

WROCŁAWSKA AKADEMIA TRENINGU ANTYDYSKRYMINACYJNEGO

PROGRAM CYKLU

Warsztat 1: Trening Kompetencji Interpersonalnych

Czwartek (02.04.2020)	
8.30-9.00	Rejestracja uczestników i poranna kawa
9.00-10.30	- Integracja uczestników - Badanie Potrzeb - Zawarcie Kontraktu
10.30-10.45	Przerwa kawowa
10.45-13.00	- Integracja - Pierwsze wrażenie i wywieranie wrażenia
13.00-13.45	Przerwa obiadowa
13.45-16.00	- Komunikacja – Jak słuchać żeby ludzie chcieli opowiadać? - Komunikacja – Jak pytać żeby nie zamykać ludzi?
Piątek (03.04.2020)	
9.00-10.30	- Komunikacja – jak pytać? – cd. - Udzielanie Informacji Zwrotnej – jak to robić skutecznie i z szacunkiem
10.30-10.45	Przerwa kawowa
10.45-13.00	- Ja Lider- jak budować siebie i zachęcać ludzi by szli za mną? - Motywowanie – Jak motywować zespoły - Grywalizacja jako przykład motywowania
13.00-13.45	Przerwa obiadowa
13.45-16.00	- Jeszcze trochę o motywacji
Sobota (04.04.2020)	
9.00-10.30	- Asertywność czyli stawianie granic. - Asertywne odmawianie i asertywne zgadzanie się
10.30-10.45	Przerwa kawowa

10.45-13.00	- Rozdzielenie ocen i opinii w Asertywności - Asertywne udzielanie i przyjmowanie pochwał w sytuacjach zawodowych - Konflikty i ich rozwiązywanie - Style rozwiązywania konfliktów i Koło konfliktu
13.00-13.45	Przerwa obiadowa
13.45-16.00	- Style rozwiązywania konfliktów i Koło konfliktu cd.
Niedziela (05.04.2020)	
9.00-10.30	- Radzenie sobie ze stresem - Dlaczego się stresujemy i o roli stresu w dobrym życiu - Test reakcji w sytuacjach stresowych
10.30-10.45	Przerwa kawowa
10.45-13.00	- Jak radzić sobie ze stresem? - Metody relaksacji
13.00-13.45	Przerwa obiadowa
13.45-16.00	- Podsumowanie warsztatu - Dalsze kroki

Warsztat 2: Trening Antydyskryminacyjny

2

Piątek (29.05.2020)	
8.30-9.00	Rejestracja uczestników i poranna kawa
9.00-10.30	Tożsamość i postrzeganie samego siebie: - refleksja na temat własnej identyfikacji z różnymi grupami i postrzegania własnego siebie - rozpoznawanie różnorodności w ramach grupy - doświadczenie etykietowania z powodu przynależności do jakiejś grupy
10.30-10.45	Przerwa kawowa
10.45-12.15	Mechanizmy powstawania i funkcjonowania stereotypów: - mechanizmy stereotypowego myślenia o różnych grupach społecznych - wprowadzenie do zagadnienia etykietyzacji
12.15-12.30	Przerwa kawowa
12.30-14.00	Mechanizmy powstawania i funkcjonowania stereotypów: - dyskusja na temat stereotypowego traktowania ludzi - konfrontacja różnych stereotypów
14.00-14.30	Przerwa obiadowa

14.30-16.00	Powstawanie uprzedzeń: - odkrywanie uprzedzeń i reakcji na nie - mechanizmy powstawania uprzedzeń - wpływ mechanizmu stereotypizacji na powstawanie uprzedzeń
Sobota (30.05.2020)	
9.00-10.30	Dyskryminacja i metody jej przeciwdziałania: - refleksja nad przyczynami i skutkami dyskryminacji - analiza „błędneho koła dyskryminacji” - prezentacja różnych definicji dyskryminacji
10.30-10.45	Przerwa kawowa
10.45-12.15	Dyskryminacja i metody jej przeciwdziałania: - doświadczenie dyskryminacji i stygmatyzacji z powodu określonej cechy - refleksja nad mechanizmami powstawania systemu dyskryminacyjnego
12.15-12.30	Przerwa kawowa
12.30-14.00	Dyskryminacja i metody jej przeciwdziałania: - refleksja na temat różnych aspektów dyskryminacji - refleksja dotycząca roli świadka dyskryminacji
14.00-14.30	Przerwa obiadowa
14.30-16.00	Dyskryminacja i metody jej przeciwdziałania: - zebranie i analiza różnych przypadków dyskryminacji - przygotowanie do aktywnego przeciwdziałania dyskryminacji
Niedziela (31.05.2020)	
9.00-10.30	Prawo przeciw dyskryminacji: - aspekty prawne przeciwdziałania dyskryminacji w Polsce - zapisy antidyskryminacyjne w wybranych aktach prawnych - definicje molestowania, molestowania seksualnego, mobingu - wyjątki od reguły równego traktowania
10.30-10.45	Przerwa kawowa
10.45-12.15	Mowa nienawiści – czym jest i jak jej przeciwdziałać - czym jest mowa nienawiści - gdzie najczęściej spotykamy się z mową nienawiści - jakich grup społecznych najczęściej dotyczy
12.15-12.30	Przerwa kawowa
12.30-14.00	Mowa nienawiści – czym jest i jak jej przeciwdziałać - konsekwencje mowy nienawiści (omówienie na konkretnych przykładach) - zjawisko hejtu w internecie - jak rozpoznać mowę nienawiści i jak reagować i przeciwdziałać
14.00-14.30	Przerwa obiadowa

14.30-16.00	Mowa nienawiści – czym jest i jak jej przeciwdziałać - co na to polskie i europejskie prawo? - mowa nienawiści a wolność słowa - kampanie i akcje przeciwdziałające mowie nienawiści
-------------	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

Warsztat 3: Trening Kompetencji Trenerskich

Piątek (18.09.2020)

8.30-9.00	Rejestracja uczestników i poranna kawa
9.00-10.30	Rola bezpieczeństwa w prowadzeniu szkoleń - Integracja uczestników - Badanie Potrzeb - Zawarcie Kontraktu
10.30-10.45	Przerwa kawowa
10.45-13.00	- Neurodydaktyka – wiedza która ułatwia szkolenie - Cykl Kolba – czyli jak zintensyfikować efektywność uczenia
13.00-13.45	Przerwa obiadowa
13.45-16.00	- Planowanie szkolenia - 7 kroków planowania szkoleń - Kroki planowania: Cel, Odkrycia, Narzędzia, Cykl Kolba i Alternatywy

Sobota (19.09.2020)

9.00-10.30	Techniki pracy z grupą: - Moderacja, - Jigsaw, - Odwrócona klasa, - Ćwiczenia - Case study
10.30-10.45	Przerwa kawowa
10.45-13.00	Techniki pracy z grupą cd.: - Moderacja, - Jigsaw, - Odwrócona klasa, - Ćwiczenia - Case study Autoprezentacja
13.00-13.45	Przerwa obiadowa
13.45-16.00	- Autoprezentacja cd.

Niedziela (20.09.2020)

9.00-10.30	- Trudne sytuacje w trakcie prowadzenia grupy - Metody radzenia sobie z zakłóceniami.
10.30-10.45	Przerwa kawowa
10.45-13.00	- Metody radzenia sobie z zakłóceniami cd. - Planowanie własnego szkolenia – praca na wcześniejszym planie.
13.00-13.45	Przerwa obiadowa
13.45-16.00	- Przygotowywanie planu szkolenia

Warsztat 4: Warsztat Autoewaluacyjny

Sobota (21.11.2020)

8.30-9.00	Rejestracja uczestników i poranna kawa
9.00-10.30	- Przywitanie - Superwizja przeprowadzonych szkoleń
10.30-10.45	Przerwa kawowa
10.45-13.00	- Superwizja prowadzonych szkoleń cd.
13.00-13.45	Przerwa obiadowa
13.45-16.00	- Analiza modelem Kirkpatricka - Odniesienie własnych działań do modelu

Niedziela (22.11.2020)

9.00-10.30	- Tworzenie planu autorozwoju uczestników Programu
10.30-10.45	Przerwa kawowa
10.45-13.00	- Tworzenie planu autorozwoju uczestników Programu cd. - Ewaluacja Akademii Treningu Antydyskryminacyjnego
13.00-13.45	Przerwa kawowa
13.45-16.00	- Ewaluacja Akademii Treningu Antydyskryminacyjnego

Kadra prowadząca:

Radosław Bednarski - Certyfikowany trener antydyskryminacyjny i międzykulturowy, doradca ds. zakładania i funkcjonowania organizacji pozarządowych, koordynator ogólnopolskiego Programu "Dobry Wolontariat" certyfikującego organizacje i instytucje przyjazne wolontariuszom. Wieloletni trener z zakresu m.in. przeciwdziałania stereotypom, uprzedzeniom, dyskryminacji i mowie nienawiści, tworzenia i rozliczania projektów społecznych, wolontariatu, elementów komunikacji i współpracy w zespole. Realizator wielu projektów społecznych. Posiada licencjat z socjologii o specjalności psychosocjologia.

Swietłana Listopadska - Certyfikowana trenerka FRIS®, AFT Certified Leadership Coach, trenerka kompetencji międzykulturowych. Od 2016 członkini SIETAR (Society for Intercultural Education, Training, and Research). Aktywna uczestniczka "Human Library Organization". Absolwentka Instytutu Przedsiębiorczości „Strategia” na Ukrainie, kierunek ewidencja i audyt, oraz Uniwersytetu Ekonomicznego we Wrocławiu, studium podyplomowe rachunkowość finansowa. Posiada 17-letnie doświadczenie w edukacji dorosłych i młodzieży. Ukrainka z 20-letnim doświadczeniem adaptacji w Polsce. Wspiera polski biznes w szerokim zakresie poprzez tłumaczenia, konsultacje językowe, przygotowanie międzykulturowe do pracy lub do prowadzenia biznesu w krajach byłego ZSRR. Opracowuje plany kompleksowego wdrażania pracowników z innych krajów w polskich przedsiębiorstwach. Od 2017 jako ekspertka i przedstawicielka kultury ukraińskiej czynna uczestniczka projektu „Human Library Organization”. Łączy w sobie dwukulturowość (PL i UA), trenerskie doświadczenie, znajomość specyfiki krajów byłego ZSRR oraz umiejętność przekazywania skomplikowanej wiedzy prostymi słowami. Trenerka-praktyczka, integruje wykorzystanie gier, metody storytellingu i dramy w pracy warsztatowej.

Agnieszka Olejarz - Psycholożka, edukatorka seksualna, trenerka, animatorka. Absolwentka Uniwersytetu Humanistycznospołecznego SWPS we Wrocławiu, na którym uzyskała tytuł magistra psychologii o specjalności klinicznej. Napisała pracę magisterską z zakresu bezdomności. Podczas studiów koordynowała organizację konferencji naukowych dotyczących tematyki: seksualności, rehabilitacji psychologicznej oraz arteterapii. Koordynuje projekty z zakresu edukacji seksualnej, prowadzi treningi antydyskryminacyjne oraz jest animatorką przy projektach dotyczących wielokulturowości. Od kilku lat aktywnie działa w inicjatywach oraz organizacjach pozarządowych wspierających osoby zagrożone wykluczeniem społecznym.

Sławomir Prusakowski - trener biznesu, wykładowca Uniwersytetu SWPS. Posiada uprawnienia II stopnia Polskiego Towarzystwa Psychologicznego do prowadzenia treningów interpersonalnych. Przeprowadził ponad 13 000 godzin szkoleń w tym ponad 1000 godzin treningów interpersonalnych. Ukończył Akademię Treningu Interpersonalnego przy Pracowni Psychologicznej Elżbiety Sołtys. Współpracuje z wieloma organizacjami szkolącymi m.in. z Pracownią Psychologiczną Elżbiety Sołtys Jana Roberta Sołtys, Miedziowym Centrum Kształcenia Kadr, Akademią Pedagogiki Specjalnej. Prowadzi treningi rozwoju osobistego. Publikuje w czasopismach branżowych.