosowania nowych dla siebie zachowań (większej otwartości w komunikowaniu swoich obserwacji i emocji) -lepszego rozumienia emocji własnych i innych -kompetencji komunikacyjnych	Gra zespołowa
12:20-13:50 (2h dydak.)	Trening umiejętności interpersonalnych i współpracy zespołowej Moje miejsce w grupie	Znajdowanie adekwatnego dystansu psychologicznego między sobą a innymi	Rozwijanie postawy - świadomej pracy nad rozwijaniem zachowań empatycznych. - praca nad rozwojem samoświadomości - pracy nad krystalizacją osobistego systemu wartości związanych z rolą trenera	Ćwiczenia zwiększające wgląd Ćwiczenia projekcyjne
14:30-16:00 (2h dydak.)	Trening umiejętności interpersonalnych i współpracy zespołowej Mój obraz siebie a obraz grupy	Ćwiczenie umiejętności komunikacyjnych, szczególnie słuchania i rozwój empatii	Rozwijanie postawy - świadomej pracy nad rozwijaniem zachowań empatycznych. - praca nad rozwojem samoświadomości - pracy nad krystalizacją osobistego systemu wartości związanych z rolą trenera	Ćwiczenia zwiększające wgląd Ćwiczenia projekcyjne
16:10- 17:40 (2h dydak.)	Trening umiejętności interpersonalnych i współpracy zespołowej Mój obraz siebie a obraz grupy	Ćwiczenie umiejętności komunikacyjnych, szczególnie słuchania i rozwój empatii	Rozwijanie postawy - świadomej pracy nad rozwijaniem zachowań empatycznych. - praca nad rozwojem samoświadomości - pracy nad krystalizacją osobistego systemu wartości związanych z rolą trenera	gra zespołowa
17:50-19:20 (2h dydak.)	Mój obraz w grupie Zakończenie dnia	Ćwiczenie umiejętności udzielania informacji zwrotnej	Urealnianie obrazu samego siebie w kontekście zespołu	Udzielanie informacji zwrotnej

Trzeci dzień warsztatów - 01.09.2018

08:15-10:30 (3h dydakt.)	Trening umiejętności interpersonalnych i współpracy zespołowej Moje potrzeby	Współpraca zespołowa Budowanie współpracy w udzielaniu pomocy i wsparcia	Zwiększenie wiedzy w zakresie: - roli informacji zwrotnej w budowaniu relacji interpersonalnych - istoty dialogu wynikającego ze spotkania międzyludzkiego	Gra zespołowa
10:40-12:10 (2h dydakt.)	Trening umiejętności interpersonalnych i współpracy zespołowej Moje granice	Przyjmowanie i udzielanie informacji zwrotnych	Rozwój umiejętności w zakresie: - eksperymentowania z nowymi dla siebie zachowaniami. umiejętność przyjmowania i udzielania informacji zwrotnych	ćwiczenia związane z udzielaniem i dawaniem wsparcia
12:20- 13:50 (2h dydakt.)	Trening umiejętności interpersonalnych i współpracy zespołowej Podsumowanie Zakończenie treningu	Przyjmowanie i udzielanie informacji zwrotnych	Rozwój umiejętności w zakresie: - umiejętność przyjmowania i udzielania informacji zwrotnych - planowania rozwoju kompetencji niezbędnych do pracy trenerskiej	Ćwiczenia podsumowujące Plan działań wdrożeniowych