

PROGRAM SZKOLENIA / WARSZTATU

realizowanego w ramach projektu LLL - DIALOG Z PRZYSZŁOŚCIĄ
współfinansowanego z Europejskiego Funduszu Społecznego

NAZWA SZKOLENIA/ WARSZTATU	NARZĘDZIA KOMUNIKACJI NIEWERBALNEJ
łąćzna liczba godzin	6 godzin szkolenia i 6 godzin certyfikacji
Data opracowania	04.12.2024 r.

Cele szkolenia/ warsztatu

1. Poznanie i zrozumienie zasad komunikacji niewerbalnej.
2. Rozwój umiejętności odczytywania sygnałów niewerbalnych.
3. Świadome stosowanie komunikacji niewerbalnej.
4. Zwiększenie świadomości własnych sygnałów niewerbalnych.
5. Wzmocnienie pewności siebie w relacjach interpersonalnych.
6. Poprawa skuteczności przekazywania informacji.
7. Zdolność do adaptacji w różnych kontekstach kulturowych.
8. Ćwiczenie uważności na sygnały niewerbalne.

Efekty uczenia się osiągnięte w wyniku realizacji szkolenia/ warsztatu

1. Uczestnik zna zasady i mechanizmy komunikacji niewerbalnej.
2. Rozumie wpływ komunikacji niewerbalnej na relacje interpersonalne oraz dynamikę rozmowy.
3. Potrafi zidentyfikować i opisać różne formy komunikacji niewerbalnej w różnych kulturach.
4. Rozróżnia znaczenie i funkcję mowy ciała w różnych kontekstach sytuacyjnych (np. negocjacje, rozmowy biznesowe, spotkania towarzyskie).
5. Uczestnik potrafi odczytywać sygnały niewerbalne wysyłane przez innych.
6. Świadomie stosuje różne elementy komunikacji niewerbalnej, aby skutecznie wpływać na odbiorców i lepiej przekazywać swoje myśli oraz emocje.
7. Kontroluje swoją postawę, mimikę, gestykulację i kontakt wzrokowy w celu budowania profesjonalnego wizerunku i poprawy jakości komunikacji w relacjach zawodowych i osobistych.
8. Dostosowuje swoje zachowania niewerbalne do różnych sytuacji społecznych i zawodowych, uwzględniając kontekst kulturowy i specyfikę grupy.
9. Skutecznie współpracuje w grupie, synchronizując swoje zachowania niewerbalne z innymi członkami zespołu.
10. Uczestnik jest świadomy znaczenia komunikacji niewerbalnej w budowaniu relacji i zaufania w kontaktach międzyludzkich, zarówno prywatnych, jak i zawodowych.
11. Jest otwarty na różnorodność kulturową i elastyczny w dostosowywaniu swojej komunikacji do odbiorców z różnych środowisk i kultur.
12. Jest uważny na subtelne sygnały niewerbalne innych osób i gotów do rozwijania swoich umiejętności interpersonalnych i pogłębiania świadomości własnego wpływu na relacje poprzez modyfikację swojego zachowania niewerbalnego.



Treści programowe (tematyka zajęć)

1. Podstawy komunikacji niewerbalnej.
2. Definicja i znaczenie komunikacji niewerbalnej w codziennych interakcjach.
3. Rola mowy ciała, mimiki, gestykulacji, postawy ciała i intonacji głosu w budowaniu relacji.
4. Odczytywanie i interpretacja sygnałów niewerbalnych; rozpoznawanie emocji i intencji na podstawie mimiki, gestów i postawy ciała.
5. Ćwiczenia praktyczne w analizie sygnałów niewerbalnych w różnych sytuacjach (np. negocjacje, rozmowy biznesowe, relacje towarzyskie).
6. Świadome stosowanie komunikacji niewerbalnej: nauka kontrolowania i dopasowywania własnych gestów, mimiki i postawy ciała do intencji komunikatu.
7. Ćwiczenia nad postawą ciała, otwartością mowy ciała oraz budowaniem pozytywnego wrażenia.
8. Różnice kulturowe w komunikacji niewerbalnej; zrozumienie różnic w interpretacji sygnałów niewerbalnych w różnych kulturach.
9. Ćwiczenia adaptacyjne do międzynarodowego środowiska pracy i współpracy.
10. Praktyczne zastosowanie narzędzi komunikacji niewerbalnej; wspierające rozwój świadomości niewerbalnej.
11. Nauka synchronizacji mowy ciała z rozmówcami w celu budowania więzi i zaufania.

Materiały dydaktyczne, literatura

Gra edukacyjna (nazwa, wydawnictwo): Rope Puller®, gra w kulki, gra z motywem kart do gry, kalambury kulturowe, Imago – Rebel, Concept – Rebel, Małpiszony – Rubico, Taboo – Rebel, Świat się śmieje – Zwrotnica, Agent – GraSzkoleniowa.pl

Inne (jakie?): materiały autorskie jak: elementy dramy i improwizacji, formularze, ilustracje, plannery, handouty, scenki, fragmenty materiałów filmowych itp.

Metody nauczania

X	ćwiczenia w parach/ grupach	X	dyskusja dydaktyczna
X	praca indywidualna	X	symulacje
X	case study	X	testy
X	prezentacja		

