

Raport trenerski

Warsztaty rozwoju kompetencji społecznych

Założenia do programu

Zaplanowano 12 godzin zajęć warsztatowych realizowanych w grupie. Przewidziano ćwiczenia w całej grupie, w podgrupach, w parach oraz realizowane indywidualnie.

Warsztaty kompetencji społecznych miały za zadanie poszerzyć wiedzę uczestników o adekwatnych i akceptowalnych społecznie strategiach realizacji potrzeby przynależności oraz przy wsparciu ze strony prowadzących, uruchomić proces nabywania i utrwalania tych umiejętności.

Koncentrowały się na kilku obszarach kompetencji: współpracy w grupie, komunikacji, autoprezentacji, rozwiązywania konfliktów i negocjowania. Warsztaty miały trwać od 2 do 4 godzin, a ich realizacja miała być rozciągnięta na 10 tygodni.

W ramach testowania modelu HMW zrealizowano zaplanowane godziny oraz zostały poruszone wszystkie z zaplanowanych zagadnień. W odpowiedzi na zapotrzebowanie grupy została zmieniona kolejność realizowanych tematów.

Zastosowane struktury i narzędzia

Zajęcia prowadzone metodami aktywnymi zdecydowanie sprawdziły się dla młodzieży szkolnej.

Zostało zrealizowane większość zaproponowanych w programie struktur, na zmiany w kolejności wpływ miały: większy niż przewidywano napięcie uczestników związane z nową grupą, na co odpowiedzią było rozpoczęcie modułu od struktur związanych ze współpracą w grupie, a co miało duży walor integracyjny. Natomiast moduł związany z autoprezentacją, został przesunięty na koniec – moment wyższego poczucia bezpieczeństwa w grupie i większej łatwości w eksperymentowaniu z nowymi zachowaniami.

Wskaźniki

Efektom modułu była dobra współpraca uczestników w ramach zajęć i obniżenie lęku społecznego zgłaszanego przez większość osób jako ważny cel udziału w programie. Zapamiętali głównie treści związane z poprawą współpracy z innymi ludźmi, zasady dobrej komunikacji. Większość osób jest bardziej aktywna w kontaktach z innymi i podejmuje więcej inicjatywy, zwiększyła również poziom otwartości na innych ludzi i różnorodność poglądów oraz postaw, co ułatwia funkcjonowanie w nowych grupach i w sytuacjach konfliktowych (dane uzyskane na podstawie informacji zwrotnych uzyskanych podczas zajęć grupowych i rozmów diagnostycznych).

Uwarunkowania, w tym czas i organizacja

Utrudnieniem była duża intensywność zajęć. Dla części osób zmęczenie w godzinach wieczornych, w których odbywały się spotkania, wiązały się ze znacznie obniżoną koncentracją i możliwością przyswajania nowej wiedzy, stąd mniejsza zaangażowanie np. w warsztaty na temat konfliktów, który miał dużo elementów teoretycznych (informacje od uczestników). Odpowiedzią na to uwarunkowanie było zminimalizowanie formy wykładu i zmaksymalizowanie aktywności, poprzez dodanie krótkich ćwiczeń podwyższających energię w grupie, bądź poprawiających koncentrację. Dodatkową zmianą było zaproszenie uczestników do restauracji – jako uzupełnienie warsztatu o komunikacji (elementy savior-vivre). Dla większości osób była to nowa sytuacja społeczna, do której przygotowali się wcześniej na zajęciach (zaplanowanie wyjścia, omówienie zachowania w restauracji z serwisem, przygotowanie „rozmów przy stole”).

Wnioski

Program był zbyt skumulowany w czasie, co powodowało trudności w przypadku niektórych uczestników z godzeniem uczestnictwa w projekcie z nauką i zajęciami dodatkowymi.

Proponowane zmiany

Przedłużenie programu z 2,5 do 4 a nawet 6 miesięcy.

Rozpoczęcie programu zajęciami integracyjnymi min. jedno spotkanie, wskazane 2-a spotkania o Dodanie do programu dużej ilości struktur łagodzących napięcie i podnoszących poziom energii w grupie.

Opracowała: Joanna Ignatowicz