



„Projekt systemowy DOPS w zakresie podnoszenia kwalifikacji kadr pomocy i integracji społecznej” jest współfinansowany przez Unię Europejską z Europejskiego Funduszu Społecznego Nr projektu: WND-POKL.07.01.03-02-001/12

Program szkolenia „Rozwój osobisty – Rozwój zawodowy pracownika socjalnego.”

26-28.03.2012 :: Hotel Jasek :: Wrocław, ul. Sułowska 39

Dzień 1 – 26.03.2012		
Godzina	Nazwa	
09.30-10.00	Rejestracja uczestników szkolenia.	
10.00-10.10	Rozpoczęcie szkolenia + informacje organizacyjne.	
10.10-11.30	Szkolenie	1. Czym jest rozwój zawodowy? Dlaczego jest tak ważny? a) Poszukiwanie zasobów własnych b) Inteligencja emocjonalna – gwarancją zaufania do siebie samego, c) Cztery najważniejsze zasady budowania pewności siebie: umiejętność korzystania ze zdolności, odkrywanie swojej wewnętrznej oryginalności, praca i to co dalej, dążenie do doskonałości d) Ćwiczenia pomagające budować pewność siebie: praca nad swoimi myślami i nowy obraz własnej osoby, e) Współdziałanie, porozumiewanie się i motywacja.
11.30-11.45	Przerwa kawowa	
11.45-13.15	Szkolenie	2. Jak rozwijać się zawodowo – możliwości, formy, narzędzia. a) Pięć podstawowych funkcji rozwoju zawodowego, b) Teorie rozwoju zawodowego, c) Kategoryzacja motywów rozwoju zawodowego, d) Etapy rozwoju zawodowego, e) Uwarunkowania rozwoju zawodowego, f) Procesy adaptacji w rozwoju zawodowym.
13.15-13.45	Obiad	
13.45-15.15	Szkolenie	3. Planowanie rozwoju zawodowego – wyznaczenie celów i ich realizacja a) Klasyczne formy podnoszenia kwalifikacji pracownika: - formy – samodoskonalenie, kursy, seminaria, studia podyplomowe, doskonalenie w działaniu; - metody – informacyjno-pokazowe, symulacyjne, staż e, rotacje, gabinet cieni, asystentura. b) Nowoczesne formy podnoszenia kwalifikacji pracownika - coaching – czym jest, główne zasady, osoba trenera osobistego, podział coachingu, korzyści, kiedy sięgać po coaching - mentoring – zał oż enia, zasady, korzyści - counselling – kroki, zasady
15-15-15.30	Przerwa kawowa	
15.30-17.00	Szkolenie	4. Rozwój zawodowy a rozwój osobisty. Konceptcja „Work- life balance”. Priorytety życiowe i realistyczne cele
19.00-19.30	Kolacja	

Dzień 2 - 27.03.2012		
Godzina	Nazwa	
07.30-08.30	Śniadanie	
08.30-10.00	Szkolenie	1. Samoocena i jej wpływ na rozwój zawodowy. a) niska samoocena jako przyczyna wypalenia zawodowego, b) zależności pomiędzy oceną siebie w pracy i poza nią
10.00-10.15	Przerwa kawowa	
10.15-11.45	Szkolenie	2. Asertywność. a) Diagnoza wł asnej asertywnoś ci w różnych sferach życia b) Efektywna komunikacja a asertywność c) Budowanie postawy asertywnej
11.45-12.00	Przerwa kawowa	
12.00-13.30	Szkolenie	3. Radzenie sobie ze stresem. a) Pojęcie stresu i mechanizm pojawiania się reakcji stresowych. b) Rola mechanizmów obronnych w skutecznym radzeniu sobie ze stresem. c) Ćwiczenia redukujące stres.
13.30-14.00	Obiad	
14.00-15.30	Szkolenie	4. Wypalenie zawodowe. Problem tożsamości pracy socjalnej.
15.30-15.45	Przerwa kawowa	
15.45-17.15	Szkolenie	5. Superwizja jako wsparcie w rozwoju zawodowym pracownika socjalnego. a) Superwizja jako element nowoczesnej i profesjonalnej pracy socjalnej b) Cele, metodyka, rodzaje, funkcje i fazy superwizji, c) Zakres i metody superwizji, d) Działania interpersonalne w procesie superwizyjnym.
19.00-19.30	Kolacja	

:: Dolnośląskie Centrum Psychoterapii ::

Dział
Usług Terapeutycznych

Dział
Szkoleń i Rozwoju

Dział
Rekrutacji i Selekcji

Dział
Consultingu HR

Adres: Sienkiewicza 116/4; 50-347 Wrocław **:: Tel./Fax.:** (71) 332 36 70, (71) 361 60 35

www.dcp.wroclaw.pl



„Projekt systemowy DOPS w zakresie podnoszenia kwalifikacji kadr pomocy i integracji społecznej” jest współfinansowany przez Unię Europejską z Europejskiego Funduszu Społecznego Nr projektu: WND-POKL.07.01.03-02-001/12

Dzień 3 - 28.03.2012		
Godzina	Nazwa	
7.30-8.30	Śniadanie	
8.30-10.00	Szkolenie	1. Rola komunikacji w miejscu pracy oraz relacji z współpracownikami i przełożonym. a) Konstruktwna komunikacja werbalna. Ćwiczenia pogłębiające umiejętności komunikacyjne, b) Konflikt interpersonalny i sposoby jego rozwiązania, c) Gotowe techniki efektywnego rozwiązywania konfliktów, d) Rozwijanie umiejętności współpracy w grupie. Budowanie zasobów interpersonalnych, e) Bariery i destruktory komunikacyjne – autoanaliza w zakresie indywidualnej tendencji do nadawania oraz wrażliwości jako odbiorcy, f) Sposoby zwiększenia efektywności komunikacji.
10.00-10.15	Przerwa kawowa	
10.15-11.45	Szkolenie	2. Moje zasoby i ograniczenia. Ćwiczenia w zakresie własnych zasobów
11.45-12.15	Obiad	
12.15-13.45	Szkolenie	3. Moja ścieżka rozwoju zawodowego. a) Autodiagnoza - co mnie rozwija, co mnie ogranicza? b) Moja droga rozwoju zawodowego – warsztat.

:: Dolnośląskie Centrum Psychoterapii ::

Dział
Usług Terapeutycznych

Dział
Szkoleń i Rozwoju

Dział
Rekrutacji i Selekcji

Dział
Consultingu HR

Adres: Sienkiewicza 116/4; 50-347 Wrocław :: Tel./Fax.: (71) 332 36 70, (71) 361 60 35

www.dcp.wroclaw.pl