OPIS SZKOLENIA

Szkolenie pt. „Komunikacja w zespole – skuteczność, zrozumienie, współpraca”

Podczas szkolenia uczestnicy dowiedzą się, jak poszerzyć wiedzę i nabyć praktyczne umiejętności z zakresu efektywnej komunikacji ze współpracownikami. Podniosą kompetencje w radzeniu sobie z barierami komunikacyjnymi i trudnymi sytuacjami w zespole oraz jak zbudować relacje nastawione na współpracę i skuteczne osiąganie wspólnych celów zespołowych.

Główny cel: Celem szkolenia jest rozwój kompetencji komunikacyjnych uczestników w środowisku pracy zespołowej, z uwzględnieniem kultury feedbacku, komunikacji emocji, inteligencji emocjonalnej oraz różnic pokoleniowych.

Zakres i harmonogram szkolenia

- **Liczba uczestników:** 60 osób.
- **Organizacja zajęć:** 3 grupy po 20 osób.
- **Czas trwania:** 2 dni (łącznie 16 godziny dydaktyczne) dla każdej grupy.

Program szkolenia

Podstawy komunikacji interpersonalnej
- Zasady komunikacji werbalnej i niewerbalnej
- Rola tonu głosu, mowy ciała i intencji
- Bariery komunikacyjne i sposoby ich przełamywania

Kultura feedbacku
- Czym jest konstruktywny feedback i dlaczego jest ważny
- Modele udzielania informacji zwrotnej (np. SBI, FUKO)
- Ćwiczenia praktyczne: udzielanie i przyjmowanie feedbacku

Inteligencja emocjonalna w pracy zespołowej
- Rozwijanie samoświadomości i empatii
- Rozpoznawanie i wyrażanie emocji w komunikacji
- Regulacja emocji w sytuacjach stresowych

Komunikacja międzypokoleniowa
- Charakterystyka pokoleń (X, Y, Z, Boomers) - różnice w wartościach i stylach pracy
- Narzędzia wspierające komunikację między pokoleniami
- Zapobieganie konfliktom wynikającym z różnic pokoleniowych

Słuchanie empatyczne i budowanie zaufania
- Techniki aktywnego słuchania
- Parafrazowanie i zadawanie pytań pogłębiających
- Zaufanie jako fundament współpracy zespołowej

Część warsztatowa
- Interaktywne ćwiczenia i scenki sytuacyjne
- Analiza przypadków komunikacyjnych
- Moderowane dyskusje w grupach

Projekt pt. „Wiedza kluczem do sukcesu” jest współfinansowany przez Unię Europejską ze środków Europejskiego Funduszu Społecznego Plus w ramach Programu Fundusze Europejskie dla Lubuskiego 2021 – 2027 w ramach Priorytetu 6 Fundusze Europejskie na wsparcie obywateli, Działanie 6.8 Edukacja dorosłych

- Praca na przykładach uczestników (zalecenie: przygotowanie własnych wyzwań komunikacyjnych)
- Szablony do stosowania feedbacku
- Mini-przewodnik po stylach komunikacyjnych

Podsumowanie, dyskusja, wnioski

Forma i logistyka realizacji szkoleń

- **Forma realizacji:** Szkolenia realizowane będą w formie **stacjonarnej** w sali szkoleniowej Urzędu Marszałkowskiego Województwa Lubuskiego.
- **Termin realizacji:** Wszystkie szkolenia zostaną zrealizowane w latach 2026-2028, zgodnie ze szczegółowym harmonogramem naboru.