|  |
| --- |
| **Tytuł modułu: Zarządzanie i rozwiązywanie konfliktów w rodzinach Sesja nr 1 - Zarządzanie konfliktem.** |
| **Opis działań edukacyjnych** | **Czas (minuty)** | **Wymagane materiały/sprzęt** | **Efekty kształcenia** |
| Otwarcie warsztatów:* Prowadzący otwiera warsztat witając wszystkich uczestników i wprowadzając temat **Zarządzania i rozwiązywania konfliktów w rodzinach.**
* Prowadzący przedstawia temat sesji i wyjaśnia istotne informacje i umiejętności tej jednostki, zgodnie z prezentacją.

Ćwiczenie 1: Debatowy zawrót głowy!* Prowadzący dzieli uczestników na pary. Każda grupa otrzyma temat do omówienia. Sugestie dotyczące tematów debat znajdują się w notatkach do slajdów.
* Prowadzący ustawia timer daje każdemu uczestnikowi 3 minuty na poparcie swoich racji. Następnie zmienia strony, aby drugi uczestnik mógł przedstawić swój kontrargument.
* Po upływie tego czasu, ponownie ustaw czas na 6 minut, aby pary mogły wspólnie argumentować obie strony i wspólnie wymyślać nowe punkty na wybrany temat.
* Po zakończeniu debat, moderator poprowadzi(ą) grupę w dyskusji na temat korzyści płynących z debat, korzystając z następujących podpowiedzi:
* Czego to ćwiczenie nauczyło cię o zarządzaniu konfliktem?
* Czy dowiedziałeś się czegoś o swojej stronie partnerskiej?
* Czy łatwiej było współpracować w parze, aby wymyślić argument, czy samodzielnie?
 | 15 minut20 minut | Miejsce szkolenia z wyposażeniem informatycznymFlipchart i markeryKarta zgłoszeniaDługopisy i materiały do notowania dla uczestników | Ćwiczenie polegające na odgrywaniu ról w celu sprawiedliwego zarządzania konfliktem.  |
| Ćwiczenie 2: Co nas złości* Prowadzący daje uczestnikom trochę papieru. Powiedz uczestnikom, że mają spędzić następne 10 minut na spisaniu jak największej liczby swoich rodzin i własnych czynników „wyzwalaczy”.
* Po upływie 10 minut moderator(y) powinien(powinni) poprowadzić grupę do dyskusji na temat ich "punktów zapalnych", korzystając z następujących pytań pomocniczych:
* Teraz, gdy jesteś świadomy niektórych swoich emocjonalnych gorących przycisków, co możesz z tym zrobić?
* Jakie są niektóre sposoby, aby nauczyć się rozpoznawać i kontrolować nasze gorące przyciski podczas interakcji z innymi?
* Czy łatwo czy trudno było zidentyfikować gorące punkty naszego członka rodziny?
* Jak to pomaga nam skuteczniej radzić sobie z konfliktem w naszej rodzinie?
 | 25 minut | Miejsce szkolenia z wyposażeniem informatycznym Flipchart i markeryDługopisy i materiały do notowania dla uczestników | Faktyczna znajomość czynników wyzwalających konflikt we własnej rodziniePoznanie czynników wyzwalających konflikt we własnej rodzinieOtwartość na identyfikację czynników wyzwalających konflikt w rodzinie własnejPlanowanie, jak zarządzać tymi bodźcami, aby złagodzić konfliktZauważenie, że wyzwalacze nie muszą prowadzić do konfliktu |
| Ćwiczenie 3: Każdy wygrywa* Prowadzący dzieli uczestników na grupy po 4 osoby. Każda grupa będzie składała się z dwóch par. Przypisz każdą parę jako zespół A lub zespół B.
* Prowadzący rozdaje każdej parze uczestników Arkusz 2.1 (albo zespół A albo zespół B).
* Każda grupa ma 30 minut na rozpoczęcie rozwiązywania konfliktu przedstawionego w scenariuszu. Muszą dojść do sytuacji, w której obie strony wygrają.
* Po tym, jak grupa wypracuje rozwiązanie, moderator(ka) powinien(a) dać im czas na dokończenie oceny. Uczestnicy mają 10 minut na wykonanie tego ćwiczenia.
* Po upływie 10 minut moderator lub moderatorzy powinni poprosić każdą grupę o wyjaśnienie, na jakie rozwiązanie wpadła i jak do niego doszła.
 | 50 minut | Miejsce szkolenia z wyposażeniem informatycznym Flipchart i markeryDługopisy i materiały do notowania dla uczestnikówArkusz 2.1 | Rzeczowa wiedza o tym, jak sprawiedliwie rozwiązywać konflikty.Przećwiczenie odgrywania ról w celu sprawiedliwego zarządzania konfliktem. |
| Zamknięcie warsztatów* Prowadzący kończy warsztat krótkim slajdem podsumowującym i odpowiada na wszelkie pytania uczestników dotyczące poznanego dziś materiału.
	+ - Jeśli uczestnicy mają jakieś pytania, na które moderator(ka) nie może odpowiedzieć, powinien(a) przekierować uczestników do zasobów mikro-learningowych zawartych w tym zestawie narzędzi.
* Prowadzący powinien rozdać uczestnikom pozostałe arkusze z zadaniami do samodzielnej nauki.
* Prowadzący dziękuje uczestnikom za udział i zamyka warsztat.
 | 10 minut | Miejsce szkolenia z wyposażeniem informatycznymFlipchart i markeryDługopisy i materiały do notowania dla uczestników |  |
| **Całkowity czas trwania modułu** | **2 godziny** |  |  |

|  |
| --- |
| **Tytuł modułu: Zarządzanie i rozwiązywanie konfliktów w rodzinach Sesja #2 - Rozwiązywanie konfliktów** |
| **Opis działań edukacyjnych** | **Czas (minuty)** | **Wymagane materiały/sprzęt** | **Efekty kształcenia** |
| Otwarcie warsztatów:* Prowadzący otwiera warsztat witając wszystkich uczestników i wprowadzając temat **Zarządzanie i rozwiązywanie konfliktów w rodzinach.**
* Moderator(ka) wprowadzi temat sesji i wyjaśni istotne informacje i umiejętności z tej jednostki zgodnie z prezentacją.

Ćwiczenie 1: Lista kontrolna konfliktu* Prowadzący dzieli uczestników na grupy po 4 osoby. Upewnij się, że każda grupa ma jeden arkusz papieru do flipchartu i marker.
* Prowadzący daje grupom 15 minut na wymyślenie listy kontrolnej dotyczącej rozwiązywania konfliktów, zawierającej co najmniej 10 wskazówek.
* Po upływie czasu, moderator(ka) powinien(a) zebrać listy kontrolne i wywiesić je gdzieś w pomieszczeniu.
* Facylitator(y) prowadzi(ą) grupę w małej dyskusji na temat tego, co napisali uczestnicy i zachęca uczestników do udzielenia informacji zwrotnej na temat list kontrolnych innych osób.
 | 15 minut20 minut | Miejsce szkolenia z wyposażeniem informatycznymFlipchart i markeryKarta zgłoszeniaDługopisy i materiały do notowania dla uczestników | Faktyczna znajomość technik rozwiązywania konfliktówFaktyczna znajomość czynników wyzwalających konflikt we własnej rodzinieOmówienie różnych technik rozwiązywania konfliktów w rodzinieZaplanuj, jak zarządzać tymi bodźcami, aby złagodzić konflikt |
| Ćwiczenie 2: Zmiana perspektywy* Celem tego ćwiczenia jest skłonienie uczestników do ćwiczenia używania stwierdzeń "ja".
* Prowadzący rozdają uczestnikom Arkusz 2.2. Zawiera on pięć scenariuszy, w których uczestnicy będą mieli za zadanie sformułować zdania typu "ja". Prowadzący wyznacza 20 minut na wypełnienie arkusza.
* Po upływie czasu, prowadzący robi przegląd różne odpowiedzi sformułowane przez uczestników. Dając uczestnikom czas na zadanie ewentualnych pytań innym grupom, dlaczego wybrali swoje sformułowania.
 | 30 minut | Miejsce szkolenia z wyposażeniem informatycznymFlipchart i markeryDługopisy i materiały do notowania dla uczestnikówArkusz 2.2 | Wiedza faktograficzna na temat używania komunikatów "ja", a nie "ty" podczas rozwiązywania konfliktuĆwiczenie używania komunikatów "ja" i "ty" i sprawdzanie, jak każdy z nich sprawia, że czujesz się jako odbiorcaZrozumienie, jak własne słowa mogą sprawić, że inni się poczują |
| Ćwiczenie 3: Udawane mediacje* Prowadzący dzielą uczestników na grupy 3-osobowe. Wyznacz jednego członka grupy jako mediatora. Pozostali uczestnicy będą odgrywać role stron w przedstawionych filmach. Rozdaj każdemu uczestnikowi Arkusz 2.3, aby wypełnił go w roli mediatora.
* Prowadzący pokazuje uczestnikom scenkę zawartą w prezentacji. Postaw przed uczestnikami wyzwanie rozwiązania sporu w ciągu 10 minut.
* Prowadzący obserwować każdą grupę podczas mediacji, aby upewnić się, że wszystkie strony używają różnych technik, których się nauczyły, w tym stwierdzeń "ja", technik mediacji i rozwiązywania problemów.
* Po upływie 10 minut pokaż grupie drugi film i zmień mediatorów.
* Powtarzaj to do momentu, aż wszystkie trzy filmy zostaną pokazane i wszyscy trzej uczestnicy będą mieli szansę być mediatorem.
* Prowadzący prowadzi grupowe ćwiczenie refleksyjne po zakończeniu ćwiczenia, pytając każdą grupę, w jaki sposób rozwiązała omawiane problemy i jakie były wyniki mediacji.
 | 45 minut | Miejsce szkolenia z wyposażeniem informatycznym Flipchart i markeryDługopisy i materiały do notowania dla uczestnikówArkusz 2.3 | Rzeczowa wiedza o tym, jak sprawiedliwie rozwiązywać konflikty.Wiedza faktograficzna na temat używania komunikatów "ja", a nie "ty" podczas rozwiązywania konfliktuWeź udział w ćwiczeniu polegającym na odgrywaniu ról w celu sprawiedliwego zarządzania konfliktem.Ćwiczenie używania komunikatów "ja" i "ty" i sprawdzanie, jak każdy z nich sprawia, że czujesz się jako uczestnik.Zrozumienie, jak własne słowa mogą sprawić, że inni się poczująGotowość do praktykowania sprawiedliwego rozwiązywania konfliktów |
| Zamknięcie warsztatów* Prowadzący kończy warsztat krótkim slajdem podsumowującym i odpowiada na wszelkie pytania uczestników dotyczące poznanego dziś materiału.
	+ - Jeśli uczestnicy mają jakieś pytania, na które moderator(ka) nie może odpowiedzieć, powinien(a) przekierować uczestników do zasobów mikro-learningowych zawartych w tym zestawie narzędzi.
* Prowadzący powinien rozdać uczestnikom pozostałe arkusze z zadaniami do samodzielnej nauki.
* Prowadzący dziękuje uczestnikom za udział i zamyka warsztat.
 | 10 minut | Miejsce szkolenia z wyposażeniem informatycznymFlipchart i markeryDługopisy i materiały do notowania dla uczestników |  |
| **Całkowity czas trwania modułu** | **2 godziny** |  |  |