



**FOSTER
SOCIAL
INCLUSION**

Kvenkyns frumkvöðlastarfsemi vegna félagslegrar þátttöku

Þjálfunareining

eftir M&M Profuture Training, S.L.



"Foster

Social Inclusion:

volunteering, social entrepreneurship and art for social inclusion"

1. ÞJÁLFUNARMÁTALÝSINGIN

Kvenkyns frumkvöðlastarf: valdefling og forysta kvenna

Þessi námsþáttur kvenna í frumkvöðlastarfsemi hefur verið þróaður í því skyni að auka getu og árangur kvenna til að verða farsælir frumkvöðlar. Þess vegna er áherslan í þessari einingu að þróa hæfni frumkvöðla og tengda mjúka færni.

Sérstakur markhópur:

Atvinnulausar konur í hættu á félagslegri útilokun og / eða starfsmenn með áhyggjur af því að frumkvöðlaverkefni þeirra verði að veruleika.

Meginmarkmið:

Markmið námskeiðsins er að auka efnahagsleg tækifæri kvenna sem hefja, formgera eða auka viðskipti sín. Með öðrum orðum: þjálfun betri, sterkari og öruggari atvinnurekstraraðila. Við viljum hvetja konur til að opna möguleika þeirra. Við teljum að þetta sé nauðsyn, ef við ætlum að takast á við kynjamuninn á viðskiptamarkaðnum á sama tíma og vera nýjungagjarn. Skriðþunga nýrra kvennafyrirtækja er hægt að minnka án réttis stuðnings þar sem vinnumarkaðurinn er ennþá mannlegur. Við viljum styrkja þessa nýju kvenkyns athafnamenn.

Ítarleg markmið:

- Að gera konur meðvitaðar um frumkvöðlastarfsemi sem sjálfstætt starfandi val.
- Að hjálpa þátttakendum að læra og æfa gagnleg verkfæri til að þróa hæfni og færni frumkvöðla.
- Að styðja þátttakendur okkar (nýjar atvinnurekendur) við að bera kennsl á styrk þeirra, persónulega fjármuni og tækifæri til að tryggja framkvæmd verkefna sinna.
- Að útvega tæki og úrræði til að örva atvinnurekstur kvenna.
- Að nota hugmyndasíunartækni til að velja hugmyndina að verkefninu.
- Að beita sköpunaraðferðum til að þróa hugmyndir verkefna þátttakenda.
- Að bjóða upp á sálfélagsleg tæki til að takast á við þær sérstöku hindranir sem þeir geta lent í vegna kynjamunsins.
- Að eiga notalega og þroskandi tíma með því að skiptast á hugmyndum og reynslu við aðra þátttakendur.
- Að hvetja til teymisvinnu og hvetja þátttakendur til að þróa áfram mjúka færni sína.
- Að læra og fá innblástur, með því að hlusta á og eiga samskipti við sérfræðikennara.

Á fundunum verða sameinaðir meistaratímar sérfræðinga og umbreytingarstarfsemi sem miðar að því að opna fyrir möguleika

þátttakenda. Með því að þróa frumkvöðlafærni sína munu þeir umbreyta veikleika sínum í styrkleika og verða hæfari til að nýta sér þau tækifæri sem geta skapast. Á mismunandi vinnustofum verða árangurssögur af reynslu frumkvöðla með konum í aðalhlutverki kynntar þátttakendum sem innblástur.

Í áætlun fundanna byrja allar fjórar æfingarnar með meistaraflokki sem hefur inngangsgildi með því að skýra lykilhugtök og hagnýtt umfang fræðilegra þátta sem tengjast því að hefja eigin viðskipti. Að auki fjallar meistaraflokkur hverrar lotu um innihaldið sem bent er á í lýsingu eininganna (sjá að neðan).



Myndheimild: CC Commons

2. ÞJÁLFUNARSKIPULAG OG INNIHALD:

Þjálfunin samanstendur af 6 einingum sem verða afhentar í fjórum fundum sem eru byggðar upp í fjögurra þrepa röð (sjá hér að neðan). Module 6 (Entrepreneur Women's Experiences) er þvermálseining sem verður afhent í gegnum allar fjórar loturnar. Í áætlun fundanna (sjá kafla 3) byrja allar fjórar æfingarnar með meistaraflokki af sérfræðingi. Slíkir meistaranámskeið munu hafa inngangsgildi fyrir restina af hverri lotu með því að skýra lykilhugtök og hagnýtt umfang fræðilegra þátta sem tengjast því að hefja eigin viðskipti frá sjónarhóli nýrra athafnakvenna. Hver meistaraflokkur nær yfir innihaldið sem tilgreint er í lýsingu eininganna, skipulagt samkvæmt fjögurra þrepa skipulagi á innihaldi eininganna. Hver stofnun getur litið á meistaranámskeiðið sem valfrjálstan eiginleika í samræmi við prófíla þátttakenda og kunnugleika þeirra á viðfangsefnunum. Fyrir þátttakendur með litla þekkingu um atvinnulífið teljum við þennan inngangsfyrirlestur nauðsyn til að skýra grunnhugtök. Fyrir þátttakendur með meiri kynni af atvinnulífinu getur það verið hvatning til að fá ráðgjöf og leiðbeiningar sérfræðinga frá fyrstu hendi.

Einingarnar og lykilhugtök þeirra:

1. Að þekkja sjálfan þig: Kanna hæfileika þína og verða farsæll atvinnurekandi:

- Núverandi auðkenni: Hver er ég? Hverjir eru eiginleikar mínir? Hver er virðisaukinn sem ég býð? Hver eru dýrmætustu gæði sem ég hef?
- Aspirational Identity: Hver vil ég verða?
- Aðgerðaáætlun: Hvað mun ég gera til að komast þangað sem ég vil vera?

2. Jafnrétti kynjanna:

- Jafnrétti tækifæra.
- Valdefling kvenna og félagslegt hagkerfi.
- Kyn og vinnumarkaður.
- Kvenkyns frumkvöðlastarfsemi: viðhorf og hugmyndir.
- Kvenkyns athafnamenn í staðbundnu samhengi.

3. Frumkvöðlastarf: Lykilhugmyndir um frumkvöðlastarf:

- Fyrstu skrefin: hugmyndir og viðskiptatækifæri.
- Verkfæri til að skilgreina tækifærið.
- Aðferðafræði við þróun viðskiptahugmynda:

- Viðskiptatækifæri.
- Umhverfisgreining / SWOT greining.
- Viðskiptamódel.
- Vörumerkjastefna.

- Þróun hugmyndar og verkefnaáætlunar.

- Hagkvæmniáætlun.

4. Fimm mælikvarðar 360° frumkvöðlastarfsemi:

- Persónulegt vörumerki.
- Markmiðið og samkeppnin.
- Samskipta- og markaðsáætlun.
- Fjárhagsleg og lögfræðileg málsmeðferð.
- Samningaviðræður og stefnumörkun.

5. Þetta snýst allt um þig:

- Sköpunarstíll þinn.
- Hvernig á að kynna þig.
- Hvernig á að takast á við bilun.
- Opinber kynning og samskipti.
- Mannleg teymisstjórnun og lausn átaka.

6. Reynsla af frumkvöðlastarfi kvenna:

- Stefnumótandi bandalög kvenna og tengslanet.
- Staðbundnar bestu venjur sem styðja við atvinnurekstur kvenna.
- Alþjóðlegar velgengnissögur.
- Kvenkyns viðskiptastíll.

Áætluoð áhrif á þátttakendur

- Auka sjálfsálit og sjálfshvatningu.
- Aukin kynvitund í faglegu starfi.
- Bein námsreynsla um gerð viðskiptaáætlunar.
- Styrking frumkvöðlafærni þeirra og fagleg snið.
- Þróun teymisvinnu og samvinnuhæfni, ný upplýsingagreining og stjórnun, lausn á vandamálum, skipulagstækni og gagnrýnin hugsun.
- Auka frumkvöðlafærni.

3. SVEIÐ VINNUVINNU, ÞÁTTUR OG EINDREIFING:

Stig I / Undirbúningsstig og kynning:

Þinglýsing:

1. Sérfræðingameistaratími með lokaspurningum og svörum. Einingarnar sem um ræðir eru: 1,2, 6
2. Inngangur ísbrjóta
3. „Núverandi persónuskilríki“: þátttakendur velja spil úr þilfari. Hvert kort sýnir stutta sögu athafnakonu. Hver þátttakandi les það og deilir síðan með maka sínum hvernig hún er ólík eða svipuð og einn frumkvöðull. Næst deildi hver þátttakandi með stóra hópnum sem félaginn kynni fyrir stóra hópnum það sem félagi hennar hafði lýst henni.
4. „Hver vil ég verða?\": þátttakendur eru leiddir í gegnum stutta sýn um tegund fagaðila sem þeir vilja verða, og hvers konar fyrirtæki þeir vilja hafa. Að þessu loknu verða þeir með hvítan papp A3 blað hinum megin við herbergið. Viljinn verður að fara þangað og teikna það sem stendur upp úr fyrir þá af sjónrænni mynd. Að því loknu fá allir þátttakendur stafla af post-it og munu fara í kringum minnisþunkta við hvert verk og skrifa að hámarki tvö orð á hverja athugasemd með jákvæðum athugasemdum um hvað myndin lætur hverjum og einum finnst. Að lokum verður opin umræða um reynsluna.
5. Sjálfspjálfun (hvað mun ég gera til að komast þangað?): hver þátttakandi fær fullt af lituðum A4 pappírblöðum og mun setja þá á milli upphafsstöðu annarrar hliðar herbergisins og tengja það við teikningu A3 sem lok. Hver þátttakandi skrifar á eitt af A4 pappírblöðunum sínum eitt sem hún þarf að gera til að komast á loka A3 áfangastað sinn. Hver þátttakandi mun kynna sína eigin þjálfaralínu fyrir stóra hópinn.
6. Hugarflug (áhrif á ójöfnuð kynja): hefst umræða um það hvernig kynjamisrétti geti hindrað væntanlega persónulega framvindu. Síðan mun leiðarinn leggja fram hlutlæg gögn (kannski styður Power Point kynning sem sýnir innlend / svæðisbundin / staðbundin gögn um kynjabilið getur stutt umræðuna). Þjálfarinn mun hvetja til hugarflugs um hvaða lausnir koma þátttakendum í hug til að vinna gegn kynbundnum áhrifum á nýja kvenkyns frumkvöðla.
7. Myndbirting (velgengni sögur af frumkvöðlum): nokkur myndskeið með stuttum velgengnissögum kvenna verða sýnd og rædd ... hvað gerðu þær til að ná árangri?
Lokamat þingsins (upphitun auðveldar stutt mat á morgnana): hreyfing

sem byggir á hreyfingu auðveldar endanlega yfirlýsingu hvers þátttakanda um hvernig þeim hefur liðið á þinginu.

Stig II / Hönnun viðskiptahugmynda þinnar:

Lýsing setu:

1. Sérfræðingameistaratími með lokaspurningum og svörum. Einingarnar sem um ræðir eru: 3, 6.
2. **Upphitunaræfingar:** fela í sér mjúkan líkamssnertingu til að ögra hvor öðrum á meðan þeir deila persónulegum upplifunum til skiptis.
3. **Fljótur hringur til að draga saman fyrri fund.** Þjálfarinn kynnir tilgang og dagskrá dagsins í dag.
4. **SVÓT greining:** í hópum 3 þátttakenda deilir hver þátttakandi um viðskiptahugmynd sína / verkefni / ræsir í tengslum við núverandi umhverfi sem hún þarf að glíma við. Þremmenningarnir búa til á samvinnu hátt SVÓT fyrir hverja viðskiptahugmynd. Öll lið gera það sama og að lokum munu kynningar fara fram. Stór endurgjöf frá hópnum mun ljúka þessu ferli.
5. **CANVAS viðskiptasniðmát:** hver í sínu lagi, hver þátttakandi fyllir tómmt CANVAS viðskiptasniðmát. Að því loknu ráðleggja þátttakendur tveir saman. Þjálfarinn fer um stefnumörkun. Að lokum eru öll CANVAS sniðmát sett upp á vegg til að sjá alla / eða að öðrum kosti geta þátttakendur haldið einstakar kynningar með því að nota klappara.
6. **Markaðsstefnumarkaðurinn:** þátttakendur fá ákveðna lýsingu á stefnu um vörumerki sem fulltrúi kvenkyns fyrirtækis stýrir og gengur vel. Hvert par kynnir stefnu vörumerkis síns með það að markmiði að sannfæra aðra um að það sé best. Afhending atkvæða eða verðlauna fyrir flokka („mest skapandi“ / „áræðnust“, „vitlausasti“, „solidarískasti“ ...) er afhent.
7. **Sameiginlegt kynning á því hvað hagkvæmniáætlun er:** Allir vinna saman í stórum hópi til að skilgreina hvað hagkvæmniáætlun er ... þegar allir þættir eru til staðar, kemur hugleiðingin um hvernig geta þeir best gert einn gert? Er einhver með það nú þegar? Hver hefur hjálpað þeim við það? Hver getur hjálpað? Hvernig? Hvert er hlutverk útungunarvéla?
8. **Lokamat þingsins (upphitun auðveldar stutt mat á morguninn):** hreyfing sem byggir á hreyfingu mun auðvelda lokayfirlýsinguna hvers þátttakanda um hvernig þeim hefur liðið á þinginu.

STIG III / Kynning á viðskiptahugmynd þinni / niðurstöðum:

Lýsing setu:

1. Sérfræðingameistarafími með lokaspurningum og svörum. Einingarnar sem taka þátt eru: 4, 6.
2. **Upphitunaræfingar:** sem fela í sér mjúkan líkamssambönd til að ögra hvor öðrum á meðan þeir deila persónulegum reynslu á víxl.
3. **Fljótur hringur til að draga saman fyrri fund:** Þjálfarinn kynnir tilgang og dagskrá í dag.
4. **360 gráða frumkvöðlakynning:** hugmyndin um 360 gráðu frumkvöðlastarfsemi verður kynnt með myndböndum, eða prentuðu efni, eða hvoru tveggja. Opín umferð stórra hópaaðgerða og umræðu á sér stað um hvað þessi aðferð getur bætt við drög að eigin hagkvæmniáætlun fyrirtækisins.
5. **Fljótleg skets:** Kynning á munnlegum kynningum og líkamstjáningu: kortum er dreift með ákveðnum tegundum persóna sem þurfa að segja eitthvað til annarrar manneskju (aðstæður geta verið bráðfyndnar eða alvarlegar) Gefnar verða vísbendingar um rétt líkamstjáningu og raddblæ.
6. **Viðskiptakynningar:** Þátttakendur byrja að undirbúa kynningar sínar hver fyrir sig um eigin viðskiptahugmynd (þegar til staðar eða vera) fyrir framan stóra hópinn. Þjálfarinn mun starfa sem einstakur ráðgjafi.
7. **Inngangur að nýsköpun og einstökum stíl:** listaverk til að ákvarða eigin stílhagsmuni / eða einfalda sálfræðilega prófunarleiki til að ákvarða einstaklingsmun sem getur haft áhrif á einstakar viðskiptahugmyndir.
8. **Lokamat þingsins (upphitun auðveldar stutt mat á morgnana):** hreyfing sem byggir á hreyfingu auðveldar endanlega yfirlýsingu hvers þátttakanda um hvernig þeim hefur liðið á þinginu.

STIG IV / Sköpun, samskipti og lokamat:

Lýsing setu:

1. Sérfræðingameistarafími með lokaspurningum og svörum. Einingarnar sem um ræðir eru: 5, 6.
2. **Upphitunaræfingar:** sem felur í sér líkamssamband til að vinna saman og skora á hópinn að koma með lausnir á sameiginlegum vandamálum.
3. **Fljótur hringur til að draga saman fyrri fund:** Þjálfarinn kynnir tilgang og dagskrá dagsins í dag með áherslu á sköpun, nýsköpun og lausn vandamála.

4. **Að deila sigri og ósigri:** skorað er á hvern liðsmann að koma upp í miðju og lýsa einum sigri og einum ósigri sem hún hefur upplifað. Hópurinn fagnar og klappar eftir hverja kynningu.
5. **Samstarfsaðferðir til að leysa vandamál:** liðinu er gefið ákveðið vandamál sem allir þátttakendur verða að vinna saman til að leysa. Hver þátttakandi fær hlutverk sem hún þarf að gegna innan hópsins (stíll De Bono hatta). Í lokin mun þjálfarinn ræða um rétta fjölbreytileika sem eign.
6. **Hugvekja í hópum til að leysa vandamál kvenkyns frumkvöðla:** það getur verið eitt af vandamálum þátttakenda, eða raunveruleg tilfelli. Þátttakendur munu reyna að koma með sem flest sjónarmið til að leysa vandamálið. Þjálfarinn ræðir stuttlega um sameiginlega forystu.
7. **Veggspjaldahringekja til að draga saman verkstæðið:** „Hvað hefur verkstæðið stuðlað að faglegri iðju minni?“ Í litlum 4 eða 5 manna hópum svara þátttakendur þessari spurningu með lista yfir atriði á hverju veggspjaldi sem hinir hóparnir gera athugasemdir við í þremur stuttum tveggja mínútna röð; meðan veggspjöld snúast frá liði til liðs þar til þau snúa aftur að upprunalega borði sínu. Ályktanir eru dregnar í stórum hópi.
8. **Lokun helgisiða dansleið:** Kveðjudans er fluttur af hverjum meðlimum í ritual passage catwalk stíl.

Effirmat - 1 mánuði síðar (þjálfunar- og leiðbeiningarþing)

Markþjálfun og leiðbeiningarmat er kerfisbundin leið til að ákvarða árangur og verðleika árangursríkrar þjálfunar.

Til að stjórna komandi frávikum er mikilvægt að fylgjast með og meta námsferlið. Þetta hjálpar til við að ákvarða auðveldlega hvort aðlögunaraðgerða og viðbótar leiðbeiningar er krafist.

Með þessu þingi munum við:

- Skoðaðu vísbendingar um hvort nám okkar hafi skilað árangri
- Skýrðu allan vafa eða spurningu sem tengist námsferlinu eða þekkingunni sem aflað er.

Svaraðu spurningum eins og:

- Hversu vel er þátttakandinn? (árangur, aðgerð, framkvæmd)
- Erum við að gera réttu hlutina / skrefin? (frávik, vegatálmur, eitthvað sem virkar ekki eins og búist var við)

- Hvaða áhrif hefur námskeiðið? (Þátttakandi mun sjá framfarir hennar og fá skýra mynd af ferlinu)

Við getum byrjað á viðtalsumræðum:

Einstaklingsárangur:

Get ég byrjað á því að spyrja nokkurra spurninga um einhverjar niðurstöður fyrir þig persónulega, þ.e. ekki vald þitt.

Fyrst:

1. Hvaða þættir forritsins hingað til hafa gagnast þér persónulega?

- Á hvaða hátt var það gagnlegt?
- Hvað lærðir þú? Kannaðu þekkingu um frumkvöðlastarf, stefnumótandi hugsun, persónulegt nám um sjálfið?
- Hvaða áhrif hafði þetta nám á þig? Þ.e hvað ertu nú að gera öðruvísi? Kannaðu hegðunarbreytingar

2. Vinsamlegast getið þið gefið mér dæmi um hvernig þið eruð að gera hlutina öðruvísi?

- Hvað gerðir þú? Hvernig brugðust aðrir við?
- Hvernig var þetta frábrugðið fyrri viðbrögðum þeirra?

3. Hvaða þættir forritsins hafa nýst þér minnst?

- Af hverju?
- Hvað gæti verið breytt í forritinu til að gera það verðmætara fyrir þig?

4. Ef ég myndi biðja þig um að draga saman, hvað myndir þú segja að hafi verið stærsta persónulega afrek þitt hingað til síðan þú hefur verið á dagskránni?

5. Getur þú lýst stuttlega, í nokkrum setningum, tilfinningum þínum gagnvart dagskránni í heild?

- Tímasóun? Nothæft? Virði?

Nú er komið að þér að sinna fyrirspurnum og áhyggjum allra sem leita til þín. Þú verður að bjóða upp á þjónustu sem leitast við að skila grunnupplýsingum og leiðbeiningum fyrir viðskiptahugmyndir sínar eða önnur viðfangsefni, eftir þörfum þeirra.

4. HVERNIG Á AÐ SKIPULEGGJA ÞJÁLFUN ÞÍNA:

- Fyrst af öllu er nokkur nauðsynleg bakgrunnsþekking sem þátttakendur eiga að fá: hverjir eru lærlingar þínir? Hver eru fagleg / menntunarleg snið og þarfir þeirra? Taka þarf tillit til aldurs, kyns og annarra nauðsynlegra einstaklingsbundinna bakgrunnsupplýsinga (tungumál, hreyfanleika eða skynjanlegan fjölbreytileika, matarþarfir osfrv.). Spurðu þátttakendur hverjar eru væntingar þeirra um þjálfunina. Að finna út hvað þeir búast við frá þér mun segja þér á hvaða sjónarhorn þú ættir að leggja meiri áherslu. Þú verður að skýra hver krafa hópsins er. Fyrir þessa sérstöku þjálfun eru kynbundin áhersla, næmi og rökhugsunargeta nauðsynlegir eiginleikar fyrir þjálfarann.

- Skilgreindu mengi af þremur til fjórum meginhæfileikum (breiðari flokkar tengdir „hvernig“ frekar en „hvað“ og oft nefndir af efnislegu; IE: „sjálfsálit“, „virk hlustun“, „forvirkni“ ...) að þú miðar þjálfuninni til að efla.

- Sérstakar athafnir sem þú munt bjóða í hverri lotu ættu að tengjast færni sem talin er upp og stunduð með skref fyrir skref líkanagerð, hlutverkaleik, gagnrýna hugsunarstarfsemi, hóplausar samvinnuvandræðaaefingar og með því að hvetja til sjálfsathugunar þátttakenda hlið.

- Við mælum með því að þjálfunaráætlun þín sé verkefnamiðuð og byggist á námi með því að gera. Mikilvægar æfingar fela í sér hönnun sem endurskapar athafnir / aðstæður eins nálægt þeim sem þátttakendur munu lenda í. Að fara í gegnum þetta mun ekki aðeins gera lærlingana færari, heldur koma af stað sjálfskynjaðri hæfni varðandi faglega getu sína og þar með styrkja þá.

- Skipuleggðu að þöruð, lífllítt hópur, stór hópur og einstaklingsstarfsemi fari fram í hverri lotu. Taktu tillit til margra greindarlíkans Howard Gardner til að koma til móts við allar tegundir nemenda og skipuleggðu fjölbreytni stuðnings, hópmyndana og athafna. Tryggja líkamlega hreyfingu; það er þægilegt fyrir alla, en sérstaklega fyrir karla að halda þátt og áhugasemi.

5. HVERNIG ÆTTI VIÐHALD ÞJÁLFAFINNAR AÐ VERA?

- Þjálfarinn ætti að verða **leiðbeinandi fyrir tilfinningagreindarstjórnun með mikla kynvitund**: sérhver þjálfari sem leiðir hóp er í grundvallaratriðum leiðbeiningar um tilfinningagreindarstjórnun. Viðbrögð nemenda og reynsla hvers og eins mun flýta fyrir og hægja stundum á þjálfuninni. Hlutverk þjálfarans er að sanna að öll reynsla sem þátttakendur deila á meðan á þjálfuninni stendur, sé gild. Þjálfarinn ætti að fjárfesta í vitund og líðan hópsins.

- **Vertu hvetjandi leiðtogi**: Leiðtogareiginleikar þjálfarans ættu að þjóna þeim

tilgangi að hvetja til eigin forystuhæfileika nemenda. Stuðla ætti að sameiginlegri forystuhæfileika. Þjálfunin ætti að hafa sem eitt af markmiðum sínum að undirbúa lærlingana til að vera færir í sameiginlegri leiðtogasetningu og geta unnið í faglega fjölbreyttum netum.

- **Vertu „að læra að læra“ fyrirmynd fyrir hópinn þinn:** Þjálfarar ættu alltaf að vera tilbúnir að breytast í lærlinga á hverjum tíma til að bæta sig faglega. Þráinn til að taka þátt í áframhaldandi námsstarfsemi er eitthvað sem ætti að hvetja til og ætti að tilheyra því að efla forvitni og gagnrýna hugsun. Þjálfarar ættu að vera með þetta allt saman með því að láta nemendur vita að þeir fara sjálfir í aðrar þjálfanir og eru tilbúnir og tilbúnir að læra af þeim. Þjálfarar ættu að taka það skýrt fram að nám er tvíhliða upplifun.

- **Vertu almenn vellíðan í forsvari fyrir alla:** Þjálfarinn þarf að tryggja, innan hans eigin getu, að þjálfunin sé hönnuð á þann hátt að almennri líðan þátttakenda (og þjálfarans sjálfs) sé ekki stefnt í voða. Þetta mun fela í sér að bjóða nauðsynlegar hlé, fáanlegt drykkjarvatn / snakk, þægilegar stillingar (ljós, setustaðir ...), hanna ekki of mikið skattlagningu á æfingaáætlun o.s.frv. Allir þátttakendur ættu að finna fyrir þátttöku, hlusta á og horfa á (já, ekki bara „passað“ heldur „horft á“). Allir meðlimir hópsins ættu að telja að einstakur persónulegur tjáningarstíll þeirra, gildi og einstaklingsbundinn fjölbreytileiki (kyn, aldur, tungumál, kynhneigð, þjóðerni, námsstíll ...) séu virt og tekin með. Og mundu: að skipuleggja að mikið verði gert á stuttum tíma er ekki eins afkastamikið og að gera minna en í dýpt; MINNA ER MEIRA!

6. ALMENNAR ÁBENDINGAR FYRIR FRAMKVÆMDA STARFSEMI

Upphaf þings: hefja þingið með því að rifja upp síðasta þing og draga stuttlega saman það sem rætt verður um í dag. Spurðu lærlinga um allan vafa eða spurningu sem tengist fyrri fundi.

Lokun þings: ljúka þinginu með því að leggja áherslu á lykilkætti þingsins. Eyddu smá tíma í að ræða þetta við hópinn ef það er óljóst, gefðu dæmi ef nauðsyn krefur. Ef þetta er fyrsta fundurinn, gefðu þér um það bil 15-20 mínútur til lokunar, allir gætu þurft smá hvatningu til að tala upp. Mundu að gera effirfarandi:

- Til hamingju allir með að ljúka fyrstu lotunni
- Farðu í kringum hópinn og biðjið alla að gefa stuttlega yfirlýsingu um tilfinningar sínar varðandi fyrstu lotuna.
- Kynntu matsblaðið; útskýra hvers vegna það er mikilvægt að hafa kerfi til mats.

Þú getur endurtekið „Upphaf þingsins“ og „Lokun þingsins“ fyrir hverja lotu til að skapa tilfinningu fyrir uppbyggingu.

NÝTTU ÞJÁLFUNARINNAR!





Ókeypis útgáfa

Cornellà de Llobregat, Spain

March 2020

Útgefandi: M&M Profuture Training, S.L.

tölvupóstur: info@mmprofuture.com

www.mmprofuture.com



Female Entrepreneurship for social inclusion- Þjálfunareining eftir [M&M Profuture Training, S.L.](https://www.fostersocialinclusion.eu/) er með leyfi samkvæmt [Creative Commons Attribution-NonCommercial-ShareAlike 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/).

Byggt á vinnu hjá <https://www.fostersocialinclusion.eu/>.



Erasmus+

Þetta verkefni hefur verið styrkt með stuðningi frá framkvæmdastjórn ESB. Rit þetta endurspeglar aðeins sjónarmið höfundar og framkvæmdastjórnin / Ríkisstofnun geta ekki borið ábyrgð á neinni notkun sem kann að verða á upplýsingum sem þar eru.