

# Szkolenie w ramach Szkoły Kooperacji

ZAKRES TEMATYCZNY SZKOLENIA,

METODOLOGIA



CENTRUM SZKOLEŃ REKRUTACJI  
MAGDALENA PIKULSKA

Tel: 602 448472

E-mail: [magdapikulska@gmail.com](mailto:magdapikulska@gmail.com)

---

## METODY ODDZIAŁYWANIA

---

Zajęcia prowadzone będą aktywnymi metodami warsztatowi: praca w parach, praca w podgrupach, symulacje, odgrywanie ról, kwestionariusze samooceny, mini-wykłady z wykorzystaniem prezentacji multimedialnych i dyskusje moderowane. Podczas zajęć stosowane będzie podejście warsztatowe „samo-odkrywania” (self-discovery approach) polegające na takim doborze ćwiczeń, aby uczestnicy sami wyciągali odpowiednie wnioski i dzielili się między sobą wiedzą i doświadczeniem.

Metoda ta aktywizuje uczestników, wpływa na wzrost motywacji i poczucia własnej wartości, rozwija umiejętność współpracy w grupie, umiejętności komunikacyjne oraz podnosi pewność siebie.

## LICZBA GODZIN I ORGANIZACJA SZKOLENIA:

---

Ilość godzin: 80

Czas trwania: 10 dni



## PROGRAM SZKOLENIA

Godzina	Dzień I
8:30 - 10:45 (3h)	Wprowadzenie, integracja, zawarcie kontraktu szkoleniowego. Treningi budowania zaufania w zespole. Komunikacja interpersonalna w zespole. Komunikat „TY”, komunikat „JA”. Model czterech uszu i czterech ust wg von Thuna. /wykład, ćwiczenia w parach/
10:45 - 11:00	Przerwa
11:00 – 12.30 (2h)	Asertywność i empatia w pracy zespołowej. Asertywna prośba. Asertywna odmowa. Obrona przed presją i naleganiem. /wykład, ćwiczenie indywidualne/
12:30 - 13:00	Przerwa obiadowa
13:00 - 15:15 (3h)	Skuteczna współpraca w zespole. Odpowiedzialność i zaangażowanie w realizacji wspólnych celów. /gra szkoleniowa, analiza nagrania, omówienie/
	Dzień II
8:30 - 10:45 (3h)	Konflikt w zespole. Geneza powstawania konfliktów. Rodzaje konfliktów. Konflikty rozwiązywalne i nierozwiązywalne. Strategie rozwiązywania konfliktów. /Kwestionariusz radzenia sobie z konfliktem Thomas'a- Kilmann'a./
10:45 - 11:00	Przerwa
11:00 – 12.30 (2h)	Destruktywni członkowie zespołu. Techniki radzenia sobie w kontakcie z takimi osobami. Przekazywanie i przyjmowanie uwag krytycznych. Zasady konstruktywnych zachowań podczas udzielania informacji zwrotnych: pozytywnych i negatywnych. 10 narzędzi przekazywania konstruktywnego feedbacku. /wykład, praca w grupach/
12:30 - 13:00	Przerwa obiadowa
13:00-15:15 (3h)	Skuteczne sposoby na eliminowanie konfliktów. Konstruktywna krytyka. Komunikat FUO i FUKO. Czteroetapowa Procedura stopniowania reakcji wg P. Butler. Model KANAPKI. Opanowanie negatywnych emocji i stresów związanych z działalnością zawodową. / praca indywidualna, gra szkoleniowa: Prawdę Ci powiem.../



CENTRUM SZKOLEŃ REKRUTACJI  
MAGDALENA PIKULSKA

Tel: 602 448472

E-mail: [magdapikulska@gmail.com](mailto:magdapikulska@gmail.com)

---

Godzina	Dzień III
8:30 - 10:45 (3h)	GENOGRAM jako narzędzie w pracy z rodzinami. Jakie informacje mogą znaleźć się na genogramie. Jak rysować genogram. /wykład, prezentacja, ćwiczenie praktyczne/
10:45 - 11:00	Przerwa
11:00 – 12.30 (2h)	Jak prowadzić rozmowę z rodziną w celu budowy genogramu. Podstawowe założenia sprzyjające nawiązaniu kontaktu. Rodzaje pytań, jakie warto zadać podczas pracy z genogramem. / wykład, praca w podgrupach/
12:30 - 13:00	Przerwa obiadowa
13:00 - 15:15 (3h)	Interpretacja genogramu. Pytania, które mogą pomóc w interpretacji genogramu.
	Dzień IV
8:30 - 10:45 (3h)	Praca z genogramem – jak wykorzystać w praktyce. /case study/
10:45 - 11:00	Przerwa
11:00 – 12.30 (2h)	Praca z genogramem – jak wykorzystać w praktyce. /case study/
12:30 - 13:00	Przerwa obiadowa
13:00-15:15 (3h)	Praca z genogramem – jak wykorzystać w praktyce. /case study/



CENTRUM SZKOLEŃ REKRUTACJI  
MAGDALENA PIKULSKA

Tel: 602 448472

E-mail: [magdapikulska@gmail.com](mailto:magdapikulska@gmail.com)

---

Godzina	Dzień V
8:30 - 10:45 (3h)	Praca z rodziną: Model Skoncentrowany na Rozwiązaniach. Podstawowe założenia. Charakterystyczne dla TSR techniki terapeutyczne. Zastosowanie w pracy z rodziną. /case study/
10:45 - 11:00	Przerwa
11:00 – 12.30 (2h)	Praca z rodziną: Model Skoncentrowany na Rozwiązaniach. Podstawowe założenia. Charakterystyczne dla TSR techniki terapeutyczne. Zastosowanie w pracy z rodziną. /case study, praca w podgrupach/
12:30 - 13:00	Przerwa obiadowa
13:00 - 15:15 (3h)	Empowerment w pracy socjalnej. Podstawowe założenia. Praca na zasobach. Wykorzystanie analizy SWOT w pracy socjalnej. /wykład, praca indywidualna/
	Dzień VI
8:30 - 10:45 (3h)	Empowerment w pracy socjalnej. Podstawowe założenia. Praca na zasobach. Wykorzystanie analizy SWOT w pracy socjalnej. Zarządzanie przypadkiem. /wykład, praca indywidualna/
10:45 - 11:00	Przerwa
11:00 – 12.30 (2h)	Praca warsztatowa – trening, jak pracować w zespole warsztatowo z rodzinami.
12:30 - 13:00	Przerwa obiadowa
13:00 - 15:15 (3h)	Praca warsztatowa – trening, jak pracować w zespole warsztatowo z rodzinami.



CENTRUM SZKOLEŃ REKRUTACJI  
MAGDALENA PIKULSKA

Tel: 602 448472

E-mail: [magdapikulska@gmail.com](mailto:magdapikulska@gmail.com)

---

Godzina	Dzień VII
8:30 - 10:45 (3h)	Wprowadzenie do założeń dialogu motywującego. Motywacja i motywowanie – przekonania, wartości, emocje. Kształtowanie umiejętności komunikacji motywującej. /wykład, prezentacja, praca w podgrupach/
10:45-11:00	Przerwa
11:00 – 12.30 (2h)	Narzędzia motywacyjne. Dostosowanie narzędzi do indywidualnych potrzeb osób i rodzin, motywowanie do pracy multiprofesjonalnej
12:30-13:00	Przerwa obiadowa
13:00-15:15 (3h)	Praca na oporze jako szansa do zmiany. Jak rozumieć opór i jak z nim pracować? Dialog motywujący w praktyce. /case study/
	Dzień VIII
8:30 - 10:45 (3h)	Animacja społeczności lokalnej - na czym polega i czemu służy metoda? Pięć fundamentów metody. Sylwetka animatora społeczna. /wykład, prezentacja/
10:45-11:00	Przerwa
11:00 – 12.30 (2h)	Główne etapy wdrażania metody – 7 etapów wdrażania. Animacja społeczności lokalnej w praktyce. Trudności w prowadzeniu działań animacyjnych. /praca w podgrupach/
12:30-13:00	Przerwa obiadowa
13:00-15:15 (3h)	Główne etapy wdrażania metody – 7 etapów wdrażania. Animacja społeczności lokalnej w praktyce. Trudności w prowadzeniu działań animacyjnych.



CENTRUM SZKOLEŃ REKRUTACJI  
MAGDALENA PIKULSKA

Tel: 602 448472

E-mail: [magdapikulska@gmail.com](mailto:magdapikulska@gmail.com)

---

Godzina	Dzień IX
8:30 - 10:45 (3h)	Praca warsztatowa: przygotowanie scenariusza animacji społecznej.
10:45 - 11:00	Przerwa
11:00 – 12.30 (2h)	Praca warsztatowa: przygotowanie scenariusza animacji społecznej.
12:30 - 13:00	Przerwa obiadowa
13:00 - 15:15 (3h)	Praca warsztatowa: przygotowanie scenariusza animacji społecznej.
	Dzień X
8:30 - 10:45 (3h)	Lider kooperacji – cechy, umiejętności, kompetencje. Mocne strony niezbędne przy współdziałaniu. Autodiagnoza.
10:45 - 11:00	Przerwa
11:00 – 12.30 (2h)	Indywidualny Plan Działania po szkoleniu. Podsumowanie szkolenia.
12:30 - 13:00	Przerwa obiadowa
13:00 - 15:15 (3h)	Indywidualny Plan Działania po szkoleniu. Podsumowanie szkolenia.