



SZKOŁA TRENERÓW
komunikacji opartej na
EMPATII



Program zajęć Kursu Doskonalenia Umiejętności Trenerskich i Komunikacji opartej na Empatii

Moduł 1. Komunikacja oparta na Empatii teoria i praktyka, część 1.

Motto:

„Najpierw kontakt, potem działanie.”

M. Rosenberg

Cel: Celem tego szkolenia jest przekazanie wiedzy na temat podstawowych założeń teoretycznych metody oraz trening umiejętności z zakresu empatycznej komunikacji, tak aby móc je stosować w praktyce.

Treść: W czasie szkolenia zrealizowane zostaną następujące tematy:

- Podstawowe rozróżnienia w NVC i jak wpływają na jakość komunikacji.
- Empatia wobec siebie w sytuacji, kiedy odmawiam lub słyszę odmowę.
- Empatia wobec siebie, kiedy doświadczam trudnych emocji: poczucia winy, wstydu, złości i lęku.
- Empatia wobec siebie w sytuacji krytyki lub konfliktu.
- Szczerość szakala, szczerość żyrafy.
- Transformowanie krytyki i złości na język uczuć i potrzeb.

Moduł 2. Komunikacja oparta na Empatii teoria i praktyka, część 2.

Motto:

„Za każdym komunikatem kryje się: proszę lub dziękuję”

M. Rosenberg

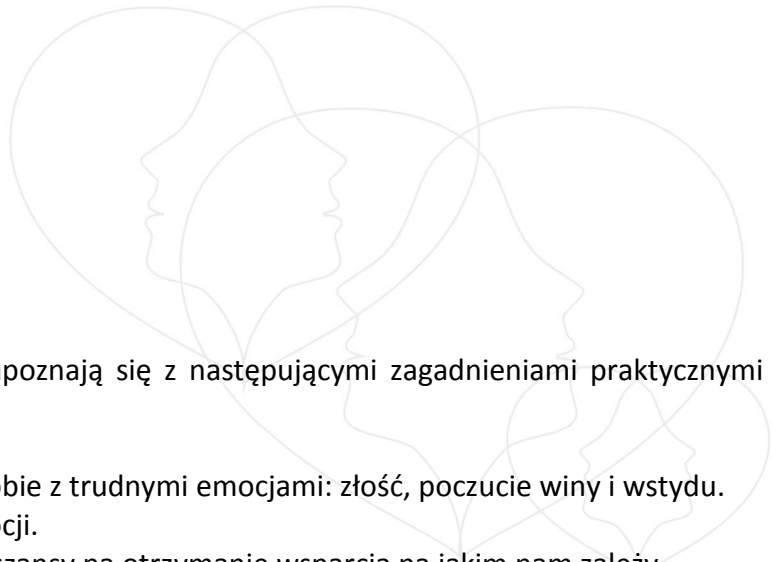
Cel: Celem tego szkolenia jest zdobycie specjalistycznej wiedzy na temat teorii metody NVC oraz dalsza praktyka umiejętności komunikacji opartej na empatii w jej wymiarze praktycznym.

Bądź w rozwoju, bądź w kontakcie!

www.szkoлатrenerowempatii.pl



SZKOŁA TRENERÓW
komunikacji opartej na
EMPATII



Treść: W czasie tego szkolenia uczestnicy zapoznają się z następującymi zagadnieniami praktycznymi opartymi na metodzie NVC:

- Wspieranie uczestników w radzeniu sobie z trudnymi emocjami: złość, poczucie winy i wstydu.
- Praktyka empatii wobec trudnych emocji.
- Precyzyjna prośba czyli o zwiększaniu szansy na otrzymanie wsparcia na jakim nam zależy.
- Doskonalenie umiejętności empatycznego słuchania i branie odpowiedzialności za bycie wysłuchanym zgodnie z potrzebą
- Cztery sposoby reagowania na negatywny komunikat.

Moduł 3. Podstawy pracy z grupą.

Motto:

*„Trawa nie rośnie szybciej, kiedy się za nią ciągnie”
prof. G. Hüther*

*„Najważniejsze to ćwiczyć mądrze, a nie dużo”
A. Ericsson*

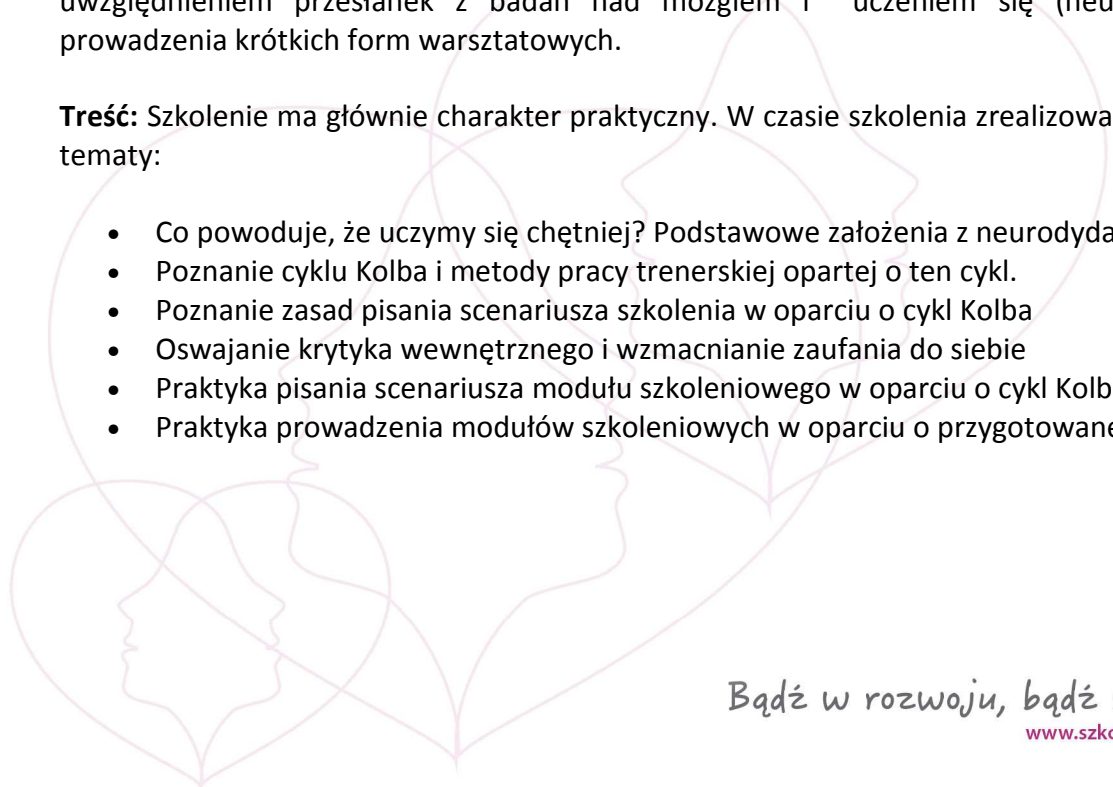
Cel: Zdobyć wiedzy na temat tworzenia programu modułu szkoleniowego wg cyklu Kolba i z uwzględnieniem przesłanek z badań nad mózgiem i uczeniem się (neurodydaktyki), praktyka prowadzenia krótkich form warsztatowych.

Treść: Szkolenie ma głównie charakter praktyczny. W czasie szkolenia zrealizowane zostaną następujące tematy:

- Co powoduje, że uczymy się chętniej? Podstawowe założenia z neurodydaktyki.
- Poznanie cyklu Kolba i metody pracy trenerskiej opartej o ten cykl.
- Poznanie zasad pisania scenariusza szkolenia w oparciu o cykl Kolba
- Oswajanie krytyka wewnętrznego i wzmacnianie zaufania do siebie
- Praktyka pisania scenariusza modułu szkoleniowego w oparciu o cykl Kolba
- Praktyka prowadzenia modułów szkoleniowych w oparciu o przygotowane scenariusze

Bądź w rozwoju, bądź w kontakcie!

www.szkoлатrenerowempatii.pl





SZKOŁA TRENERÓW
komunikacji opartej na
EMPATII



Moduł 4. Praktyka pracy z grupą i narzędzia trenerskie.

Motto:

„Najbardziej wyraźna różnica pomiędzy najstarszymi, a najlepszymi muzykami wynikała z tego, jak podchodzili do popełnianych błędów.

Najlepsi uczniowie szybciej i łatwiej wytapywali miejsca, w których się mylili i świadomie trenowali krytyczne fragmenty, zanim przechodzili do dalszej części. Słabsze osoby częściej ignorowały pomyłki.”

prof. R. Duke

Cel: Celem tego modułu jest zdobycie wiedzy na temat prostych i skutecznych narzędzi trenerskich, które można stosować już po szkoleniu oraz trening umiejętności wykorzystywania narzędzi w prowadzeniu modułów szkoleniowych.

Treść: Treścią modułu jest praktyka umiejętności trenerskich zdobytych w czasie poprzedniego szkolenia oraz praktyka w stosowaniu niżej wymienionych modeli teoretycznych wraz z analizą możliwości ich zastosowania w pracy trenerskiej i potencjalnych ograniczeń w ich stosowaniu:

- Model kontinuum.
- 2 modele informacji zwrotnej
- Model mam wpływ-nie mam wpływu.
- Praca z metaforą
- Gry szkoleniowe
- Wizualizacja graficzna

Moduł 5. Proces grupowy. Etapy procesu grupowego i rola trenera na każdym z nich.

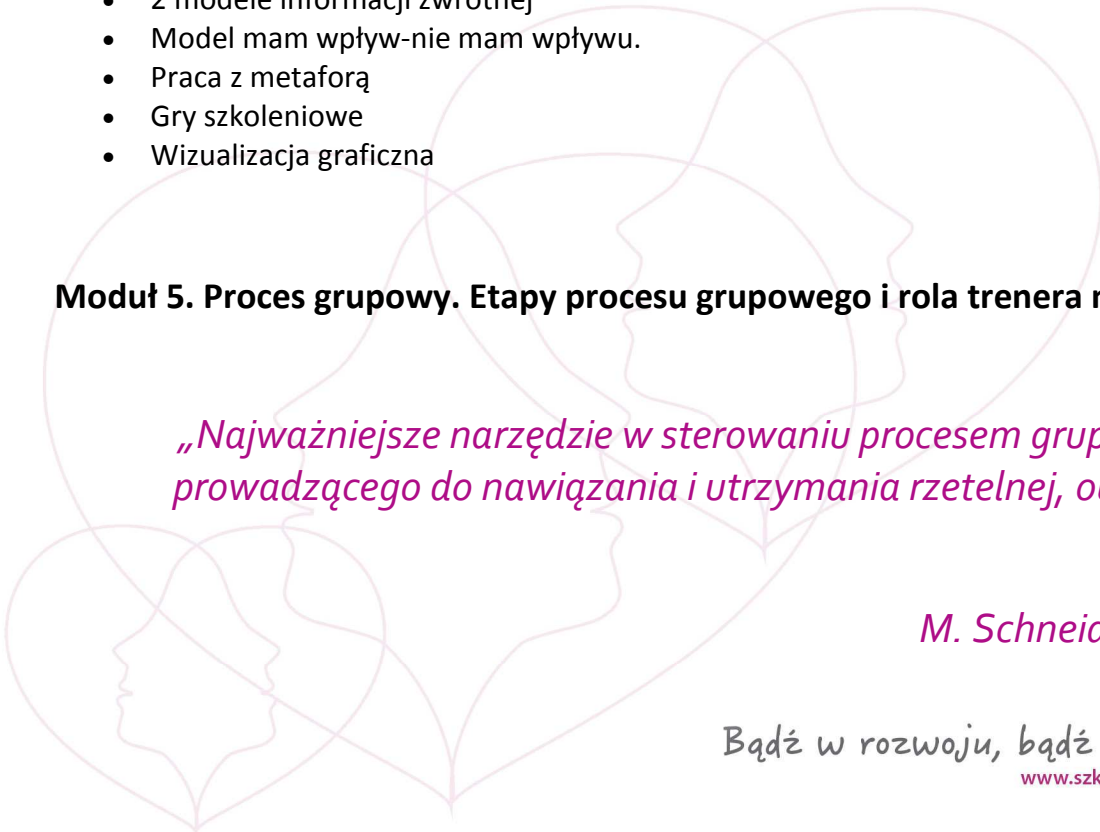
Motto:

„Najważniejsze narzędzie w sterowaniu procesem grupowym to zdolność prowadzącego do nawiązania i utrzymania rzetelnej, obustronnej relacji z uczestnikami.”

M. Schneider Corey, G. Corey

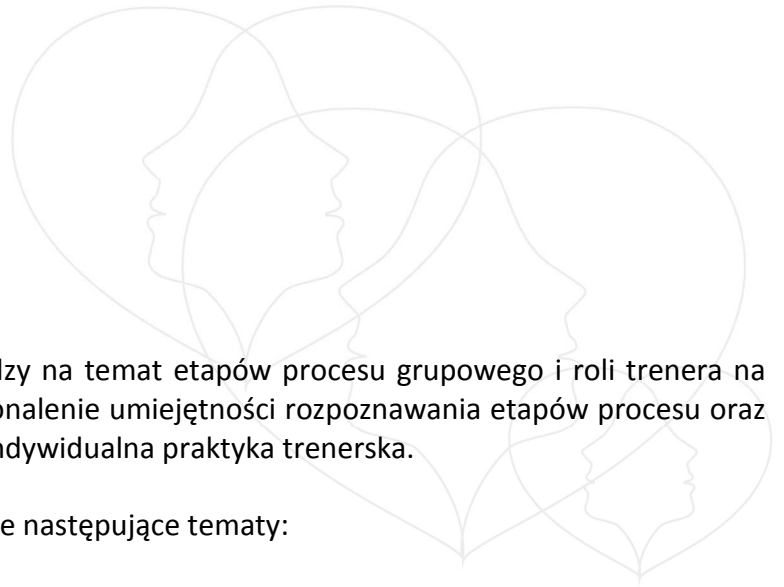
Bądź w rozwoju, bądź w kontakcie!

www.szkolatrenerowempatii.pl





SZKOŁA TRENERÓW
komunikacji opartej na
EMPATII



Cel: Celem tego szkolenia jest zdobycie wiedzy na temat etapów procesu grupowego i roli trenera na każdym z nich. Celem praktycznym jest doskonalenie umiejętności rozpoznawania etapów procesu oraz dobór adekwatnych strategii pracy z grupą i indywidualna praktyka trenerska.

Treść: W czasie szkolenia zostaną zrealizowane następujące tematy:

- Charakterystyka czterech etapów procesu grupowego
- Strategie pracy z grupą na każdym z etapów
- Potencjalne zagrożenia dla realizacji celów szkolenia na każdym z etapów oraz możliwości radzenia sobie z takimi sytuacjami przez trenera
- Odszukanie przez trenera indywidualnych strategii radzenia sobie z własnymi emocjami w sytuacjach kryzysowych w prowadzonej grupie
- Praktyka pracy z grupą bez struktury i doskonalenie wybranych przez siebie umiejętności

Moduł 6. Zaawansowane narzędzia trenerskie. Facylitacja i mediacje.

Motto:

„Zapewne nigdy dość podkreślania, że wątpliwości i niepewność niemal zawsze są elementem nauki dobrego prowadzenia grupy.”

M. Schneider Corey, G. Corey

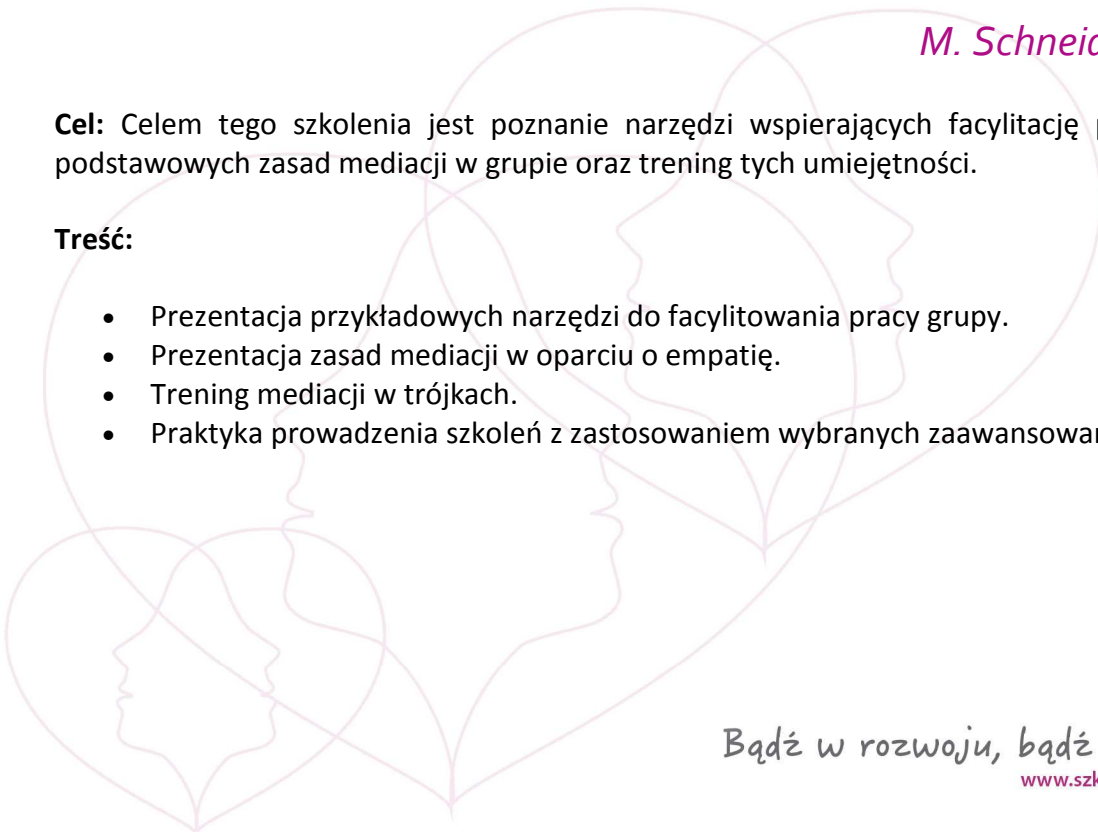
Cel: Celem tego szkolenia jest poznanie narzędzi wspierających facylitację pracy grupy, poznanie podstawowych zasad mediacji w grupie oraz trening tych umiejętności.

Treść:

- Prezentacja przykładowych narzędzi do facylitowania pracy grupy.
- Prezentacja zasad mediacji w oparciu o empatię.
- Trening mediacji w trójkach.
- Praktyka prowadzenia szkoleń z zastosowaniem wybranych zaawansowanych narzędzi.

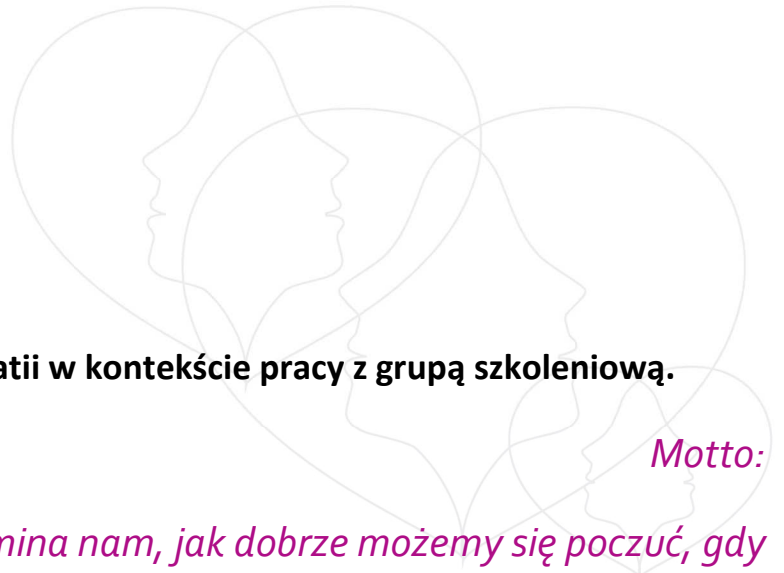
Bądź w rozwoju, bądź w kontakcie!

www.szkolatrenrowempatii.pl





SZKOŁA TRENERÓW
komunikacji opartej na
EMPATII



Moduł 7. Komunikacja oparta na empatii w kontekście pracy z grupą szkoleniową.

Motto:

„Wdzięczność przypomina nam, jak dobrze możemy się poczuć, gdy wzbogacamy życie innych lub gdy ktoś wzbogaca nasze życie.”

M. Rosenberg

Cel: Celem tego szkolenia jest ugruntowanie posiadanych umiejętności z zakresu komunikacji opartej na empatii i przygotowanie do prowadzenia szkoleń z zastosowaniem wybranych założeń i narzędzi.

Treść: W czasie szkolenia zrealizowane zostaną następujące zagadnienia:

- Praktyka pisania scenariusza dwudniowego szkolenia z zakresu empatycznej komunikacji. Analiza ćwiczeń pod kątem potrzeb przykładowych grup klientów oraz dostosowywanie ćwiczeń do etapów procesu grupowego.
- Praktyka wybranych umiejętności trenerskich – na podstawie wcześniejszej ewaluacji cząstkowej w czasie superwizji
- Praktyka prowadzenia wybranych zaawansowanych narzędzi z zakresu komunikacji opartej na empatii
- Częste pytania od uczestników.
- Tworzenie indywidualnych celów rozwojowych związanych ze szkoleniem ewaluacyjnym

Moduł 8. Superwizja i ewaluacja zdobytych umiejętności trenerskich

Motto:

„Chcąc wspierać rozwój w życiu osobistym klientów, musisz zobowiązać się do refleksji nad własnym życiem i dążenia do własnego rozwoju”

M. Schneider Corey, G. Corey

Cel: Praktyka pod superwizją i ewaluacja posiadanych umiejętności z zakresu przygotowywania i prowadzenia krótkiej formy szkoleniowej (2-3 godziny) prowadzonej metodami aktywnymi

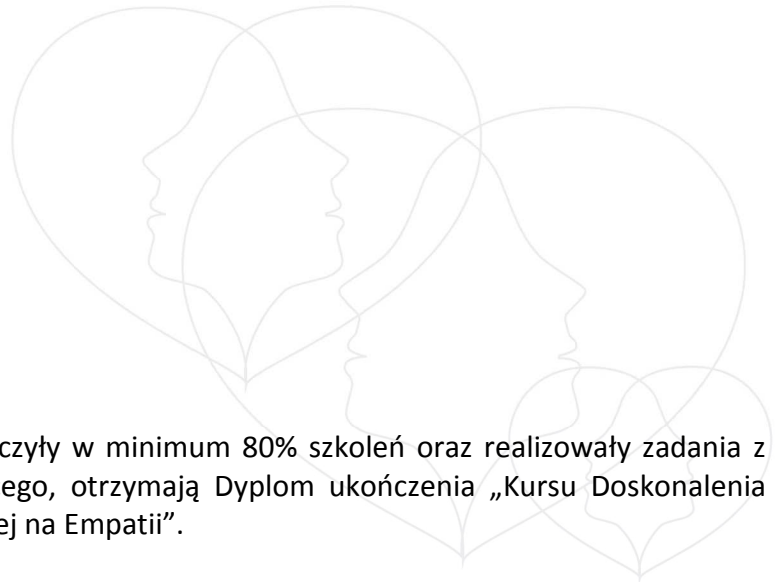
Treść: W czasie tego spotkania uczestnicy prowadzą szkolenia dla swojej grupy. Szkolenia są analizowane i omawiane z perspektywy uczestnika i superwizora. Analizowane są: jakość kontaktu z uczestnikami, świadomość celu, wybrane metody szkoleniowe, ich adekwatność do tematu oraz potrzeb grupy.

Bądź w rozwoju, bądź w kontakcie!

www.szkolatrenerowempatii.pl



SZKOŁA TRENERÓW
komunikacji opartej na
EMPATII



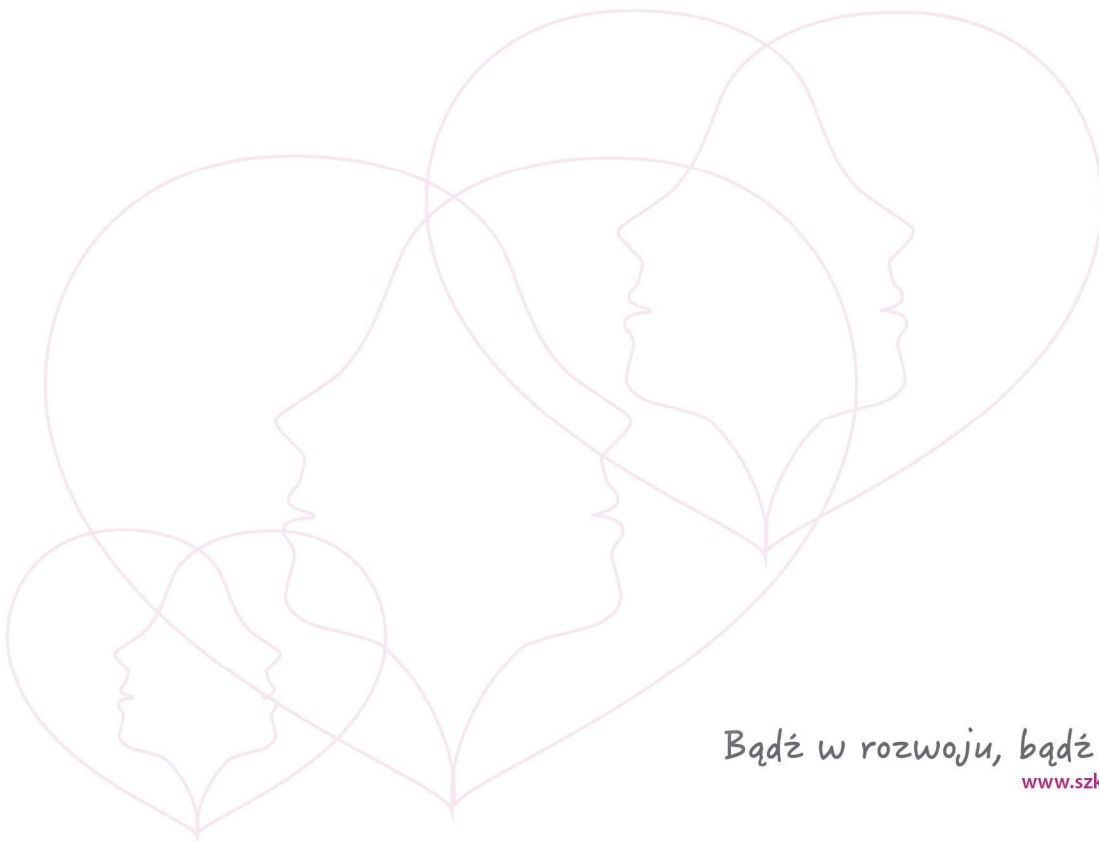
Dyplom

Po zakończeniu Kursu, osoby, które uczestniczyły w minimum 80% szkoleń oraz realizowały zadania z informacji zwrotnych od trenera prowadzącego, otrzymają Dyplom ukończenia „Kursu Doskonalenia Umiejętności Trenerskich i Komunikacji opartej na Empatii”.

Program realizowany jest w programie Partner z Polskim Towarzystwem Psychologicznym a Dyplom podpisany jest przez przewodniczącą Polskiego Towarzystwa Psychologicznego.

Praktyki trenerskie

Wszyscy absolwenci (osoby, które ukończyły Kurs bez dodatkowych warunków) mają możliwość odbycia minimum 24 godzinnej praktyki trenerskiej w roli asystenta. Praktyka odbywa się w czasie spotkań weekendowych (od piątku do niedzieli).



Bądź w rozwoju, bądź w kontakcie!

www.szkolatrenerowempatii.pl