



## TECHNIKI SZKOLENIOWE

**Wykład trenera** – Technika, która pomaga przekazać informacje, czy poszerzyć wiedzę uczestników. Chętnie stosowany podczas pracy z dużymi grupami. Ułatwia naukę osobom, które lepiej przyswajają wiedzę ze słuchu. Informacje, podczas wykładu, przekazywane są w sposób linearny, co powoduje, że trudno zweryfikować, czy informacje są zrozumiałe dla wszystkich.



**Dyskusja na forum** – To technika, która efektywniej niż tradycyjny wykład, stymuluje myślenie, rozwija przystosowanie społeczne uczestników i pomaga zmieniać postawy. Wyróżniamy dwa rodzaje dyskusji: spontaniczne i zaplanowane. Dyskusja spontaniczna jest najczęściej wynikiem niezgodności opinii czy teorii z którymi uczestnik spotyka się podczas szkolenia. Natomiast dyskusja zaplanowana służy osiągnięciu określonych celów szkoleniowych i jest moderowana przez trenera.



**Demonstracja trenera / demonstracja uczestnika** – Technika, która polega na tym, że trener/uczestnik zamiast opowiadać o jakiejś teorii czy koncepcji może przygotować demonstrację, która pokaże, jak działają one w praktyce. Jeżeli to możliwe, wskazane jest, aby do demonstracji zaangażować uczestników, tak by mogli z bliska przyjrzeć się, np. wykorzystywanym materiałom.



**Sesja pytań i odpowiedzi** – Technika, która polega na tym, że zamiast zadawać pytania uczestnikom szkolenia, trener prosi, aby uczestnicy wymyślili je sami. Pytania powinny być dociekliwe i prowadzące do głębszego zrozumienia tematu. Do zadawania pytań może pobudzić, np.: przedstawienie jakiegoś problemu do rozwiązania.



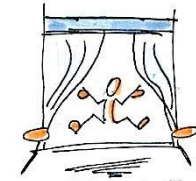
**Ćwiczenie indywidualne** – Technika charakteryzująca się samodzielną realizacją przez uczestników zadania przydzielonego przez trenera. Ćwiczenia indywidualne zwiększają prawdopodobieństwo zaangażowania wszystkich uczestników szkolenia, a w zależności od sposobu ich omówienia i podsumowania umożliwiają poznanie przez uczestników dużej ilości możliwych rozwiązań danego zadania.



**Ćwiczenie w grupach (parach)** - Technika, która polega na połączeniu uczestników w kilkusobowe zespoły. Poprzez ćwiczenia skraca się droga od teorii do praktyki, co przyczynia się do wzrostu efektywności warsztatu.



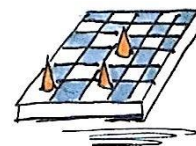
**Symulacja / Odgrywanie ról** – pozwala na uczenie się nowych sposobów zachowania. W technice tej nie chodzi o zapamiętanie treści, ale o nabycie nowych umiejętności. Jest niezwykle cenną metodą pracy na sali szkoleniowej.



**Analiza przypadku (case study)** – charakteryzuje się złożonością oraz otwartością, co oznacza, że prezentowana sytuacja ma potencjalnie wiele równoprawnych rozwiązań, a znalezienie ich wymaga posiadania różnorodnych umiejętności, np.: pracy zespołowej czy twórczego rozwiązywania problemów. Najczęściej stosowane wersje case study podczas szkoleń mają 1-2 stronicowy opis sytuacji zawierającej jeden podstawowy dylemat.



**Gra** – Technika szkoleniowa, które umożliwia eksperymentowanie w symulowanym modelu rzeczywistości. Uczestnicy mogą sprawdzać swoje pomysły, dzięki czemu poznają różne rozwiązania, które będą mogli stosować w rzeczywistych sytuacjach.



**Burza mózgów** - To technika, której niewątpliwą zaletą jest możliwość otrzymania w krótkim czasie dużej liczby różnorodnych rozwiązań danego problemu, a także pobudzenie uczestników do twórczego myślenia. Uczy aktywnego słuchania, a jednocześnie powstrzymywania się od krytyki cudzych wypowiedzi



**Konkurs** – To technika, która wzbogaca pracę o element rywalizacji, np., między-zespołowej. Metoda ta może być stosowana przy omawianiu różnych zagadnień, przydaje się, gdy trzeba przekazać suche informacje. Cały proces powinien być powtarzany kilka razy, aby umożliwić odrobienie strat zespołom, które na początku osiągnęły gorsze wyniki.



**Test i formularze** – Technika systematyzująca i weryfikująca wiedzę uczestników szkolenia.



**Analiza filmu i/lub nagrania wideo** – Technika, która umożliwia dokładną analizę sposobu zachowania. Istotnym elementem podczas analizy nagrań jest podkreślenie, że analiza dotyczy zachowania, a nie osoby. Analiza błędnych zachowań, powinna być jednocześnie połączona ze wskazaniem alternatywnych propozycji.

**Analiza nagrania audio** – Technika szkoleniowa, która umożliwia dokładną analizę na poziomie werbalnym. Chętnie wykorzystywana w trakcie szkoleń konsultantów infolinii.

