

Szkoła Trenerów Rozwoju Osobistego Dojrzewalni Róż

Autor: Jolanta Balicka
02.04.2008.
Zmieniony 02.04.2008.

Inspirowana Nonviolent Communication i psychologią integralną

Dlaczego tworzymy Szkołę?

Chcemy pracować robiąc to, co jest dla nas ważne. Chcemy dzielić się swoimi doświadczeniami rozwojowymi, które zmieniają nasze życie na lepsze - wierzymy, że te doświadczenia mogą zainspirować i wesprzeć wiele innych osób.

Chcemy żyć w świecie, w którym normą jest pokój oraz szacunek dla potrzeb wszystkich ludzi.

Dla kogo tworzymy Szkołę?

Szukamy 16 osób, które, podobnie jak my, wierzą, że zmiana jest możliwa, chcą jej doświadczać oraz bazując na własnym doświadczeniu, inspirować do zmian innych ludzi. Szukamy osób, dla których rozwój jest pasją i są gotowe zainwestować czas, pieniądze i energię w poznanie i doskonalenie siebie. Które są gotowe rozwijać się zarówno na poziomie intelektualnym, jak i emocjonalnym. Które są gotowe przekraczać utarte ścieżki myślenia, szukając odpowiedzi na pytanie, jak zrobić "to coś", co uznają za wartość swojego życia.

Credo i filozofia Szkoły

Wierzymy, że mamy wpływ na swoje życie i na życie wokół nas.

Wierzymy, że życie człowieka ma wiele wymiarów: wewnętrzny i zewnętrzny, subiektywny i obiektywny, duchowy i materialny, indywidualny i społeczny - ich uszanowanie przybliża nas do zrozumienia samych siebie.

Wierzymy, że podstawowe ludzkie potrzeby są podobne oraz, że jest możliwe, aby potrzeby każdego człowieka były zaspokojone lub uszanowane bez przekraczania granic innych osób.

Cel Szkoły

Celem Szkoły jest inspirowanie oraz wspieranie uczestników w ich własnym rozwoju osobistym i zawodowym, tak aby przez własne doświadczenie rozumieli proces zmian i aby świadomie mogli wspierać w tym procesie innych ludzi.

Co daje uczestnikom Szkoła:

- możliwość rozwoju osobistego i zawodowego (zdobycie nowych umiejętności)
- możliwość poznania i doskonalenia się w narzędziach wykorzystywanych przez Nonviolent Communication podczas treningów prowadzonych przez certyfikowanych trenerów NVC, m. in. ze Szwecji i Węgier.
- możliwość poznania i przećwiczenia wybranych metod pracy z grupą (przygotowanie i prowadzenie szkolenia)
- możliwość praktykowania (po drugim roku) - będziemy umożliwiali zbieranie grup i prowadzenie (nieodpłatnie) próbnych warsztatów i szkoleń wg zaakceptowanych programów i pod superwizją
- możliwość uzyskania certyfikatu Trenera Rozwoju Osobistego, rekomendowanego przez Szkołę i Dojrzewalnię Róż oraz klientów (po trzecim roku edukacji i po samodzielnym przeprowadzeniu min. 100 godzin warsztatów lub szkoleń, ocenianych przez uczestników)
- bezpłatną promocję na stronie www.dojrzewalnia.pl - umieszczenie na liście rekomendowanych trenerów.
- możliwość zdobycia doświadczeń wystarczających do starania się o rekomendację trenerską I stopnia w Polskim Towarzystwie Psychologicznym
- możliwość zdobycia doświadczeń uwzględnianych przy staraniu się o międzynarodowy certyfikat trenera Nonviolent Communication (NVC)

Co wyróżnia naszą Szkołę Trenerów

- dużo doświadczeń praktycznych - 180 godzin praktykowania prowadzenia grupy i omówień
- dużo doświadczeń rozwoju osobistego ukierunkowanych na wzmocnienie w życiu osobistym i zawodowym - ponad 120 godzin
- możliwość praktycznej nauki Porozumienia bez Przemocy (NVC) - 160 godzin

Kto skorzysta najbardziej z nauki w Szkole

- osoby z wyższym wykształceniem,
- powyżej 30 roku życia,
- mające doświadczenia związane z rozwojem osobistym

Proces edukacji

Nauka trwa 3 lata, ale ponieważ każdy z nas jest inny, możliwe są indywidualne odstępstwa od tej zasady.

Możliwe jest dołączenie do drugiego roku Szkoły po ukończeniu Studium Nonviolent Communication organizowanego przez Dojrzewalnię Róż po uzupełnieniu o wymagane moduły.

Więcej informacji o Studium: daty, tematy, trenerzy, cena, ankieta rekrutacyjna

Nonviolent Communication, czyli Porozumienie Bez Przemocy, to prosty, a zarazem rewolucyjny proces komunikacji, filozofia życia i język, który zmienia i wzbogaca życie coraz większej liczby osób na całym świecie.

Nonviolent Communication stworzył ponad 40 lat temu Marshall B. Rosenberg - doktor psychologii, były współpracownik Carla Rogersa - twórcy psychologii humanistycznej. Dzisiaj, ta niezwykła metoda jest stosowana w 35 krajach świata: w związkach intymnych, rodzinach, szkołach, biznesie, miejscach największych konfliktów zbrojnych, więzieniach i wielu innych obszarach. Ponad 180 certyfikowanych trenerów oraz setki entuzjastów NVC przekazują wiedzę, która zbliża ludzi, ponad 250 tysiącom osób rocznie.

NVC ułatwia nawiązanie głębszych i bardziej satysfakcjonujących kontaktów, daje narzędzia pozwalające głęboko poznawać siebie oraz wyrażać naszą indywidualność z pełnym szacunkiem dla drugiej osoby.

Wychodząc z założenia, że potrzeby wszystkich ludzi są uniwersalne i jednakowo ważne, NVC pozwala budować żywe, autentyczne, bliskie, pełne zrozumienia relacje, uczy jak brać odpowiedzialność za swoje życie i potrzeby oraz jak pomagać innym w docieraniu do swoich pragnień i możliwości ich zaspokojenia.

Więcej o Nonviolent Communication - w języku polskim:

<http://www.cmppp.edu.pl/szkolaporozumienia/pbp/>

Więcej o Nonviolent Communication - w języku angielskim: www.cnvc.org

Książki w języku polskim: M. B. Rosenberg "Porozumienie Bez Przemocy - O Języku Serca" Wydawnictwo "Jacek Santorski & Co", Warszawa 2003

Marshall B. Rosenberg "Edukacja wzbogacająca życie", Wydawnictwo "Jacek Santorski & Co", Warszawa 2006

Towe Widstrand i in., "Porozumienie bez Przemocy czyli język żyrafy w szkole", Wydawca CMPPP, Warszawa 2005

Sura Hart, Victoria Kindle Hudson, "Empatyczna klasa. Relacje, które pomagają w nauce", Wydawca CMPPP, Warszawa 2006

Psychologia integralna to próba stworzenia możliwie najpełniejszego modelu psyche, uwzględniającego

największe odkrycia w tej dziedzinie, dokonane od starożytności do współczesności, na wschodzie i na zachodzie, przez mędrców, mistyków oraz naukowców. Stworzona została przez Kena Wilbera - filozofa, określanego mianem Eisteina badań nad świadomością, bardziej jako zapoczątkowanie dyskusji i dalszych badań niż jako konkluzja czy podsumowanie tego co stworzono dotychczas.

Integralna Praktyka Transformacyjna to długofalowe działania rozwojowe obejmujące ciało, uczucia, umysł i duszę.

Więcej o modelu integralnym - w języku angielskim: <http://www.integralinstitute.org>

Książki w języku polskim:

Ken Wilber - "Psychologia integralna", Wydawnictwo JACEK SANTORSKI

Po pierwszym roku absolwenci otrzymają zaświadczenia o ukończeniu szkolenia doskonalącego inteligencję interpersonalną w wymiarze 160 godzin.

Nauka podczas pierwszego roku będzie odbywała się podczas czterech 5-dniowych spotkań oraz indywidualnej pracy pomiędzy nimi. Plan spotkań

Grupa pierwsza:

9-13 stycznia 2008 (Ewa Panufnik, Lucyna Wieczorek, 12-13 stycznia Eva Rambala),

2-6 kwietnia 2008 (Ewa Panufnik, Eva Rambala),

18-22 czerwca 2008 (Lucyna Wieczorek i zaproszeni goście z listy osób współpracujących ze Szkołą),

8-12 października 2008 (Lucyna Wieczorek i zaproszeni goście z listy osób współpracujących ze Szkołą)

Grupa druga:

16-20 kwietnia 2008 (Lucyna Wieczorek, Ewa Panufnik, 19-20 kwietnia Eva Rambala)

2-6 lipca 2008 (Ewa Panufnik, Liv Larsson, Kay Rung),

24-28 września 2008 (Lucyna Wieczorek i zaproszeni goście z listy osób współpracujących ze Szkołą)

3-7 grudnia 2008 (Lucyna Wieczorek i zaproszeni goście z listy osób współpracujących ze Szkołą)

Moduł 1.

- Spotkanie integracyjne
- Wprowadzenie do NVC

Moduł 2.

- Podstawy NVC

Moduł 3.

- Podstawy pracy z grupą.
- Mój potencjał trenerski.
- Doskonalenie umiejętności trenerskich

Moduł 4.

- Podstawowe metody rozwoju osobistego na podstawie Psychologii Integralnej

Plan spotkań w drugim i trzecim roku zostanie przedstawiony wszystkim zainteresowanym osobom.

Koszt pierwszego roku szkolenia: 4800 zł, płatne w ratach. Będziemy się starać, aby koszt pozostałych lat był podobny, ale może ulec nieznacznym wahaniom ze względu na honoraria trenerów zagranicznych oraz ceny biletów lotniczych.

Miejsce: wszystkie zjazdy odbędą się w Warszawie. Osobom spoza Warszawy możemy przesłać informację o tanich noclegach.

Informacje i zapisy: info@dojrzewalnia.pl, tel. 0695 307 309

Osoby zainteresowane poprosimy o wypełnienie ankiety oraz zaprosimy na rozmowę.

Tutaj możesz pobrać ankietę rekrutacyjną

Drugi rok Szkoły będzie służył pogłębianiu i integrowaniu wiedzy i doświadczeń z roku pierwszego oraz przygotowaniu do indywidualnej praktyki jako trener wspierający rozwój osobisty.

Trzeci rok Szkoły będzie nastawiony na odkrywanie i doskonalenie indywidualnego stylu pracy trenera, poznawanie swoich potencjałów i granic oraz na praktykę treningową.

Informacje o osobach tworzących i współpracujących ze Szkołą

Trenerzy NVC (prowadzący zajęcia w ramach pierwszego roku szkoły)

Eva Rambala, certyfikowana trenerka metody Nonviolent Communication (NVC) z Węgier. Eva prowadziła szkolenia i warsztaty NVC na każdym kontynencie, w 28 krajach. Od 1996 roku uczyła się NVC od Marshalla Rosenberga, a od roku 2000 posiada międzynarodowy certyfikat trenera metody. Jest również koordynatorką odpowiedzialną za ?rodkową i Wschodnią Europę z ramienia Centrum NVC. W podejściu proponowanym przez NVC znalazła odpowiedź na większość ważnych dla niej pytań: co czyni życie wartościowym oraz jak znaleźć harmonię w sobie i w relacjach z innymi. Uważa, że ma w życiu wiele szczęścia, ponieważ może codziennie dzielić się z innymi tym, co jest dla niej najważniejsze.

Wiecej informacji o trenerce w języku angielskim - [kliknij tutaj](#)

Liv Larson - certyfikowana trenerka metody Nonviolent Communication (NVC) ze Szwecji oraz Kay Rung - trener empatii oraz metody NVC ze Szwecji. Szkolili się m. in. u twórcy metody Nonviolent Communication - Marshalla Rosenberga. Oboje pracują od lat z grupami i klientami indywidualnymi w wielu krajach. Pasjonaci Nonviolent Communication, tłumaczą na język szwedzki i wydają w Szwecji książki związane z tą metodą. Liv jest również autorką książki "Nonviolent Communication w praktyce". Ulubiony cytat Kaya brzmi: "Potrzebujemy być zmianą, którą chcemy zobaczyć w świecie", M.K. Gandhi

Wiecej informacji o trenerach w języku angielskim - [kliknij tutaj](#)

- Helena Keller - psychoterapeutka, superwizorka rekomendowana przez Polskie Towarzystwo Psychologiczne, posiada wieloletnie doświadczenie w szeroko rozumianej pomocy psychologicznej. Jest konsultantką programu merytorycznego Szkoły oraz superwizorką Szkoły. Będzie prowadziła wybrane zajęcia.

- Maria Rudzińska - Grażyńska - psycholog, psychoterapeutka, superwizorka rekomendowana przez Polskie Towarzystwo Psychologiczne, posiada wieloletnie doświadczenie w pracy psychoterapeutycznej, trenerskiej oraz dydaktycznej. Jest konsultantką oraz superwizorką Szkoły. Będzie prowadziła wybrane zajęcia.

- Lucyna Wieczorek - Współzałożycielka Dojrzewalni Róż, współautorka projektu Szkoły, odpowiada za program Szkoły, trenerka i psychoterapeutka (certyfikat wydany przez Instytut Terapii Gestalt w Krakowie, Forge), rekomendowana trenerka II stopnia Polskiego Towarzystwa Psychologicznego, dyrektorka ds. programowych Festiwalu Progressteron, autorka programów szkoleniowych min. Korporacja z duszą oraz współautorka projektów PR min.: "Naucz się odpoczywać".

- Ewa Panufnik - Współzałożycielka Dojrzewalni Róż, współautorka projektu Szkoły, założycielka Studium Porozumienia Bez Przemocy, od trzech lat uczy się, pasjonuje oraz promuje Nonviolent Communication w Polsce. Wiedzę w tym zakresie zdobywała na licznych warsztatach polskich i międzynarodowych, także tych prowadzonych przez autora metody - Marshalla Rosenberga. Ukończyła Studium Psychologicznej Pracy z Grupami i Organizacjami (program Ośrodka Psychoterapeutyczno - Szkoleniowego POZA CENTRUM przy Polskim Towarzystwie Psychologii Zorientowanej na Proces).

- Olga Haller de Hallenburg - psycholog, psychoterapeutka; superwizorka treningu grupowego rekomendowana przez Polskie Towarzystwo Psychologiczne, specjalistka counsellingu Gestalt (Diploma Di Gestalt Counselling-Instituto Gestalt Firenze), prowadzi terapię indywidualną, treningi, szkolenia. Prowadzi wraz z mężem Adamem Hallerem Centrum Counsellingu Gestalt w Krakowie oraz Szkołę Counsellingu Gestalt. Współpracuje z firmą Pathways Polska oraz z Dojrzewalnią Róż w ramach Festiwalu Progressteron.

- Joanna Młynarz - trenerka warsztatu umiejętności psychospołecznych rekomendowana przez Polskie Towarzystwo Psychologiczne. Specjalistka counsellingu Gestalt (dyplom wydany przez Gestaltowski Instytut Edukacji i Rozwoju Osobistego w Krakowie i Associazione Italiana di Counselling we Florencji). Współpracowała z Centrum Counsellingu Gestalt, gdzie współprowadziła I etap szkoły Counsellingu Gestalt. Współtworzy i realizuje programy mające na celu rozwój i poprawę współpracy ludzi w organizacjach w ramach działalności w firmie konsultingowej Pathways Polska. Jest dyrektorką krakowskiej edycji Rozwojowo-Rozrywkowego Festiwalu dla Kobiet PROGRESSteron. Założycielka Pracowni Rozwoju Osobistego POSKRZYDZA.

- Agnieszka Kramm - psycholog i psychoterapeutka. Pracuje z dorosłymi, z parami, z dziećmi. Od kilku lat prowadzi liczne warsztaty rozwoju osobistego dla kobiet. Pracuje metodą psychoterapii zorientowanej na proces, posiada uprawnienia Polskiego Towarzystwa Psychologii Zorientowanej na Proces do prowadzenia psychoterapii oraz pracy z grupami pod superwizją.