

## SZKOŁENA I WARSZTATY

1. warsztat komunikacji interpersonalnej (4,5 h + 30 min. przerw) &ndash; zajęcia poświęcone rozpoznawaniu strategii komunikacji interpersonalnej pozwalającej na skuteczne porozumiewanie się z ludźmi;
2. warsztat zachowań asertywnych (4,5 h + 30 min. przerw) &ndash; trening zachowań pozwalający doskonalić umiejętności dbania o własną przestrzeń psychiczną;
3. warsztat pracy z dzieckiem nadpobudliwym (4,5 h + 30 min. przerw);
4. syndrom wypalenia zawodowego wśród pedagogów i nauczycieli (4,5 h + 30 min. przerw) &ndash; zajęcia teoretyczno-warsztatowe pozwalające określić definicję i objawy wypalenia zawodowego oraz służące wypracowaniu strategii zapobiegania (radzenia sobie) z wypaleniem zawodowym;
5. skuteczne pomaganie młodzieży: warsztat pracy z osobami w okresie adolescencji (4,5 h + 30 min. przerw);
6. warsztat komunikacji z elementami treningu interpersonalnego (34 godziny &ndash; 2 weekendy) &ndash; zajęcia składające się z pięciu modułów tematycznych: zajęcia integracyjne, warsztat komunikacji interpersonalnej, warsztat zachowań asertywnych, warsztat doświadczeń interpersonalnych, warsztat informacji zwrotnej;
7. trening interpersonalny (30 godzin &ndash; 2 weekendy) &ndash; zajęcia z analizą procesu grupowego podczas których uczestnicy:
  - - zdobywają wiedzę o sobie i swoich mechanizmach wchodzenia w relacje z ludźmi i funkcjonowania w nich;
  - - nabywają świadomości różnych stylów interakcji u poszczególnych osób;
  - - uczą się rozpoznawać, nazywać i wyrażać emocje, które są traktowane jako warunek jakości relacji z innymi ludźmi;
  - - doskonalą umiejętności pełnego komunikowania się (wyrażanie myśli, uczuć, aktywne słuchanie, rozpoznawanie niewerbalnych przejawów komunikacji);
  - - doświadczają mechanizmów funkcjonowania grupy, procesów grupowych i ich bezpośrednich następstw (etapy procesu grupowego, podejmowanie i wypełnianie ról, przejawy oporu, konflikty, rywalizacja, bliskość w grupie).

Wszystkie zajęcia przygotowane są w oparciu o fachową literaturę, doświadczenie zawodowe i szkoleniowe oraz w oparciu o teorie psychodynamiczne.