



Proiect: **Dialog social și civic pentru dezvoltare locală sustenabilă**

Proiect cofinanțat din Fondul Social European prin Programul Operațional Capacitate Administrativă 2014 - 2020

Cod SMIS: 151469; cod SIPOCA: 1023

PLANIFICARE SESIUNE DE FORMARE

Curs „Tehnici de relaționare. Specificul comunicării în grupuri mari și mici”

Sesiunea de formare cuprinde o secvență de formare cu o durată totală de 18 ore, distribuite pe parcursul a 3 zile, conform structurii prezentate mai jos. Structura este astfel gândită încât să asigure o interactivitate crescută a sesiunilor de formare.

Format : fizic

Obiectiv general formare: participanții să își însușească și, sau consolideze competențele în ceea ce privește comunicarea interpersonală, cu scopul de a gestiona o mai bună interacțiune între diferitele grupuri din cadrul comunității, adaptat la dimensiunea acestor grupuri, crescând astfel eficiența lanțului de comunicare și o penetrare mai bună a cerințelor și nevoilor ONG-urilor și partenerilor sociali legate de participarea la dezvoltarea municipiului Caracal.

Participanții se vor familiariza cu tehnicile de comunicare asertivă, ascultare activă, tehnici de adresare întrebări, de oferire feedback și control al emoțiilor negative.

Participanții devin mai capabili să conștientizeze schimbările din mediul social și vor reacționa mai eficient la aceste schimbări, fiind capabili să-și adapteze stilul de comunicare în funcție de audiență și de dimensiunea acesteia, acest lucru contribuind la o mai bună colaborare cu cetățenii și cu alți factori interesați în dezvoltarea municipiului.



Conținut secvență de formare	Durata minute	Obiectivul secvenței de formare	Metodologie utilizată
Prezentare proiect și activități - context, rezultate	15	- participanții vor fi familiarizați cu imaginea de ansamblu a proiectului și cu locul pe care acest workshop îl are în economia acestuia	- prezentare formator - întrebări bidirecționale
Introducere formator și participanți Prezentare agendă workshop Extragere așteptări ale participanților de la workshop	45	- la finalul activității, se va fi format o dinamică de grup propice învățării	- activitate pe grupuri mici, care va include: discuții libere, desene pe flipchart și interacțiune
Mediul social astăzi - prezentarea schimbărilor produse în mediul social în ultimii 5 ani, cu menționarea provocărilor pe care aceste schimbări le aduce	60	- la finalul secvenței, participanții vor fi capabili să recunoască nevoia de a-și schimba modul de argumentare pentru a răspunde mai bine interlocutorilor	- prezentare ppt formator - discuții facilitate - activitate în grupuri mici
Activitate - scrierea unui CV ideal Împărțirea cerințelor pe categorii de interese	60	- participanții vor fi capabili să identifice importanța abilităților interpersonale	- activitate în grupuri mici - prezentări și discuții facilitate în grupul mare
Procesul de comunicare Canalele de comunicare Capcanele comunicării Blocajele în comunicare - importanța conștientizării influenței percepțiilor	90	- la finalul sesiunii, participanții vor fi capabili să descrie procesul comunicării, canalele de comunicare și ce poate să împiedice ca o comunicare să fie eficientă	- prezentare ppt formator - discuții facilitate
Tipuri de comunicare Exemplificări practice din viața de zi cu zi	60	- la finalul sesiunii participanții vor fi capabili să recunoască cel mai potrivit tip de comunicare	- prezentare ppt formator - discuții facilitate - activități în grupuri mici tip joc de rol
Încheiere ziua I - recapitularea celor discutate, obținere feedback de la participanți pentru sesiunile desfășurate	30	- participanții vor avea ocazia de a-și exprima dorințele pentru următoarele sesiuni	- prezentare în grupul mare - sesiune de întrebări și răspunsuri

Începere ziua II - stabilire echipe pentru concurs "Cine știe câștigă" pe subiecte legate de tematica cursului - prezentare agenda zilei	30	- participanții vor avea ocazia de a-și consolida cunoștințele într-un mod interactiv-distractiv	- întrebări unidirecționate de la facilitator către grup - interacțiune în grupul mare
Principiile de bază ale comunicării Activități practice pe fiecare tip de principiu Importanța controlului emoțiilor negative	90	- participanții vor putea să descrie care sunt cele trei principii de bază ale comunicării	- prezentare formator - jocuri de rol - debrief în grupul mare
Ascultarea activă: - bariere - beneficii - două activități practice ce vor ilustra tipul de ascultare al participanților ("Obeliscul" și "Croaziera")	120	- la finalul secvenței participanții vor cunoaște care sunt barierele în ascultare și tehnicile de depășire a acestora	- prezentare formator - activitate în grupul mare 1 - discuții și debrief - activitate în grupul mare 2 - discuții și debrief
Clarificarea: - discuții introductive - exemple ale grupului - situații care necesită clarificare - importanța clarificării - tipuri de întrebări - parafrizarea - aplicații practice ale tehnicii de clarificare	90	- la finalul secvenței participanții vor ști care sunt tipurile de întrebări potrivite unei anume situații și vor înțelege beneficiile parafrazării	- prezentare formator - activitate în grupul mare 1 - discuții și debrief - activitate în grupul mare 2 - discuții și debrief
Încheiere ziua II - recapitularea celor discutate, obținere feedback de la participanți pentru sesiunile desfășurate	30	- participanții vor avea ocazia de a-și exprima dorințele pentru următoarele sesiuni	- prezentare în grupul mare - sesiune de întrebări și răspunsuri
Începere ziua III - continuare concurs "Cine știe câștigă" pe subiecte legate de tematica cursului și prezentare câștigători - prezentare agenda zilei	30	- participanții vor avea ocazia de a-și consolida cunoștințele într-un mod interactiv-distractiv	- întrebări unidirecționate de la facilitator către grup - interacțiune în grupul mare
Limbaajul de impact într-o dezbatere și în argumentare - tipuri de limbaj - dezvoltarea limbajului non-agresiv - activități de recunoaștere a tipului de limbaj - controlul eficient al emoției - beneficii și tehnici	90	- la finalul secvenței participanții vor fi capabili să descrie cele trei tipuri de limbaj și să-l definească pe cel mai eficient.; de asemenea vor dobândi cel puțin o tehnică de control al emoției negative	- prezentare facilitator - exemple concrete "așa nu" care vor fi transformate în exemple "așa da" - activități în grupuri mici - activități și prezentări în grupul mare
Feedback-ul - un cadou	30	- participanții vor ști să aplice un	- prezentare formator

		model de reacție eficace în relația cu interlocutorii	- discuții facilitate în grupul mare - exemple practice de corectat
Importanța și dezvoltarea unui non-verbal de efect - activitate practică - discuții pe marginea limbajului non-verbal - tehnici de întărire a non-verbalului	60	- la finalul secvenței participanții vor capabili să înțeleagă puterea unui limbaj non-verbal eficient în susținerea punctului de vedere	- prezentare formator - prezentări individuale în fața grupului mare - feedback
- promovarea egalității de șanse între femei și bărbați, a egalității de șanse pentru toți, fără discriminare în funcție de gen, rasă, origine etnică, religie, handicap, vârstă, orientare sexuală - obiectivele Strategiei de dezvoltare durabilă a României și aplicarea ei la nivelul Caracalului - importanța protecției mediului, problemele de mediu și impactul asupra schimbărilor climatice La finalul fiecărei activități din cadrul programului de formare, participanții vor	60	- la finalul secvenței participanții vor fi capabili să descrie cele 17 obiective de dezvoltare durabilă - participanții vor fi capabili să conducă o dezbatere pe tema egalității de șanse	- prezentare formator - discuții facilitate - scurtă dezbatere
Recapitulare concepte și tehnici prezentate în workshop	30	- participanții vor fi capabili să descrie cele discutate pe parcursul celor trei zile	- prezentare formator și discuții facilitate - întrebări bidirecționale
Desfășurare testare	45	- testarea gradului de asimilare a celor prezentate în cele trei zile	- completare individuală
Încheiere curs, evaluare de către participanți pe Formularele de evaluare curs	15	- evaluarea cursului ca tematică și ca și interacțiune	- dialog formator-participanți - completare individuală

ÎNTOCMIT: Teodora Man-Paraschiv,
Expert 3 implementare formator

AVIZAT: Mihai Tatulici, Manager Proiect

