

## Program 26. edycji Szkoły Trenerskiej

### Stowarzyszenia Trenerskiego Organizacji Pozarządowych

**Termin: marzec 2024 – kwiecień 2025**

Przed każdym warsztatem osoba uczestnicząca (OU) realizuje dwa rodzaje zadań – jedne są związane z wdrożeniem treści z ostatniego zjazdu, drugie – z przygotowaniem się do kolejnego. Niektóre zadania będą sformułowane w późniejszym czasie przez trenerów/ trenerki prowadzące konkretny warsztat.

Cykl zajęć obejmuje **223 godzin szkoleniowych zajęć obowiązkowych** (215 godz. stacjonarne i 8 godz. online) oraz przygotowanie i przeprowadzenie szkolenia pod superwizją (trening zadaniowy). 1 godzina szkoleniowa (1h) = 45 minut

NR	TERMIN	NAZWA SESJI	OSOBY PROWADZĄCE	ZAKRES TEMATYCZNY
<p><b>ZADANIE DOMOWE PRZED SPOTKANIEM:</b> przygotować maksymalnie 2 slajdy – przedstawiające OU i organizację, w której pracuje OU</p> <p><b>1 marca 2024 (piątek), godz. 17.00-20.00 - spotkanie integracyjne (4h - online)</b></p>				
<b>ZADANIE DOMOWE PRZED TRENINGIEM</b>			Sformułować i zapisać w zeszycie osobisty cel rozwojowy, który chcę zrealizować podczas treningu interpersonalnego. Wziąć zeszyt na trening.	
<b>1</b>	13-16 marca 2024 (środa-sobota)	<b>Trening interpersonalny (40h)</b>	Agnieszka Zarzycka	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Integracja osób uczestniczących w szkole</li> <li>• Doświadczenie działania procesu grupowego</li> <li>• Doświadczenie emocji w relacjach z innymi osobami</li> <li>• Doświadczenie wpływu swoich zachowań na działania i emocje innych osób</li> <li>• Rozwinięcie kompetencji interpersonalnych</li> <li>• Zrozumienie swoich relacji z grupą</li> <li>• Określenie mocnych stron w relacjach z innymi osobami</li> <li>• Otrzymanie informacji zwrotnych na temat wpływu własnych zachowań i działań na inne osoby</li> </ul>

				<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ćwiczenie udzielania i odbierania informacji zwrotnych</li> </ul>
<b>2</b>	<b>13-14 kwietnia 2024</b> (sobota-niedziela)	<b>Zmiana i rozwój – proces uczenia na poziomie osobistym i grupowym – proces grupowy i zmiana</b> (18h)	Barbara Chruślicka, Edyta Gleich	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Warsztat oparty na wspólnym doświadczeniu grupy, którym był trening interpersonalny - zmiana na poziomie indywidualnym i grupowym</li> <li>• Pogłębienie rozumienia procesu grupowego</li> <li>• Zwiększenie wiedzy i umiejętności identyfikowania etapów procesu grupowego</li> <li>• Zwiększenie umiejętności wspierania grupy w przechodzeniu przez kolejne etapy procesu</li> <li>• Rozwijanie umiejętności identyfikowania ról grupowych i korzystania z nich w procesie rozwoju grupy</li> <li>• Zmiana i rozwój – pojęcia i dynamika wprowadzania zmian</li> <li>• Wspieranie osób, grup, społeczności w procesach zmiany</li> <li>• Zwiększenie wiedzy i umiejętności o oporze jako naturalnej reakcji na zmianę i sposobach wspierania grupy w oporze</li> </ul>
<b>ZADANIE DOMOWE PRZED WARSZTATEM</b>				<b>Przygotuj temat do dyskusji i zapisz go (temat ważny dla grupy)</b>
<b>3</b>	<b>11-12 maja 2024</b> (sobota-niedziela)	<b>Trening umiejętności komunikacyjnych i facylitacyjnych - Trener/ka w roli facylitatora/ki</b> (18h)	Marta Henzler, Lena Rogowska-Lewandowska	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pojęcia: moderacja, facylitacja</li> <li>• Zasady pracy z małą grupą – umiejętności facylitacyjne: zadawanie pytań, strukturyzowanie, podsumowywanie, prowadzenie dyskusji, włączanie, dbanie o zasady pracy grupowej</li> <li>• Rozwijanie kompetencji facylitacyjnych potrzebnych do angażowania grupy, ujawniania potencjału wszystkich osób, koncentrowania się wokół wspólnych celów</li> <li>• Metody pracy facylitacyjnej z małymi i z dużymi grupami</li> <li>• Zwiększenie umiejętności radzenia sobie</li> </ul>

				z sytuacjami trudnymi podczas szkoleń, zarówno prewencyjnie jak interwencyjnie <ul style="list-style-type: none"> <li>• Doświadczenie roli facylitatora/ki i otrzymanie informacji zwrotnych o wykorzystanych umiejętnościach</li> <li>• Rozwijanie narzędzi aktywnego (empatycznego) słuchania</li> <li>• Utrwalanie udzielania informacji zwrotnych</li> </ul>
<b>ZADANIE DOMOWE PRZED WARSZTATEM</b>				Przeczytanie materiału edukacyjnego na temat metodologii i metod szkoleniowych
<b>4</b>	15-16 czerwca 2024 (sobota- niedziela)	<b>Metodologia i metodyka uczenia dorosłych, stawianie celów edukacyjnych. Trener/ka w roli organizatora/ki procesu uczenia się (18h)</b>	Katarzyna Sekutowicz, Grzegorz Idziak	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Założenia uczenia się osób dorosłych wg andragogiki</li> <li>• Wymiary sytuacji edukacyjnej</li> <li>• Uczenie się przez doświadczenie wg modelu Davida Kolba</li> <li>• Różne role osoby prowadzącej: trener/ka, facilitator/ka, ekspert/ka, coach</li> <li>• Typologia metod edukacyjnych</li> <li>• Planowanie ćwiczeń w odniesieniu do postawionego celu edukacyjnego</li> </ul>
<b>ZADANIE DOMOWE PRZED WARSZTATEM</b>				Każda para przygotowuje <b>jedno</b> ćwiczenie, które będzie pokazywała na sesji metody i techniki szkoleniowe.
<b>5</b>	14-15 września 2024 (sobota- niedziela)	<b>Metody i techniki warsztatowe. Trener/ka w roli organizatora/ki procesu uczenia się oraz w roli facylitatora/ki i eksperta/ki (18h)</b>	Agnieszka Książek, Jolanta Czernicka-Siwecka	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Rozwijanie umiejętności zastosowania różnorodnych metod i technik warsztatowych (scenki, gry symulacyjne, studium przypadku, techniki kreatywne)</li> <li>• Trening zastosowania cyklu Kolba wraz z wybranymi technikami warsztatowymi</li> <li>• Doświadczenie różnorodnych metod i technik szkoleniowych</li> </ul>

<b>ZADANIE DOMOWE PRZED WARSZTATEM</b>				Przygotowanie przez każdą osobę uczestniczącą 10 minutowej prezentacji na wybrany przez siebie temat, w którym się specjalizuje.
<b>6</b>	<b>12-13 października 2024</b>  (sobota - niedziela)	<b>Prezentacja trenerska. Trener/trenerka w roli eksperta/ki i w roli coacha (18 h)</b>	Małgorzata Winiarek-Kołucka, Marcin Sobaszek	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Uczenie się jako proces poznawczy i emocjonalny – podstawowe mechanizmy przydatne w uczeniu się i przyswajaniu treści</li> <li>• Rozwój dwóch ról: eksperckiej i coachingowej - każda z osób uczestniczących będzie zarówno w roli eksperckiej, kiedy będzie przekazywać wiedzę i otrzymywać informację zwrotną dot. swojego wystąpienia oraz w roli coacha: wspierania w refleksji i rozwoju umiejętności prezentacyjnych</li> <li>• Mini wykład jako metoda szkoleniowa – przygotowanie się, struktury dedukcyjne i indukcyjne w przekazywaniu wiedzy</li> <li>• OP w roli coacha: pytania rozwojowe i udzielanie informacji zwrotnej jako narzędzia pracy trenera w roli coacha na warsztacie</li> </ul>
<b>7</b>	<b>6 listopada 2024</b> (środa, godz. 17-20)	<b>Neurodydaktyka na sali szkoleniowej. Jak uczy się mózg? (4h - online)</b>	Agnieszka Mądrakiewicz-Stanek	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Zwiększenie wiedzy na temat działania ludzkiego mózgu, analiza mitów i opinii</li> <li>• Zwiększenie umiejętności związanych z ułatwieniem grupie lepszego zrozumienia i zapamiętywania omawianych treści</li> <li>• Rozwijanie umiejętności zarządzania emocjami odczuwanymi przez grupę</li> <li>• Zastosowanie wiedzy psychologicznej w praktyce trenerskiej</li> </ul>
<b>ZADANIE DOMOWE</b>				Przygotowanie do treningu zadaniowego – arkusz pracy indywidualnej w kontekście

				wyboru tematu, grupy odbiorców, informacji niezbędnych do zdobycia przed szkoleniem.
<b>8</b>	<b>8-10 listopada 2024</b> (piątek-niedziela)	<b>Szkolenie jako narzędzie zmiany społecznej: badanie potrzeb, projektowanie ewaluacja</b> (25h)	Piotr Henzler	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Różne metody badania potrzeb -</li> <li>• Określanie celów, efektów, treści, modułów szkoleniowych</li> <li>• Dobór metod do treści</li> <li>• Konstrukcja ćwiczeń, harmonogramowanie</li> <li>• Metody monitoringu procesu edukacji</li> <li>• Metody ewaluacji procesu edukacji</li> <li>• Zaprojektowanie programu szkoleniowego (każda osoba uczestnicząca indywidualnie)</li> </ul>
<b>9</b>	<b>7-8 grudnia 2024</b> (sobota-niedziela)	<b>Edukacja wolna od dyskryminacji</b> (18h)	Agata Teutsch	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Tożsamość indywidualna i grupowa</li> <li>• Postrzeganie innych: uprzedzenia i stereotypy i ich konsekwencje,</li> <li>• Dyskryminacja – aspekty społeczne: źródła i mechanizmy dyskryminacji, wymiar interpersonalny/ kulturowy/ strukturalny dyskryminacji szczególnie w obszarze edukacji, podstawowe pojęcia</li> <li>• Dyskryminacja – aspekty prawne związane z przeciwdziałaniem dyskryminacji w obszarze edukacji</li> <li>• Wpływ kwestii związanych z tożsamością, różnorodnością i dyskryminacją na procesy edukacyjne</li> <li>• Rozpoznawanie i reagowanie na przypadki zachowań i zaniechań bazujących na uprzedzeniach i stereotypach, w sytuacjach szkoleniowych; rola i pozycja osoby prowadzącej procesy edukacyjne.</li> <li>• Praktyczne uwzględnianie kwestii równości, różnorodności i dostępności w planowaniu, realizacji i ewaluacji działań edukacyjnych/szkoleniowych</li> </ul>

<b>ZADANIE DOMOWE</b>				<ul style="list-style-type: none"> <li>• Badanie potrzeb – wywiady wg wskazówek</li> <li>• Każda para trenerska / osoba przygotowuje jedno doświadczenie edukacyjne ze swojego programu, które trwa ok. 30 minut i opiera się na cyklu uczenia się przez doświadczenie</li> <li>• Przygotowanie programu i scenariusza szkolenia wg formatki (cele, treści, moduły opisane zgodnie z cyklem Kolba)</li> </ul>
<b>10</b>	<b>10-12 stycznia 2025</b> (piątek-niedziela)	<b>Etiudy szkoleniowe – przygotowanie się do treningu zadaniowego (27h)</b>	Agnieszka Zarzycka	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Prezentacja wybranych ćwiczeń z programu treningu zadaniowego</li> <li>• Współpraca w parze trenerskiej</li> <li>• Radzenie sobie z trudnymi sytuacjami</li> <li>• Doświadczenie roli trenerskiej podczas prowadzenia fragmentu szkolenia</li> <li>• Doświadczenie własnego stylu pracy i mocnych stron w roli trenerskiej</li> <li>• Zdobywanie informacji rozwojowej informacji zwrotnej na temat własnego warsztatu i stylu pracy</li> <li>• Zwiększenie umiejętności planowania własnego rozwoju w oparciu o cele i otrzymane informacje zwrotne</li> </ul>
<b>TRENING ZADANIOWY: luty - marzec 2025</b>				
<b>11</b>	<b>4-5 kwietnia 2025</b> (piątek-sobota)	<b>Ja w roli trenerskiej – podsumowanie rozwoju i wyznaczenie kolejnych celów oraz ewaluacja szkoły (15h)</b>	Agnieszka Zarzycka (1. dzień.), Ewaluator/ Ewaluatorka (2. dzień)	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pierwszy dzień (9h): Refleksja nad treningiem zadaniowym, planowanie dalszego rozwoju oraz kodeks etyczny i najważniejsze wyzwania</li> <li>• Drugi dzień (6h): Warsztat ewaluacyjny</li> </ul>



**GODZINY:**

Trening interpersonalny (40 h):

- Środa: 10.30-19.30
- Czwartek: 8.30-20.30
- Piątek: 8.30-20.30
- Sobota: 8.30-16.30

Szkolenia 18-godzinne:

- 1. dzień: 10.00-18.30
- 2. dzień: 8.00-16.00

Szkolenia 27-godzinne:

- Piątek: 10.00-18.30
- Sobota: 9.00-17.30
- Niedziela: 8.00-16.00