



Програма за продължаващо професионално развитие - Модул 3

План за провеждане на урок: Приобщаваща комуникация

Описание на учебните дейности	Продължителност (минути)	Необходими материали/Оборудване	Метод за ценка
<p>Откриване на семинара:</p> <ul style="list-style-type: none"> Въведение в темата за приобщаващата комуникация и важноста ѝ на работното място. Общ преглед на резултатите от обучението и какви ползи могат да очакват участниците от семинара 	20 минути	<p>Място за обучение с ИТ оборудване (вкл. екран и мултимедиен проектор).</p> <p>Флипчарт и маркери.</p> <p>Регистрационен списък.</p> <p>Химикали и материали за водене на записки за участниците</p>	Насърчете участниците да споделят своите очаквания и опасения по темата.
<p>Дейност 1: Определяне на ключови термини</p> <ul style="list-style-type: none"> Опишете ключовите термини, свързани с приобщаващата комуникация, като културна компетентност, активно слушане и емпатия. Дайте примери за всеки термин и насърчете участниците да споделят свои примери. 	20 минути	<p>Флипчарт и маркери.</p> <p>Материали за раздаване</p> <p>Химикалки и материали за водене на бележки за участниците</p>	Помолете участниците да споделят своите определения и да обсъдят как могат да включат тези термини в комуникацията си на работното място.



<ul style="list-style-type: none"> Раздайте листове на участниците и ги помолете да напишат собствени дефиниции на всеки термин. 			
<p><u>Дейност 2: Въздействие на езика и тона</u></p> <ul style="list-style-type: none"> Обсъдете влиянието на езика и тона на работното място и как те могат да дадат отражение върху взаимоотношенията и културата на работното място. Покажете видеа с различни стилове на комуникация и помолете участниците да идентифицират тона и неговото въздействие. Помолете участниците да разиграят различни сценарии на комуникация, включително положителен и негативен тон. 	<p><u>30 минути</u></p>	<p>Флипчарт и маркери.</p> <p>Видео: Видео 1: 4 стила на комуникация Силове на комуникация на работното място https://www.youtube.com/watch?v=Al3L6cnCmMU</p> <p>Видео 2: Използване на гъвкави стилове на комуникация в подкрепа на многообразието https://www.youtube.com/watch?v=G65TpeZyc7s</p> <p>Химикалки и материали за водене на бележки за участниците</p>	<p>Наблюдавайте изпълнението на ролевите игри на участниците и дайте обратна връзка за техния стил на общуване.</p>
<p><u>Дейност 3: Разпознаване на микроагресиите и микроутвържденията (микрожестовете)</u></p> <ul style="list-style-type: none"> Дефинирайте микроагресиите и дайте 	<p><u>30 минути</u></p>	<p>Флипчарт и маркери.</p> <p>Казуси: 1. Да разберем микроагресиите: 8 примера за често срещани микроагресии на работно място и</p>	<p>Помолете участниците да обсъдят как могат да прилагат микроутвърждения в комуникацията на работното си място, за да смекчат</p>



<p>примери за това как те могат да се проявят на работното място.</p> <ul style="list-style-type: none"> Обсъдете как микроутвържденията могат да се използват за смекчаване въздействието на микроагресиите. Осигурете казуси, свързани с различни сценарии на работното място и помолете участниците да идентифицират примери за микроагресии и микроутвърждения. 		<p>алтернативните микроутвърждения ИМ https://we-are-ef.ef.com/understanding-microaggressions-in-the-workplace/</p> <p>Химикалки и материали за водене на бележки за участниците</p>	<p>Въздействието на микроагресиите. НА</p>
<p><u>Дейност 4: Невербална комуникация и адаптиране на комуникацията</u></p> <ul style="list-style-type: none"> Обсъдете значението на невербалната комуникация, включително езика на тялото, изражението на лицето и тона. Осигурете ролеви карти с различни сценарии на комуникация и помолете участниците да изиграят различни сценарии, като същевременно включват невербална комуникация. 	<p><u>35 минути</u></p>	<p>Флипчарт и маркери.</p> <p>Ролеви карти</p> <p>Химикалки и материали за водене на бележки за участниците</p>	<p>Насърчете участниците да се упражняват в адаптирането на техния стил на общуване, за да отговорят на комуникационните нужди на различните хора</p>



<ul style="list-style-type: none"> Насърчете участниците да се упражняват в адаптирането на техния стил на общуване, за да отговорят на комуникационните нужди на различните хора 			
<p><u>Дейност 5: Какво е активно слушане?</u></p> <ul style="list-style-type: none"> Обучителят изнася кратка лекция за активното слушане, като дефинира значението му за приобщаващата комуникация на работното място https://brcci.eu/editor/files/Active_listening_Lesson%20%D0%901.pdf <p>Фасилитаторът избира тема, позната на всички участници. След това прочита списък с думи и умишлено пропуска една дума. Пример: започнете да изброявате планетите - Венера, Земя, Юпитер, Сатурн, Меркурий, Нептун и Уран и дори можете да повторите една дума, напр. Сатурн. След това помолете участниците в рамките на 5 до 7</p>	<p><u>25 минути</u></p>	<p>Флипчарт и маркери.</p> <p>Химикалки и материали за водене на бележки за участниците</p>	<p>Участниците ще разберат значението на активното слушане, а учителят ще предостави обратна връзка относно техните умения за активно слушане.</p>



<p>минути да обсъдят несвързана с планетите тема, като например световната кухня. Накрая им дайте максимум десет секунди, за да назоват липсващия елемент сред списъка с думи. Тъй като това са осемте планети, участниците трябва да идентифицират липсващия елемент - Марс.</p>			
<p><u>Дейност 6: Упражняване на активно слушане</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Участниците се разделят по двойки и единият споделя личен опит или история, докато другият слуша активно. • След като говорещият приключи, слушателят обобщава чутото и споделя мислите и чувствата си относно чутото. <p>Участниците си разменят ролите и повтарят упражнението.</p>	<p><u>40 минути</u></p>	<p>Химикалки и материали за водене на бележки за участниците</p>	<p>Обучителят наблюдава всяка двойка участници и предоставя обратна връзка за техните умения за активно слушане.</p>
<p><u>Дейност 7: Идентифициране на бариерите за активно слушане</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Обучителят изнася кратка лекция за основните пречки пред активното слушане, като разсейване и предразсъдъци. 	<p><u>30 минути</u></p>	<p>Самозалепящи се листчета и маркери.</p> <p>“Стена за споделяне” – лист А3</p>	<p>Всеки участник ще практикува активно слушане, като се фокусира единствено върху идеите, които се представят, без натиск да отговаря незабавно или да се състезава за внимание, а учителят ще</p>



<ul style="list-style-type: none"> • https://brcci.eu/editor/files/Active_listening_Lesson%202%D0%903.pdf <p>Обучителят избира тема или проблем, които са познати на всички участници и ги моли да запишат своите идеи или решения на самозалепящи се листчета, като записват по една идея на листче. След 10 минути фасилитаторът поставя лепящите се листчета върху лист, който играе роля на бяла дъска или на друго определено за това място, групирайки заедно сходните идеи. После приканва участниците мълчаливо да прегледат представените идеи и да добавят допълнителни идеи или предложения върху нови лепящи листчета. След още 5 минути, учителят стартира групово дискусия за по-задълбочено разглеждане на идеите, като насърчава активното слушане и открития диалог.</p>			<p>насърчава фокусираното слушане и внимателното разглеждане на идеите на другите.</p>
<p><u>Дейност 8: Преодоляване на пречките пред активното слушане</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Участниците споделят личните си стратегии за 	<p><u>20 минути</u></p>	<p>Флипчарт и маркери. Химикалки и материали за водене на бележки за участниците</p>	<p>Обучителят наблюдава дискусията в групата и предоставя обратна връзка на участниците по отношение на</p>



<p>преодоляване на бариерите пред активното слушане и дискутират в група.</p> <p>Обучителят предоставя допълнителни съвети за преодоляване на бариерите и насърчава участниците да споделят свои собствени съвети.</p>			<p>тяхното разбиране на стратегиите.</p>
<p><u>Закриване на обучителната сесия</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Обобщете основните изводи от уъркшопа и как те могат да бъдат приложени на работното място. • Помолете участниците да споделят своите размисли за това, което са научили и как планират да го приложат. • Осигурете допълнителни обучителни ресурси за участниците, за да продължат да разглеждат темата за приобщаваща комуникация. 	<p><u>20 минути</u></p>	<p>Място за обучението с ИТ оборудване.</p> <p>Форми за обратна връзка</p> <p>Допълнителни ресурси: Статии:</p> <p>7 съвета за изнасяне на приобщаващи презентации https://www.cwbank.com/en/blog/7-tips-for-delivering-inclusive-presentations</p> <p>6 стъпки за изграждане на приобщаващо работно място https://www.countrynavigator.com/blog/6-steps-for-building-an-inclusive-workplace/</p>	<p>Раздайте формуляри за обратна връзка на участниците, за да съберете техните отзиви за семинара и неговата ефективност.</p>



		Ролева игра: Предизвикателството на разнообразието – ролева игра https://www.youtube.com/watch?v=0hFaoC0HyTQ	
Обща урока	продължителност	на	4,5 часа