|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **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 minut  20 minut | Miejsce szkolenia z wyposażeniem informatycznym  Flipchart i markery  Karta zgłoszenia  Długopisy 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 markery  Długopisy i materiały do notowania dla uczestników | Faktyczna znajomość czynników wyzwalających konflikt we własnej rodzinie  Poznanie czynników wyzwalających konflikt we własnej rodzinie  Otwartość na identyfikację czynników wyzwalających konflikt w rodzinie własnej  Planowanie, jak zarządzać tymi bodźcami, aby złagodzić konflikt  Zauważenie, 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 markery  Długopisy i materiały do notowania dla uczestników  Arkusz 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 informatycznym  Flipchart i markery  Długopisy 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 minut  20 minut | Miejsce szkolenia z wyposażeniem informatycznym  Flipchart i markery  Karta zgłoszenia  Długopisy i materiały do notowania dla uczestników | Faktyczna znajomość technik rozwiązywania konfliktów  Faktyczna znajomość czynników wyzwalających konflikt we własnej rodzinie  Omówienie różnych technik rozwiązywania konfliktów w rodzinie  Zaplanuj, 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 informatycznym  Flipchart i markery  Długopisy i materiały do notowania dla uczestników  Arkusz 2.2 | Wiedza faktograficzna na temat używania komunikatów "ja", a nie "ty" podczas rozwiązywania konfliktu  Ćwiczenie używania komunikatów "ja" i "ty" i sprawdzanie, jak każdy z nich sprawia, że czujesz się jako odbiorca  Zrozumienie, 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 markery  Długopisy i materiały do notowania dla uczestników  Arkusz 2.3 | Rzeczowa wiedza o tym, jak sprawiedliwie rozwiązywać konflikty.  Wiedza faktograficzna na temat używania komunikatów "ja", a nie "ty" podczas rozwiązywania konfliktu  Weź 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 poczują  Gotowość 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 informatycznym  Flipchart i markery  Długopisy i materiały do notowania dla uczestników |  |
| **Całkowity czas trwania modułu** | **2 godziny** |  |  |