



FUNDACJA  
EDUKACJA  
DLA DEMOKRACJI



POMOST

# PROGRAM WARSZTATÓW I SZKOLEŃ

## Kompetencje społeczne w czasach pandemii. Jak możemy pomagać?

Świebodzin, wrzesień 2020 r.

Projekt "Kompetencje społeczne w czasach pandemii. Jak możemy pomagać?" realizowany przez Stowarzyszenie na Rzecz Edukacji "Pomost" od 15.09.2020. do 30.06.2021 r, jest finansowany w ramach Programu „Fundusz pomocowy dla organizacji pozarządowych oraz inicjatyw obywatelskich 2020 utworzonego przez Polsko-Amerykańską Fundację Wolności, realizowanego przez Fundację Edukacja dla Demokracji”  
UMOWA nr FP-2020-D-20.



FUNDACJA  
EDUKACJA  
DLA DEMOKRACJI



POMOST

## 1. Wstęp

### 1.1 Okoliczności powstania programu

Program „Kompetencje społeczne w czasach pandemii. Jak możemy pomagać?” został opracowany przez Stowarzyszenie na Rzecz Edukacji "Pomost" z myślą o realizacji projektu „Kompetencje społeczne w czasie pandemii. Jak możemy pomagać?”

Nasze Stowarzyszenie w okresie pandemii zetknęło się problemem braku wolontariuszy do opieki nad niesamodzielnymi seniorami przebywającymi w swoich domach, a następnie go zdiagnozowało. Badanie przeprowadzone wśród 20 osób dorosłych wskazało, że wiedza na temat zasad wolontariatu jest niewystarczająca, żeby nie powiedzieć nikła. Stwierdziliśmy istnienie licznych stereotypów związanych ze zjawiskiem pandemii COVID-19, związany być może z niskim poziomem kompetencji społecznych badanych osób. Czynniki te wpływają zdecydowanie negatywnie na podjęcie decyzji i wytrwanie w realizacji pomocy osobom potrzebującym w podeszłym wieku.

Forma lokalnej odpowiedzi na ww. problem, stała się złożone działanie Stowarzyszenia: w okresie od września 2020 r. do czerwca 2021r. Stowarzyszenie rekrutuje 30 osób dorosłych, którzy poprzez szkolenia i warsztaty trwające łącznie 180 h rozwiną swoje kompetencje społeczne, zdobędą wiedzę na temat wolontariatu oraz na temat bezpiecznego pomagania i wykorzystania sprzętu ICT do pomagania seniorom.

Pandemia spowodowała ograniczenia w działalności w zakresie wsparcia seniorów w tym Dziennego Domu Opieki, asystentury w miejscu zamieszkania i w Klubie Seniora. Kryzys wymusił konieczność czasowego zamykania domu opieki i klubu seniora i jednoczesną potrzebę objęcia wsparciem podopiecznych przebywających w swoich domach. Zmieniły się formy opieki związane z ograniczeniami: zmieniliśmy formy wsparcia seniorów z bezpośrednich na pośrednie. Ujawnił się wkrótce największy problem: niewystarczająca liczba pracowników do pracy w terenie, a także brak wolontariuszy gotowych do pomocy innym. Dla sprawnego kontynuowania pomocy niezbędne jest wobec tego przygotowanie wolontariuszy wśród osób dorosłych, którzy mogliby być wsparciem w udzielaniu pomocy seniorom w czasie pandemii. Zaplanowaliśmy przeszkolenie 30 osób w tym zakresie.

Wstępne rozeznanie (wśród 20 osób dorosłych (10 kobiet) z potencjalnej grupy docelowej przeprowadzane w lipcu 2020 r.) pozwoliło na sformułowanie problemów: niski poziom kompetencji społecznych (95%), niewystarczająca wiedza na temat zasad wolontariatu (80%), metod pomocy seniorom w ich domach (90%), zasad zachowania bezpieczeństwa podczas działań wspierających (60%), metod logistycznego dostarczania seniorom posiłków i zakupów (90%), niewystarczanie umiejętności ICT do kontaktów on-line (70%). Aby być przygotowanym na kolejne zdalne działanie w przypadku ponownego zamknięcia domów opieki i klubów seniora, postanowiliśmy przeszkolić 30 chętnych osób dorosłych z zakresu kompetencji społecznych i zasad wolontariatu, szkolenia będą dodatkowo wzbogacone o zasady bezpieczeństwa w pomaganiu w czasie pandemii.

Projekt "Kompetencje społeczne w czasach pandemii. Jak możemy pomagać?" realizowany przez Stowarzyszenie na Rzecz Edukacji "Pomost" od 15.09.2020. do 30.06.2021 r, jest finansowany w ramach Programu „Fundusz pomocowy dla organizacji pozarządowych oraz inicjatyw obywatelskich 2020 utworzonego przez Polsko-Amerykańską Fundację Wolności, realizowanego przez Fundację Edukacja dla Demokracji" UMOWA nr FP-2020-D-20.



FUNDACJA  
EDUKACJA  
DLA DEMOKRACJI



## 1.2 Założenia Programu

Ramowy Program merytoryczny szkoleń i warsztatów.

Szkoleniami objętych będzie 30 osób , podzielonych na 3 grupy po 10 osób w każdej.

Dla każdej grupy zaplanowano 10 spotkań w cyklu po 6 godzin , łącznie 60 h dla grupy.

Szkolenia / warsztaty zawierają będą zawierać następujące formy , elementy i treści:

1. Treści wprowadzające-wyjaśniające.

2. Zajęcia warsztatowe – przećwiczenie i doświadczenie skuteczności praktycznej oraz budowanie (rozwój) własnych zasobów i doświadczenia.

3. Ustabilizowanie nowej wiedzy i doświadczenia w projektowaniu działań zorientowanych na poprawę relacji społecznych i pomoc potrzebującym.

Uwaga: zajęcia mogą być prowadzone przez dwie osoby: jedna wiodąca, druga wpierająca czynności warsztatowe w dialogu , wskazując dobrym przykładem wartość działań wspólnotowych na rzecz innych.

Tematy zajęć z kompetencji społecznych :

1. Kompetencje międzykulturowe i otwartość na bycie z „innym”.

2. Formy nawiązywania relacji interpersonalnych oraz zasady organizowania współpracy i działań zespołowych/wspólnotowych .

3. Zasady właściwej komunikacji interpersonalnej. Aktywne słuchanie i mowa ciała jako elementy komunikacji interpersonalnej.

4. Rola i znaczenie motywacji w życiu człowieka oraz sposoby wywierania wpływu w kształtowaniu postaw.

5. Identyfikacja i rozwiązywanie problemów. Techniki rozwiązywania konfliktów w tym przejmowanie odpowiedzialności w technice zadawania pytań .

6. Metody i formy wspierania /pomagania innym. Rola doradztwa i mentoringu w życiu społecznym.

7. Opieranie się na faktach w rozwiązywaniu problemów. Sposoby diagnozy i metody poznania.

8. Umiejętność pokonywania konfliktów i konstruktywna krytyka.

9. Instruowanie innych osób w sytuacjach kryzysowych.

10. Rola i znaczenie osiągnięcia kompromisu w życiu grupy.

Program będzie zawierał zagadnienia podstawowych kompetencji ICT , aby umożliwić zdalną pomoc w czasie pandemii:

1. Możliwości wykorzystania smartfona w pracy wolontariusza.

2. Możliwości wykorzystania komputera w pracy wolontariusza.

Program będzie zawierał podstawowe informacje o umowie wolontariackiej:

1. Jak zostać wolontariuszem ?

2. Zasady ubezpieczenia wolontariusza.

Program będzie zawierał informacje o zachowaniu bezpieczeństwa w czasie pandemii:

1. Środki dezynfekujące i ich stosowanie .

2. Zasady utrzymywania bezpiecznej odległości .

Projekt "Kompetencje społeczne w czasach pandemii. Jak możemy pomagać?" realizowany przez Stowarzyszenie na Rzecz Edukacji "Pomost" od 15.09.2020. do 30.06.2021 r, jest finansowany w ramach Programu „Fundusz pomocowy dla organizacji pozarządowych oraz inicjatyw obywatelskich 2020 utworzonego przez Polsko-Amerykańską Fundację Wolności, realizowanego przez Fundację Edukacja dla Demokracji"

UMOWA nr FP-2020-D-20.



FUNDACJA  
EDUKACJA  
DLA DEMOKRACJI



### 3. Ubrania ochronne i ich stosowanie.

Opracowanie Programu wraz z konspektami zajęć pozwoli na jego wielokrotne wykorzystywanie w pracy stowarzyszenia w celu przygotowywania kolejnych grup wolontariuszy do pracy w czasie pandemii.

## 1.3 Cele Programu

Cel ogólny:

Wzrost kompetencji społecznych u 30 osób dorosłych (20 kobiet) niezbędnych do pracy wolontariackiej w okresie pandemii poprzez zorganizowanie 180 h szkoleń i warsztatów nakierowane na wsparcie seniorów w czasie realizacji projektu.

8. Cele szczegółowe:

a) cel szczegółowy 1

Wzrost wiedzy na temat zasad realizacji wolontariatu u 30 osób ( 20 Kobiet) w czasie trwania projektu.

b) cel szczegółowy 2

Wzrost kompetencji społecznych u 30 osób ( 20 Kobiet) w czasie trwania projektu .

c) cel szczegółowy 3

Wzrost umiejętności ICT u 20 osób(10 kobiet) niezbędnych do zdalnego wsparcia seniorów w czasie trwania projektu.

## 1.4 Metody i formy pracy

- wykład i pogadanka;
- praktyczne zajęcia warsztatowe z wykorzystaniem metod aktywizujących
- zajęcia z wykorzystaniem TIK;

## 1.5 Baza techniczna:

- wykorzystanie 10 stanowisk komputerowych;
- dostęp do sieci internetowej;
- podstawowe programy użytkowe on line;
- materiały papiernicze, biurowe,
- gry dydaktyczne i karty dialogowe;

Projekt "Kompetencje społeczne w czasach pandemii. Jak możemy pomagać?" realizowany przez Stowarzyszenie na Rzecz Edukacji "Pomost" od 15.09.2020. do 30.06.2021 r, jest finansowany w ramach Programu „Fundusz pomocowy dla organizacji pozarządowych oraz inicjatyw obywatelskich 2020 utworzonego przez Polsko-Amerykańską Fundację Wolności, realizowanego przez Fundację Edukacja dla Demokracji”  
UMOWA nr FP-2020-D-20.

## PROGRAM WARSZTATÓW I SZKOLEŃ DLA GRUPY I

Data	Tytuł zajęć	Czas trwania	Prowadzący	Podpis Prowadzącego
DZIEŃ I 19.09.2020	Blok I-ABC wolontariatu - wprowadzenie	45 minut	Jan Kostyszak	
	Blok II/III Podstawowe kompetencje międzykulturowe. Otwartość na bycie innym.	15 min	Jan Kostyszak	
	Ćwiczenia -Otwartość na potrzeby innych oraz wysokie kompetencje społeczne przepisem na sukces.	1 h	Jan Kostyszak	
	Praktyka w Homini	4h	Jan Kostyszak	
DZIEŃ II 20.09.2020	Blok I-Formalne aspekty wolontariatu	45 minut	Jan Kostyszak	
	Blok II/III Formy nawiązywania relacji interpersonalnych oraz zasady organizowania współpracy i działań zespołowych/wspólnotowych	15 min	Jan Kostyszak	
	Ćwiczenia Na czym polega dobra praca w zespole. Ustalanie skład zespołu, efektywnie współpracujemy i podejmujemy decyzje. Korzyści z pracy zespołowej we wspólnych przedsięwzięciach.	1 h	Jan Kostyszak	
	Praktyka w Homini	4h	Jan Kostyszak	
DZIEŃ III 21.09.2020	Blok I-Organizacje wolontariackie w Polsce.	45 minut	Jan Kostyszak	
	Blok II/III Zasady właściwej komunikacji interpersonalnej. Aktywne słuchanie i mowa ciała jako elementy komunikacji interpersonalnej.	15 min	Jan Kostyszak	

	Ćwiczenia Nauka wpływania mową ciała na rozmowę, odczytywanie intencji.- nauczenie się jak analizować konkretne zachowania niewerbalne rozmówcy,- ćwiczenie mowy ciała, poprawiające warsztat mówcy - lepsza komunikacja	1 h	Jan Kostyszak	
	Praktyka w Homini	4h	Jan Kostyszak	
DZIEŃ IV 26.09.2020	Blok I-Ustawa o wolontariacie – praktyczne zastosowanie	45 minut	Jan Kostyszak	
	Blok II/III Rola i znaczenie motywacji w życiu człowieka oraz sposoby wywierania wpływu w kształtowaniu postaw .	15 min	Jan Kostyszak	
	Ćwiczenia Rozpoznanie podstawowych reguły wywierania wpływu , stosowanie sprawdzonych mechanizmów. Język perswazji. Metody motywacji.	1h	Jan Kostyszak	
	Praktyka w Homini	4h	Jan Kostyszak	
DZIEŃ V 27.09.2020	Blok I-Wykorzystanie Social Media w pracy wolontariusza.	45 minut	Jan Kostyszak	
	Blok II/III Identyfikacja i rozwiązywanie problemów. Techniki rozwiązywania konfliktów w tym przejmowanie odpowiedzialności w technice zadawania pytań .	15 min	Jan Kostyszak	
	Ćwiczenia 7 technik efektywnego rozwiązywania konfliktów w praktyce.	1 h	Jan Kostyszak	
	Praktyka w Homini	4h	Jan Kostyszak	
DZIEŃ VI 28.09.2020	Blok I-Wolontariat w sieci – dobre praktyki	45 minut	Jan Kostyszak	
	Blok II/III Metody i formy wspierania /pomagania innym. Rola doradztwa i mentoringu w życiu społecznym.	15 min	Jan Kostyszak	
	Ćwiczenia Od internauty do e – wolontariusza.	0 h	Jan Kostyszak	



FUNDACJA  
EDUKACJA  
DLA DEMOKRACJI



	Praktyka w Homini	4h	Jan Kostyszak	
DZIEŃ VII 29.09.2020	Blok I-Wolontariat w sieci – dobre praktyki	45 minut	Bartosz Jażdżewski	
	Blok II/III Opieranie się na faktach w rozwiązywaniu problemów. Sposoby diagnozy i metody poznania	15 min	Bartosz Jażdżewski	
	Ćwiczenia Crowdfunding i e-dobroczynność. Crowdsourcing .	1 h	Bartosz Jażdżewski	
	Praktyka w Homini	4h	Bartosz Jażdżewski	
DZIEŃ VIII 02.10.2020	Blok I-Wolontariat w czasie pandemii	45 minut	Bartosz Jażdżewski	
	Blok II/III Umiejętność pokonywania konfliktów i konstruktywna krytyka.	15 min	Bartosz Jażdżewski	
	Ćwiczenia Praktyczne zastosowanie zasad bezpieczeństwa w czasie pandemii. Od internauty do e – wolontariusza.	2 h	Bartosz Jażdżewski	
	Praktyka w Homini	4h	Bartosz Jażdżewski	
DZIEŃ IX 03.10.2020	Blok I-Typy e- wolontariatu i ich zastosowanie w Polsce .	45 minut	Bartosz Jażdżewski	
	Blok II/III Instruowanie innych osób w sytuacjach kryzysowych.	15 min	Bartosz Jażdżewski	
	Ćwiczenia Wolontariusze w sieci , tworzenie przykładowego projektu w ramach e- wolontariatu	1 h	Bartosz Jażdżewski	
	Praktyka w Homini	4h	Bartosz Jażdżewski	
DZIEŃ X 04.10.2020	Blok I-Bazy projektów wolontariackich. Wspólne przedsięwzięcia .	45 minut	Bartosz Jażdżewski	
	Blok II/III Rola i znaczenie osiągnięcia kompromisu w życiu grupy.	15 min	Bartosz Jażdżewski	
	Ćwiczenia -Praktyczne budowanie własnych zasobów do prowadzenia	1 h	Bartosz Jażdżewski	

Projekt "Kompetencje społeczne w czasach pandemii. Jak możemy pomagać?" realizowany przez Stowarzyszenie na Rzecz Edukacji "Pomost" od 15.09.2020. do 30.06.2021 r, jest finansowany w ramach Programu „Fundusz pomocowy dla organizacji pozarządowych oraz inicjatyw obywatelskich 2020 utworzonego przez Polsko-Amerykańską Fundację Wolności, realizowanego przez Fundację Edukacja dla Demokracji”  
UMOWA nr FP-2020-D-20.

	wolontariatu na konkretnym przykładzie działalności.			
	Praktyka w Homini	4h	Bartosz Jażdżewski	

## PROGRAM WARSZTATÓW I SZKOLEŃ DLA GRUPY II

Data	Tytuł zajęć	Czas trwania	Prowadzący	Podpis Prowadzącego
DZIEŃ I 10.10.2020	Blok I-ABC wolontariatu -wprowadzenie	45 minut	Bartosz Jażdżewski	
	Blok II/III Podstawowe kompetencje międzykulturowe. Otwartość na bycie innym.	15 min	Bartosz Jażdżewski	
	Ćwiczenia -Otwartość na potrzeby innych oraz wysokie kompetencje społeczne przepisem na sukces.	1 h	Bartosz Jażdżewski	
	Praktyka w Homini	4h	Bartosz Jażdżewski	
DZIEŃ II 02.11.2020	Blok I-Formalne aspekty wolontariatu	45 minut	Małgorzata Jażdżewska	
	Blok II/III Formy nawiązywania relacji interpersonalnych oraz zasady organizowania współpracy i działań zespołowych/wspólnotowych	15 min	Małgorzata Jażdżewska	
	Ćwiczenia Na czym polega dobra praca w zespole. Ustalanie skład zespołu, efektywnie współpracujemy i podejmujemy decyzje. Korzyści z pracy zespołowej we wspólnych przedsięwzięciach.	1 h	Małgorzata Jażdżewska	
	Praktyka w Homini	4h	Małgorzata Jażdżewska	
DZIEŃ III 07.11.2020	Blok I-Organizacje wolontariackie w Polsce.	45 minut	Małgorzata Jażdżewska	
	Blok II/III Zasady właściwej komunikacji interpersonalnej. Aktywne słuchanie i mowa ciała jako elementy komunikacji interpersonalnej.	15 min	Małgorzata Jażdżewska	
	Ćwiczenia Nauka wpływania mową ciała na rozmówcę, odczytywanie intencji.- nauczenie się jak analizować konkretne zachowania niewerbalne rozmówcy,- ćwiczenie mowy ciała, poprawiające warsztat mówcy - lepsza komunikacja	1 h	Małgorzata Jażdżewska	
	Praktyka w Homini	4h	Małgorzata Jażdżewska	
DZIEŃ IV	Blok I-Ustawa o wolontariacie – praktyczne zastosowanie	45 minut	Małgorzata Jażdżewska	





FUNDACJA  
EDUKACJA  
DLA DEMOKRACJI



09.11.2 020	Blok II/III Rola i znaczenie motywacji w życiu człowieka oraz sposoby wywierania wpływu w kształtowaniu postaw .	15 min	Małgorzata Jażdżewska	
	Ćwiczenia Rozpoznanie podstawowych reguły wywierania wpływu , stosowanie sprawdzonych mechanizmów. Język perswazji. Metody motywacji.	1h	Małgorzata Jażdżewska	
	Praktyka w Homini	4h	Małgorzata Jażdżewska	
DZIEŃ V 14.11.2 020	Blok I-Wykorzystanie Social Media w pracy wolontariusza.	45 minut	Małgorzata Jażdżewska	
	Blok II/III Identyfikacja i rozwiązywanie problemów. Techniki rozwiązywania konfliktów w tym przejmowanie odpowiedzialności w technice zadawania pytań .	15 min	Małgorzata Jażdżewska	
	Ćwiczenia 7 technik efektywnego rozwiązywania konfliktów w praktyce.	1 h	Małgorzata Jażdżewska	
	Praktyka w Homini	4h	Małgorzata Jażdżewska	
DZIEŃ VI 16.11.2 020	Blok I-Wolontariat w sieci – dobre praktyki	45 minut	Małgorzata Jażdżewska	
	Blok II/III Metody i formy wspierania /pomagania innym. Rola doradztwa i mentoringu w życiu społecznym.	15 min	Małgorzata Jażdżewska	
	Ćwiczenia Od internauty do e – wolontariusza.	1 h	Małgorzata Jażdżewska	
	Praktyka w Homini	4h	Małgorzata Jażdżewska	
DZIEŃ VII 17.11.2 020	Blok I-Wolontariat w sieci – dobre praktyki	45 minut	Małgorzata Jażdżewska	
	Blok II/III Opieranie się na faktach w rozwiązywaniu problemów. Sposoby diagnozy i metody poznania	15 min	Małgorzata Jażdżewska	
	Ćwiczenia Crowdfunding i e- dobroczynność. Crowdsourcing .	1 h	Bartosz Jażdżewski	
	Praktyka w Homini	4h	Małgorzata Jażdżewska	
DZIEŃ VIII 19.11.2 020	Blok I-Wolontariat w czasie pandemii	45 minut	Bartosz Jażdżewski	
	Blok II/III Umiejętność pokonywania konfliktów i konstruktywna krytyka.	15 min	Bartosz Jażdżewski	
	Ćwiczenia Praktyczne zastosowanie zasad bezpieczeństwa w czasie pandemii. Od internauty do e – wolontariusza.	1 h	Bartosz Jażdżewski	
	Praktyka w Homini	4h	Bartosz Jażdżewski	
DZIEŃ IX 24.11.2 020	Blok I-Typy e- wolontariatu i ich zastosowanie w Polsce .	45 minut	Bartosz Jażdżewski	
	Blok II/III Instruowanie innych osób w sytuacjach kryzysowych.	15 min	Bartosz Jażdżewski	
	Ćwiczenia Wolontariusze w sieci , tworzenie przykładowego projektu w ramach e- wolontariatu	1 h	Bartosz Jażdżewski	
	Praktyka w Homini	4h	Bartosz Jażdżewski	

Projekt "Kompetencje społeczne w czasach pandemii. Jak możemy pomagać?" realizowany przez Stowarzyszenie na Rzecz Edukacji "Pomost" od 15.09.2020. do 30.06.2021 r, jest finansowany w ramach Programu „Fundusz pomocowy dla organizacji pozarządowych oraz inicjatyw obywatelskich 2020 utworzonego przez Polsko-Amerykańską Fundację Wolności, realizowanego przez Fundację Edukacja dla Demokracji" UMOWA nr FP-2020-D-20.

DZIEŃ X 26.11.2020	Blok I-Bazy projektów wolontariackich. Wspólne przedsięwzięcia .	45 minut	Bartosz Jażdżewski	
	Blok II/III Rola i znaczenie osiągania kompromisu w życiu grupy.	15 min	Bartosz Jażdżewski	
	Ćwiczenia -Praktyczne budowanie własnych zasobów do prowadzenia wolontariatu na konkretnym przykładzie działalności.	1 h	Bartosz Jażdżewski	
	Praktyka w Homini	4h	Bartosz Jażdżewski	

## PROGRAM WARSZTATÓW I SZKOLEŃ DLA GRUPY III

Data	Tytuł zajęć	Czas trwania	Prowadzący	Podpis Prowadzącego
DZIEŃ I 2.04.2021	Blok I-ABC wolontariatu -wprowadzenie	45 minut	Małgorzata Jażdżewska	
	Blok II/III Podstawowe kompetencje międzykulturowe. Otwartość na bycie innym.	15 min	Małgorzata Jażdżewska	
	Ćwiczenia -Otwartość na potrzeby innych oraz wysokie kompetencje społeczne przepisem na sukces.	1 h	Małgorzata Jażdżewska	
	Praktyka w Homini	4h	Małgorzata Jażdżewska	
DZIEŃ II 03.04.2021	Blok I-Formalne aspekty wolontariatu	45 minut	Małgorzata Jażdżewska	
	Blok II/III Formy nawiązywania relacji interpersonalnych oraz zasady organizowania współpracy i działań zespołowych/wspólnotowych	15 min	Małgorzata Jażdżewska	
	Ćwiczenia Na czym polega dobra praca w zespole. Ustalanie skład zespołu, efektywnie współpracujemy i podejmujemy decyzje. Korzyści z pracy zespołowej we wspólnych przedsięwzięciach.	1 h	Małgorzata Jażdżewska	
	Praktyka w Homini	4h	Małgorzata Jażdżewska	
DZIEŃ III 09.04.2021	Blok I-Organizacje wolontariackie w Polsce.	45 minut	Małgorzata Jażdżewska	
	Blok II/III Zasady właściwej komunikacji interpersonalnej. Aktywne słuchanie i mowa ciała jako elementy komunikacji interpersonalnej.	15 min	Małgorzata Jażdżewska	
	Ćwiczenia Nauka wpływania mową ciała na rozmówcę, odczytywanie intencji.- nauczenie się jak analizować konkretne zachowania niewerbalne rozmówcy,- ćwiczenie mowy ciała, poprawiające warsztat mówcy - lepsza komunikacja	1 h	Małgorzata Jażdżewska	
	Praktyka w Homini	4h	Małgorzata Jażdżewska	

Projekt "Kompetencje społeczne w czasach pandemii. Jak możemy pomagać?" realizowany przez Stowarzyszenie na Rzecz Edukacji "Pomost" od 15.09.2020. do 30.06.2021 r, jest finansowany w ramach Programu „Fundusz pomocowy dla organizacji pozarządowych oraz inicjatyw obywatelskich 2020 utworzonego przez Polsko-Amerykańską Fundację Wolności, realizowanego przez Fundację Edukacja dla Demokracji"

UMOWA nr FP-2020-D-20.

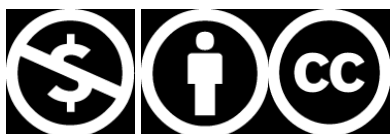
DZIEŃ IV 10.04.2021	Blok I-Ustawa o wolontariacie – praktyczne zastosowanie	45 minut	Małgorzata Jażdżewska	
	Blok II/III Rola i znaczenie motywacji w życiu człowieka oraz sposoby wywierania wpływu w kształtowaniu postaw .	15 min	Małgorzata Jażdżewska	
	Ćwiczenia Rozpoznanie podstawowych reguły wywierania wpływu , stosowanie sprawdzonych mechanizmów. Język perswazji. Metody motywacji.	1h	Małgorzata Jażdżewska	
	Praktyka w Homini	4h	Małgorzata Jażdżewska	
DZIEŃ V 16.04.2021	Blok I-Wykorzystanie Social Media w pracy wolontariusza.	45 minut	Małgorzata Jażdżewska	
	Blok II/III Identyfikacja i rozwiązywanie problemów. Techniki rozwiązywania konfliktów w tym przejmowanie odpowiedzialności w technice zadawania pytań .	15 min	Małgorzata Jażdżewska	
	Ćwiczenia 7 technik efektywnego rozwiązywania konfliktów w praktyce.	1 h	Małgorzata Jażdżewska	
	Praktyka w Homini	4h	Małgorzata Jażdżewska	
DZIEŃ VI 17.04.2021	Blok I-Wolontariat w sieci – dobre praktyki	45 minut	Małgorzata Jażdżewska	
	Blok II/III Metody i formy wspierania /pomagania innym. Rola doradztwa i mentoringu w życiu społecznym.	15 min	Małgorzata Jażdżewska	
	Ćwiczenia Od internauty do e – wolontariusza.	1 h	Małgorzata Jażdżewska	
	Praktyka w Homini	4h	Małgorzata Jażdżewska	
DZIEŃ VII 23.04.2021	Blok I-Wolontariat w sieci – dobre praktyki	45 minut	Małgorzata Jażdżewska	
	Blok II/III Opieranie się na faktach w rozwiązywaniu problemów. Sposoby diagnozy i metody poznania	15 min	Małgorzata Jażdżewska	
	Ćwiczenia Crowdfunding i e- dobroczynność. Crowdsourcing .	1 h	Małgorzata Jażdżewska	
	Praktyka w Homini	4h	Małgorzata Jażdżewska	
DZIEŃ VIII 24.04.2021	Blok I-Wolontariat w czasie pandemii	45 minut	Małgorzata Jażdżewska	
	Blok II/III Umiejętność pokonywania konfliktów i konstruktywna krytyka.	15 min	Małgorzata Jażdżewska	
	Ćwiczenia Praktyczne zastosowanie zasad bezpieczeństwa w czasie pandemii.	1 h	Małgorzata Jażdżewska	
	Praktyka w Homini	4h	Małgorzata Jażdżewska	
DZIEŃ IX 29.04.2021	Blok I-Typy e- wolontariatu i ich zastosowanie w Polsce .	45 minut	Małgorzata Jażdżewska	
	Blok II/III Instruowanie innych osób w sytuacjach kryzysowych.	15 min	Małgorzata Jażdżewska	
	Ćwiczenia Wolontariusze w sieci , tworzenie przykładowego projektu w ramach e- wolontariatu	1 h	Małgorzata Jażdżewska	
	Praktyka w Homini	4h	Małgorzata Jażdżewska	



FUNDACJA  
EDUKACJA  
DLA DEMOKRACJI



DZIEŃ X 30.04.2022 1	Blok I-Bazy projektów wolontariackich. Wspólne przedsięwzięcia .	45 minut	Małgorzata Jażdżewska	
	Blok II/III Rola i znaczenie osiągania kompromisu w życiu grupy.	15 min	Małgorzata Jażdżewska	
	Ćwiczenia -Praktyczne budowanie własnych zasobów do prowadzenia wolontariatu na konkretnym przykładzie działalności.	1 h	Małgorzata Jażdżewska	
	Praktyka w Homini	4h	Małgorzata Jażdżewska	



„Program warsztatów i szkoleń Kompetencje społeczne w czasach pandemii. Jak możemy pomagać?” jest dostępny na licencji Creative Commons „Uznanie autorstwa - Użycie niekomercyjne 4.0 Międzynarodowe” (CC BY-NC 4.0). Pewne prawa zastrzeżone na rzecz Stowarzyszenia na Rzecz Edukacji „Pomost”. Utwór powstał w ramach projektu , realizowanego przez Stowarzyszenie na Rzecz Edukacji „Pomost” przy wykorzystaniu środków Polsko-Amerykańskiej Fundacji Wolności. Zezwala się na dowolne wykorzystanie treści – pod warunkiem zachowania niniejszej informacji, w tym informacji o stosowanej licencji, posiadaczach praw oraz o projekcie „Kompetencje społeczne w czasach pandemii. Jak możemy pomagać?” Treść licencji jest dostępna na stronie <https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/deed.pl>.

Projekt "Kompetencje społeczne w czasach pandemii. Jak możemy pomagać?" realizowany przez Stowarzyszenie na Rzecz Edukacji "Pomost" od 15.09.2020. do 30.06.2021 r, jest finansowany w ramach Programu „Fundusz pomocowy dla organizacji pozarządowych oraz inicjatyw obywatelskich 2020 utworzonego przez Polsko-Amerykańską Fundację Wolności, realizowanego przez Fundację Edukacja dla Demokracji" UMOWA nr FP-2020-D-20.