



## OFERTA DLA ZESPOŁÓW

### WARSZTATY W MAŁYCH GRUPACH

#### Praca online

w związku z obecną sytuacją w kraju dotyczącą zagrożenia koronawirusem, wiele osób zmuszona jest wykonywać swoją pracę z domu. W odpowiedzi na tę konieczność, przygotowaliśmy propozycję webinarów skierowaną do małych grup i zespołów.

Cele proponowanych zdalnych spotkań warsztatowych są dwa:

- ✓ **poszerzanie wiedzy z określonego tematu**
- ✓ **doskonalenie współpracy w zespole**

Z naszej strony zapewniamy wprowadzenie merytoryczne i moderację. Po warsztatach gwarantujemy dostęp do wypracowanych z grupą materiałów i dodatkowej literatury - na naszej platformie klienta.

Warsztaty zespołowe mają mieć charakter cykliczny – odbywać się będą cotygodniowo, każde spotkanie będzie trwać 90 minut, pomiędzy spotkaniami oferujemy 30-minutowe konsultacje indywidualne z trenerem prowadzącym.



Warsztaty i konsultacje prowadzone przez doświadczonych trenerów i moderatorów

Praca warsztatowa w małych grupach do 4 osób

Konsultacje indywidualne dla każdego uczestnika

Dostęp do wypracowanych materiałów przez platformę edukacyjną OPEN

#### OPEN KONSULTACJE I SZKOLENIA

Tel. 61 66 22 400  
Tel. kom. 881 036 989

[www.open-szkolenia.pl](http://www.open-szkolenia.pl)



	<b>1. Radzenie sobie ze stresem własnym i innych oraz sytuacjami kryzysowymi</b>	<b>PONIEDZIAŁEK,</b> dni i godz. do uzgodnienia, np. 9.00 – 10.30	<p><b>W ZAKRESIE KAŻDEGO TEMATU OFERUJEMY:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• webinarium dla grupy do 4 osób,</li> <li>• materiały - do pobrania dla każdego uczestnika z platformy edukacyjnej OPEN,</li> <li>• test z danego tematu wraz z omówieniem dla każdego uczestnika,</li> <li>• konsultacje indywidualne on-line.</li> </ul>
	<b>2. Home office i organizacja własnego czasu pracy</b>	<b>PONIEDZIAŁEK,</b> dni i godz. do uzgodnienia, np. 11.00 – 12.30	
	<b>3. Komunikacja z innymi, czyli jak budować wzajemne zrozumienie w codziennej pracy</b>	<b>WTOREK,</b> dni i godz. do uzgodnienia, np. 9.00 – 10.30	
	<b>4. Techniki udzielania informacji zwrotnej – jak i kiedy stosować</b>	<b>WTOREK,</b> dni i godz. do uzgodnienia, np. 11.00 – 12.30	
	<b>5. Umiejętności konfrontacji – czy je posiadam, jak je rozwijać</b>	<b>ŚRODA,</b> dni i godz. do uzgodnienia, np. 9.00 – 10.30	
	<b>6. Zdrowy zespół – profilaktyka, czyli antynapięciowa i antykonfliktowa szczepionka</b>	<b>ŚRODA,</b> dni i godz. do uzgodnienia, np. 11.00 – 12.30	
	<b>7. Motywowanie siebie i innych – co mogę zrobić, żeby chciało mi się chcieć</b>	<b>CZWARTEK,</b> dni i godz. do uzgodnienia, np. 9.00 – 10.30	
	<b>8. Mój profil współpracy z innymi – diagnoza indywidualna i grupowa</b>	<b>CZWARTEK,</b> dni i godz. do uzgodnienia, np. 11.00 – 12.30	
	<b>9. Poradnik rodzica – jak radzić sobie z dziećmi, żeby móc sprawniej pracować</b>	<b>PIĄTEK,</b> dni i godz. do uzgodnienia, np. 9.00 – 10.30	

PROPONOWANE FORMY PRACY:	CZAS	SPOSÓB PRACY:	CZAS TRWANIA warsztatu, konsultacji:
<b>I/ Webinar</b> wykład na wybrany temat + krótki warsztat zespołowy	1 tydz.	praca on-line w 4-osobowej grupie	90 min.
<b>II/ Follow up</b> po tygodniu, przegląd wdrożenia	2 tydz.	praca on-line w tej samej 4-osobowej grupie	90 min.
<b>III/ Konsultacje indywidualne</b> dla każdego uczestnika – omówienie indywidualnych wyników testu, omówienie wdrożenia, sformułowanie indywidualnych wskazówek, zaleceń do dalszej pracy/opcjonalnie	3 tydz.	praca indywidualna	30 min/1 os.
<b>IV/ Podsumowanie</b> warsztatów	4 tydz.	praca on-line w 4-osobowej grupie	90 min.

#### PODSUMOWANIE:

#### REALIZACJA JEDNEGO TEMATU Z LISTY podanej na str. 3 oferty\*

\*dla jednej 4-osobowej grupy

#### CAŁOŚĆ trwania procesu, praca z jedną grupą przez 4 kolejne tygodnie w systemie:

webinar+ follow up+ konsultacje indywidualne+ podsumowanie

**5h**