

Program kursu/szkolenia realizowanego w ramach Programu „Inicjatywa Doskonałości – Uczelnia Badawcza” (IDUB)

Tytuł kursu/szkolenia	Trudne rozmowy czyli jak się komunikować w bezpieczny sposób.
Adresat kursu/szkolenia	BWZ
Informacje dotyczące prowadzącego kurs/szkolenie:	
Imię i nazwisko prowadzącego	Agata Wrona
Stanowisko (jeśli dotyczy)	Trenerka, facylitatorka, mediatorka
Jednostka organizacyjna Uniwersytetu (jeśli dotyczy)	Centrum Pomocy Psychologicznej
Adres e-mail	agata.wrona@adm.uw.edu.pl
Telefon kontaktowy	606681278
Krótką informacją dot. doświadczenia prowadzącego w obszarze tematu kursu/szkolenia	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Certyfikowana trenerka ▪ Wieloletnie doświadczenie w zakresie prowadzenie i projektowania szkoleń ▪ Mediatorka i facylitatorka
Informacje dotyczące kursu/szkolenia:	
Łączna liczba godzin dydaktycznych kursu/szkolenia	8 godzin ¹
Data kursu/szkolenia²	14.06.2024
Tryb prowadzenia zajęć (podkreśl)	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Stacjonarny
Preferowana wielkość grupy	Od 8 do 14 osób

¹ zaznacz jeśli szkolenie może być realizowane w kilku częściach

² wypełnić przed każdym kolejnym szkoleniem realizowanym na podstawie tego programu

<p>Cele kursu/szkolenia</p>	<p>Cel ogólny (1 zdanie): Nabycie lub usprawnienie umiejętności skutecznego komunikowania się w obliczu trudnych rozmów.</p> <hr/> <p>Cele szczegółowe (opisz w 3 – 5 punktach):</p> <ul style="list-style-type: none"> • Zapoznanie się z pojęciami dotyczącymi bezpiecznej komunikacji w miejscu pracy • Przekazanie wiedzy dotyczącej narzędzi wspomagających asertywną komunikację, w tym informacji zwrotnej. • Przekazanie wiedzy na temat komunikowania swoich granic i mówienia nie. • Poznanie sposobów przygotowania się do trudnych rozmów, oraz przeprowadzenia ich lub brania w nich udziału. • Przećwiczenie sposobów przeprowadzania trudnych rozmów w miejscu pracy.
<p>Opis programu zajęć (opisz w 5 - 7 punktach)</p>	<p>Szkolenie ma na celu nabycie umiejętności prowadzenia trudnych rozmów w miejscu pracy. Szkolenie prowadzone jest w sposób warsztatowy, dla skutecznego procesu uczenia się przez doświadczanie. Osoby uczestniczące w szkoleniu będą potrafiły sprawniej poruszać się w zakresie trudnych tematów oraz będą znały narzędzia, z których należy korzystać podczas trudnych rozmów i/lub trudnych sytuacji w miejscu pracy, w tym między innymi udzielać informacji zwrotnej, stawiania granic. Umiejętności nabyte podczas szkolenia mogą mieć przełożenie na budowanie relacji w swoim zespole.</p> <p>Program:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Katalog trudnych spraw versus narzędzia komunikacyjne. 2. Bezpieczna komunikacja w miejscu pracy – rozpoznawanie potrzeb i stawianie granic. 3. Przygotowanie się do rozmowy – jak to się robi. 4. Przeprowadzenie trudnej rozmowy w sposób asertywny – sposoby i ćwiczenia.

5. Podsumowanie – sposoby na trudne rozmowy.

Oczekiwania pod adresem uczestników (umiejętności, oprogramowanie, sprzęt) – jeśli dotyczy

- gotowość do uczestnictwa w szkoleniu

Efekty kształcenia (wymień w 3 – 5 punktach)

Po ukończeniu szkolenia uczestnik/ uczestniczka:

- Będzie znał/ znała skuteczne narzędzia komunikacyjne oraz będzie potrafił/ potrafiła je wykorzystać w praktyce podczas trudnych rozmów.
- Będzie potrafiła / potrafił rozpoznać komunikaty trudne, w tym agresywne i pasywne.
- Otrzyma wiedzę na temat przygotowania się do trudnych rozmów
- Pozna narzędzia komunikacji asertywnej, w tym wiedzę na temat przyjmowania i wyrażania informacji zwrotnej.
- Będzie miał / miała możliwość przeciwyczyć udzielanie informacji zwrotnej uwzględnianie granic w komunikacji.

Metody pracy (podkreśl właściwe lub zaproponuj własne):

- praca indywidualna,
- praca w parach,
- praca w podgrupach,
- materiały audiowizualne,
- prezentacje,
- ćwiczenia interaktywne,
- Warsztat, edukacja przez doświadczenie

Metody weryfikacji efektów kształcenia (wymagane w IDUB)

- pre-test
- post-test