

WROCŁAWSKA AKADEMIA TRENINGU ANTYDYSKRYMINACYJNEGO PROGRAM CYKLU

Warsztat 1: Trening Kompetencji Interpersonalnych

Piątek (14.05.2021)

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?

Sobota (15.05.2021)

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

Niedziela (16.05.2021)

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.
Poniedziałek (17.05.2021)	
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 (02.07.2021)	
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 (03.07.2021)	
9.00-10.30	Dyskryminacja i metody jej przeciwdziałania: - refleksja nad przyczynami i skutkami dyskryminacji - analiza „błędnego 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 (04.07.2021)	
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 (17.09.2021)

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 (18.09.2021)

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 (19.09.2021)

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 (20.11.2021)

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 (21.11.2021)

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.

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, Miedzowym Centrum Kształcenia Kadr, Akademią Pedagogiki Specjalnej. Prowadzi treningi rozwoju osobistego. Publikuje w czasopismach branżowych.

Urszula Szarek - psycholożka międzykulturowa, stypendystka Uniwersytetu Maltepe w Stambule oraz Uniwersytetu Akdeniz w Antalyi w Turcji. Absolwentka Uniwersytetu Humanistycznospołecznego SWPS we Wrocławiu oraz Uniwersytetu Ekonomicznego we Wrocławiu. Specjalistka ds. dialogu międzykulturowego, integracji społecznej, bezpieczeństwa i wsparcia akulturacyjnego współpracująca m.in. z administracją rządową, samorządową, instytucjami UE, organizacjami pozarządowymi, uczelniami wyższymi oraz służbami mundurowymi. Mówi w kilku językach obcych, stale poszerzając swoje kompetencje językowe. Blisko 8 lat spędziła w Turcji, gdzie współpracowała m.in. z Wydziałem Promocji Handlu i Inwestycji Ambasady RP w Ankarze, Konsulatem Honorowym RP w Izmirze, Konsulatem Generalnym RP w Stambule, Organizacją Bezpieczeństwa i Współpracy w Europie czy Izbami Handlowymi. Prowadziła warsztaty i szkolenia dot. wrażliwości kulturowej, edukacji wielokulturowej, integracji oraz bezpieczeństwa. Na co dzień zajmuje się wsparciem, bezpieczeństwem i aktywizacją migrantów, podkreślając ich czynny wpływ na rozwój przestrzeni społecznej.