

ACTION LEARNING -  
UCZENIE SIĘ PRZEZ DZIAŁANIE

-

webinar

dla Rodziców i Opiekunów

AKADEMIA DOBREGO ROZSTANIA

PROWADZI: MAGDA BELLWON

POZNAJMY SIĘ 😊

# ISTOTA ACTION LEARNING'u:

PRZESTRZEŃ

EKSPLORACJA PYTANIAMI

AKTYWNE SŁUCHANIE

FEEDBACK – DZIELENIE SIĘ POMYSŁAMI

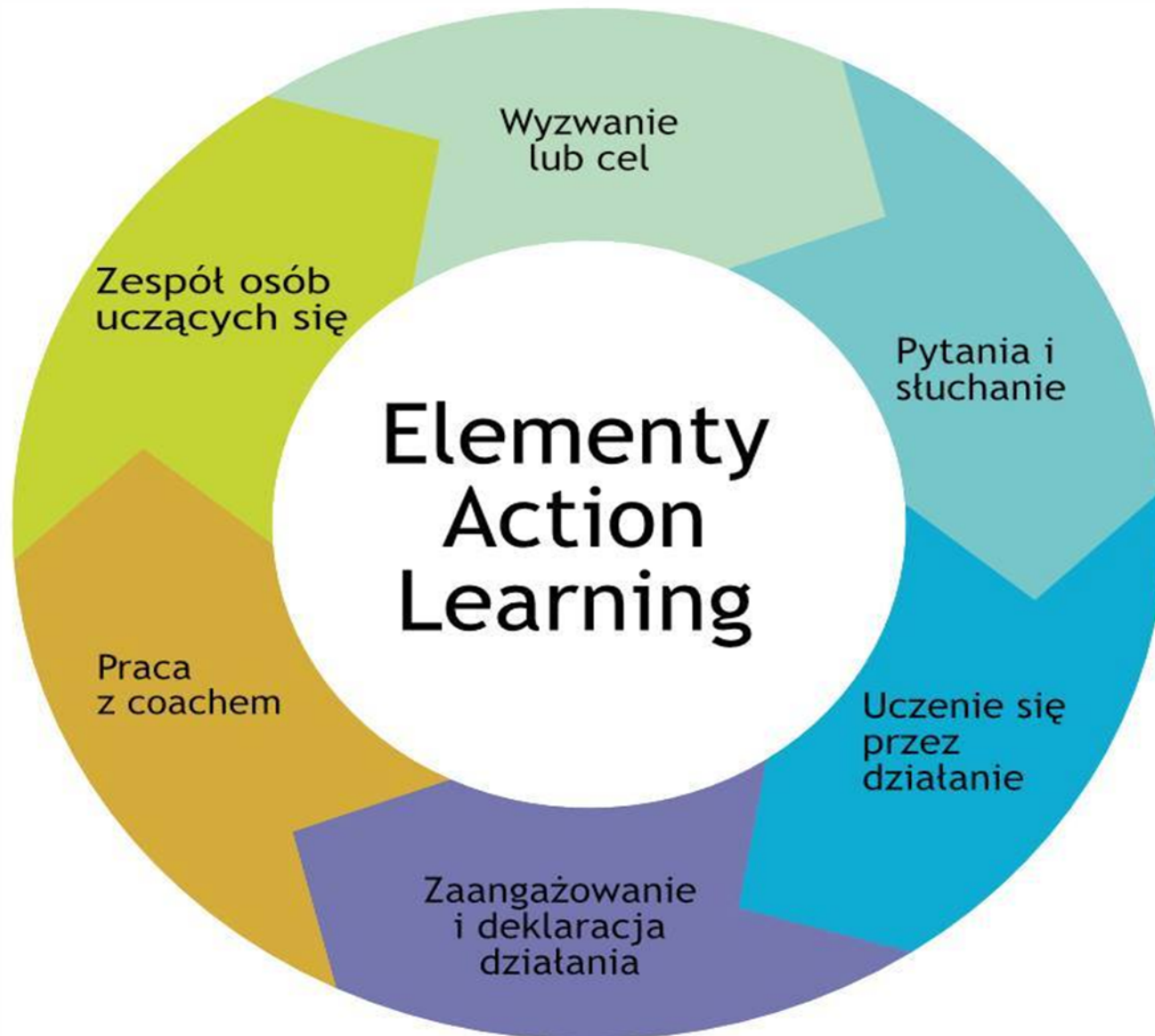
UCZENIE WYNIKAJĄCE Z DZIAŁAŃ

REFLEKSJA – REAKCJA

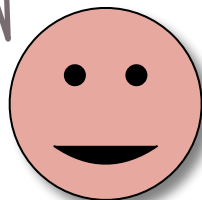
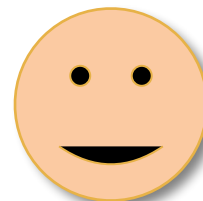
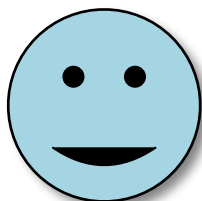
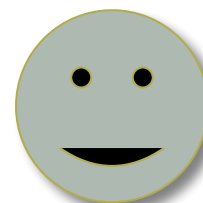
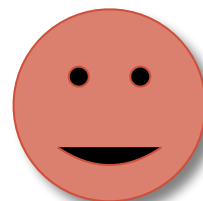
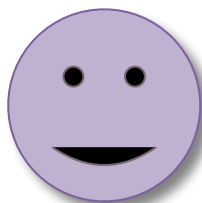
CZAS NA CISZĘ

BEZ SĄDÓW, PORAD, GOTOWYCH ROZWIĄZAŃ

UWAŻNOŚĆ NA WZORCE



SESJA ACTION LEARNING'U



# STRUKTURA ACTION LEARNING'u :

## 1. STAN NA DZIŚ :

- co zrobiłam/em,
- czego się nauczyłam/em)

## 2. PRACA NAD PROJEKTEM :

- co chcę zrobić,
- jak chcę to osiągnąć,
- po czym poznam, że to mam?

## 3. PLANOWANIE DZIAŁAŃ :

- co zrobię,
- w jaki sposób to zrobię,
- do kiedy?

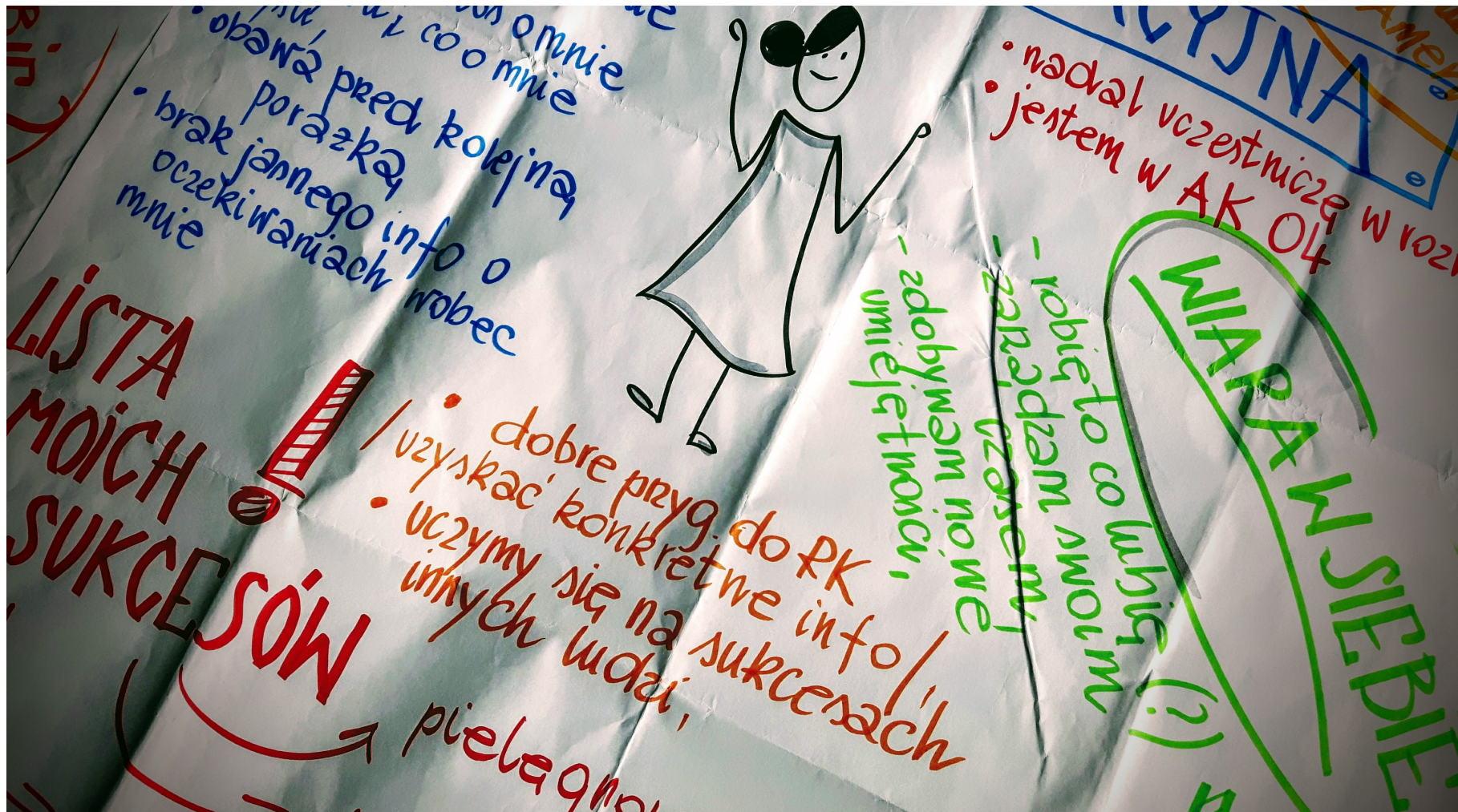
## 4. REFLEKSJA W CISZY :

- czy mam to czego chciałam/em,
- jeżeli nie to co mogłam/em zrobić inaczej?

## 5. PODZIELENIE SIĘ WNIOSEM/ CZEGO SIĘ NAUCZYŁAM/ CO BYŁO DLA MNIE WAŻNE W PRACY Z ...



# CO ZABIERAM PO SESJI ACTION LEARNING'U ?



## CO DAJE UDZIAŁ W ACTION LEARNING'U ?

- możliwość refleksji nad własnymi mocnymi stronami oraz wartościami,
- możliwość rozwijania kompetencji komunikacyjnych, w tym pracy nad pytaniami, budowaniem postawy empatycznej, asertywności oraz aktywnego słuchania,
- pogłębienia umiejętności pracy nad krótko- oraz długoterminowymi celami, zarówno osobistymi jak i zawodowymi,
  - pracy nad udzielaniem budującej informacji zwrotnej,
    - wymiany doświadczeń oraz sieciowania,
    - budowania wspólnoty.



JAK OKREŚLIĆ SWÓJ CEL ?

# METODA „SMART”

S - skonkretyzowany

M - mierzalny

A - akceptowalny

R - realny

T - terminowy

# METODA „POWER”

WYKORZYSTAJ SWÓJ POWER...

P - pozytywnie sformułowany

O - odpowiedzialność spoczywa w 100 % na Tobie

W - wskaźnik realizacji

E - ekologiczny

R - realny

# A JAKI JEST TWÓJ CEL NA DZIŚ ?

Pytania które mogą być pomocne w określeniu Waszego celu:

Jakim wyzwaniom stawiasz obecnie czoła?

Jak sobie z nimi radzisz?

Czego Ci brakuje? Jak chcesz żeby było?

Czego może dotyczyć Twój cel, wyzwanie lub problem?

Czego wymaga od Ciebie Twój cel, wyzwanie lub problem?

Czego Ci brakuje aby ten cel, wyzwanie lub problem osiągnąć/rozwiązać?

Które z tematów wydają Ci się najlepsze na sesję Action Learningu.?

Jaki byłby dla Ciebie najlepszy rezultat sesji Action Learningowej?

Po czym poznasz, że osiągnęłaś/osiągnąłeś zamierzony cel, wydanie lub rozwiązałaś/  
rozwiązałeś problem?

DZIĘKUJĘ ZA UWAGĘ ☺

MAGDA BELLWON –

Stowarzyszenie Mediatorów Rodzinnych

[www.smr.org.pl](http://www.smr.org.pl)

CONSEO Magda Bellwon

[www.conseo.pl](http://www.conseo.pl) / fb Conseo

tel. 602 189 045