

„Profesjonalna ochrona”

Nr projektu: POWR.03.01.00-00-T149/18



Plan szkolenia:

„Jak budować trwały i efektywny zespół”

czas trwania 24 godziny lekcyjne (3 moduły po 8 h)

1. Jak budować trwały i efektywny zespół
2. Skuteczna komunikacja w oparciu o style myślenia i style działania.
3. Rozwój kompetencji w zakresie pracy w zespole przy wykorzystaniu nowoczesnych narzędzi i technologii w budowaniu umiejętności identyfikacji potrzeb i zasobów oraz skutecznej komunikacji w oparciu o NVC

Cele szkolenia:

- Poznanie faz rozwoju zespołu
- Poznanie efektywnego języka komunikacji pozbawionego przemocy
- Poznanie ról niezbędnych do efektywnego funkcjonowania zespołu
- Rozwój samoświadomości funkcjonowania, myślenia i podejmowania decyzji
- Doświadczenie pracy w samoorganizujących się zespołach

Efekty:

Po szkoleniu Uczestnik:

- Będzie potrafił rozróżnić luźno powiązaną grupę od zespołu
- Będzie znał najważniejsze czynniki budujące efektywny zespół
- Będzie rozumiał fazy rozwoju zespołu i potrafił rozpoznawać w jakiej fazie rozwoju znajduje się zespół, którego jest członkiem
- Będzie rozumiał własne funkcjonowanie i funkcjonowanie innych osób w kontekście stylów zachowań
- Będzie świadom ról jakie są niezbędne w zespole
- Będzie komunikował się językiem konstruktywnym

Moduł 1– Budowa trwałego i efektywnego zespołu

Czas trwania	Opis
60 minut	Wprowadzenie do zajęć, kontrakt Powitanie uczestników, przedstawienie trenera i planu szkolenia Ustalenie zasad obowiązujących podczas szkolenia Praca w podgrupach – Domek Cudów Cel: Poznanie się wzajemnie i integracja uczestników oraz poznanie oczekiwań wobec szkolenia. Praca w grupach 3 osobowych, prezentacja na forum

	Test wiedzy (pre test) – działanie indywidualne
60 minut	<p>Wprowadzenie do zagadnień związanych z grupą i zespołem</p> <p>Ćwiczenie w temacie grupa i zespół – Kto jest skuteczniejszy?</p> <p>Praca w grupach i następnie dyskusja kierowana oraz zapisywanie wniosków w ujęciu:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Jakie są różnice pomiędzy grupą i zespołem? - Na czym polega praca zespołowa? - Jak działają zespoły? - Jak zespoły podejmują decyzje? <p>Praca w grupach – Jak z grupy zrobić zespół?</p> <p>Prezentacja na forum</p> <p>Podsumowanie w formie slajdów</p>
15 minut	Przerwa
105 minut	<p>Efektywność pracy zespołowej</p> <p>Ćwiczenie – Przygotowanie do odległej wyprawy</p> <p>Dyskusja kierowana w temacie: Kiedy zespół ma przewagę nad jednostką w podejmowaniu decyzji?</p> <p>Pięć dysfunkcji zespołu</p> <p>Wykład wprowadzający w zagadnienia oraz praca w podgrupach w temacie – Jak to jest w moim zespole? Co chciałbym zmienić?</p> <ul style="list-style-type: none"> - Brak zaufania - Nieefektywne zarządzanie konfliktem - Niedostateczne zaangażowanie - Niechęć, unikanie przyjmowania odpowiedzialności - Niedostateczna koncentracja na rezultatach <p>Efektywność pracy zespołowej i pracy indywidualnej</p> <p>Rodzaje pracy zespołowej. Kiedy wykorzystać?</p> <p>Praca w pogrupach, dyskusja kierowana.</p> <p>Podsumowanie w formie slajdów</p>
60 minut	Przerwa
120 minut	<p>Efektywność pracy zespołowej – od przeciętności do wysokiej efektywności</p> <p>Skuteczny zespół – balans między zadaniami, celami, a procesem, czyli tym jak to jest osiągnięte.</p> <p>Wykład wprowadzający w zagadnienie</p> <p>Budowanie zaufania – odkrywanie siebie, budowanie otwartości</p> <p>Ćwiczenie – karty zachowań</p> <p>Budowanie samoświadomości funkcjonowania w oparciu o wybrane zachowania oraz otrzymane od innych osób karty z przykładami zachowań</p> <p>Praca w grupach – udzielanie informacji zwrotnej z użyciem kart zachowań.</p> <p>Podsumowanie w formie rundy – z czym wartościowym wychodzę z zajęć?</p>

Moduł 2 - Skuteczna komunikacja – style myślenia i zachowań

Czas trwania	Opis
60 minut	<p>Style zachowań</p> <p>Wypełnienie kwestionariusza Style zachowań Praca indywidualna</p>
120 minut	<p>Wprowadzenie do zagadnień związanych ze stylami zachowań, myślenia</p> <p>Ćwiczenie w grupach dobranych w jednorodny typy zachowań, myślenia Omówienie w kontekście charakterystycznych elementów dla danego typu zachowań</p> <p>Wykład wprowadzający w pary preferencji – wymiary Junga Ekstrawersja – introwersja Intelekt – uczucia Intuicja - percepcja</p> <p>Praca indywidualna – pogłębianie samoświadomości własnego stylu zachowań</p>
15 minut	przerwa
105 minut	<p>Style zachowań i myślenia – konsolidacja wyników</p> <p>Rozwiązanie kwestionariusza stylów zachowań Skonsolidowanie wyników kwestionariusza, kart zachowań oraz wyników ćwiczeń w ramach pogłębiania samoświadomości</p> <p>Charakterystyka poszczególnych czterech stylów zachowań. Praca w podgrupach oraz prezentacja na forum w ujęciu: - plusy i minusy wnoszone do zespołu - co motywuje i co demotywuje? - z kim najlepiej mi się współpracuje?</p> <p>Rozpoznawanie stylów zachowań w oparciu o komunikację werbalną i niewerbalną, podejmowanie decyzji oraz otoczenia zawodowego. Praca w jednorodnych grupach z prezentacją typowych zachowań</p>
60 minut	Przerwa
60 minut	<p>Wykład wprowadzający w style poznawcze wg modelu FRIS</p> <p>Fakty Idee Relacje Struktury</p> <p>Praca indywidualna – pogłębianie samoświadomości własnego stylu poznawczego Analiza własnego raportu stylów myślenia Skonsolidowanie wyników raportu, kart zachowań oraz wyników ćwiczeń w ramach pogłębiania samoświadomości</p>
60 minut	<p>Adaptacja do zachowań innych stylów zachowań</p> <p>Adaptacja do zachowań innych stylów zachowań – strategie postępowania z przedstawicielami poszczególnych stylów Ćwiczenie w grupach z zdemontowaniem zachowań w danym stylu zachowań jako reakcja na trudną decyzję, sytuację.</p> <p>Ćwiczenie akomodacja stylu antagonistycznego – Przekonajcie nas</p> <p>Podsumowanie w formie rundy – z czym wartościowym wychodzę z zajęć?</p>

Moduł 3 - Rozwój kompetencji w zakresie pracy w zespole

Czas trwania	Opis
70 minut	<p>Wprowadzenie do zajęć związanych z rozwojem kompetencji związanej z pracą zespołową</p> <p>Zebranie oczekiwań i przemyśleń od uczestników</p> <p>Metafora – praca zespołowa jest jak</p> <p>Ćwiczenie indywidualne oraz omówienie grupowe. Identyfikacja kluczowych kompetencji w pracy zespołowej.</p> <p>Deklaracja rozwoju wybranych kompetencji oraz określenie oczekiwanego poziomu w formie wskaźników behawioralnych – praca indywidualna</p>
95 minut	<p>Rozwój kompetencji w budowaniu umiejętności identyfikacji potrzeb i zasobów</p> <p>Podział ról w zespole i dopasowanie zadań do kompetencji członków zespołu, rola lidera</p> <p>Wprowadzenie w formie wykładu oraz dyskusji kierowanej</p> <p>Ćwiczenie – Ludzki most</p> <p>Podsumowanie i dyskusja w kontekście podziału ról, przydziału zadań, zaplanowania realizacji zadania oraz faz rozwoju zespołu.</p> <p>Sporządzenie mapy zespołu dla przeprowadzonego ćwiczenia</p>
15 minut	Przerwa
100 minut	<p>Narzędzia i metody wspierające pracę zespołów</p> <p>Cykliczne (np. codzienne poranne spotkania)</p> <p>Wprowadzenie i omówienie struktury i zasad codziennego spotkania</p> <p>Ćwiczenie – przeprowadzenie 15 minutowej odprawy</p> <p>Wprowadzenie do narzędzi planowania i monitorowania realizacji zadań - Tablica realizacji zadań (tablica Kanban)</p> <p>Samoorganizujący się zespół – kluczowe czynniki wpływające na powstanie i funkcjonowanie takiego zespołu oraz rola lidera – podsumowanie filarów efektywnego zespołu.</p> <p>Wprowadzenie w formie wykładu i dyskusji kierowanej</p> <p>Doskonalenie umiejętności tworzenia samoorganizujących się zespołów.</p> <p>Działania w podgrupach – układanie puzzli</p> <p>Dyskusja kierowana – podsumowanie i refleksje z ćwiczeń</p>
60 minut	Przerwa
140 minut	<p>Rozwój kompetencji w zakresie skutecznej komunikacji w oparciu o NVC</p> <p>Porozumienie bez Przemocy (PbP) - ang. Nonviolent Communication (NVC)</p> <p>Wykład wprowadzający wraz z omówieniem</p> <p>Model 4 kroków Marshall'a Rosenberg'a</p> <p>Krok 1 - obserwacja faktów</p> <p>Krok 2 – uświadomienie uczuć,</p> <p>Krok 3 – uświadomienie potrzeb</p> <p>Krok 4 – formułowanie jasnej i konstruktywnej prośby</p>



Ćwiczenie – formułowanie konstruktywnego przekazu związanego z własnymi oczekiwaniami.

Praca indywidualna, demonstracja na forum, ćwiczenia w trójkach z obserwatorami

Formułowanie przekazu w kontekście własnego stylu zachowań oraz stylu zachowań odbiorcy – adaptacja i akomodacja przy zachowaniu:

- Wzajemnego szacunku i zrozumienia,
- Akceptacji różnorodności
- Rozwiązywaniu konfliktów skoncentrowanym na potrzebach obu stron

Test wiedzy (post test) – działanie indywidualne