

# Poradnictwo grupowe

Zespół ds. Administrowania Informacją Elektroniczną Data modyfikacji: 03.03.2020 Data publikacji: 03.01.2020

---

## PORADNICTWO GRUPOWE

**Poradnictwo zawodowe grupowe** polega na udziale uczestnika w warsztatach prowadzonych pod kierunkiem doświadczonych doradców zawodowych, którzy poprzez realizację konkretnego programu zajęć, stymulują grupę do działań zmierzających do uzyskania założonych celów.

Zajęcia odbywają się w małych grupach (6-16 osób) przy wykorzystaniu aktywizujących technik pracy. Czas ich trwania uzależniony jest od realizowanego programu.

Praca w grupach przebiega w atmosferze akceptacji i otwartości, umożliwiającej uczestnikom zbadanie i zdefiniowanie własnego problemu zawodowego, dokonaniu adekwatnej oceny siebie oraz nabyciu lub rozwoju umiejętności podejmowania decyzji zawodowych.

### Uczestnicy:

- mogą doskonalić swoje umiejętności interpersonalne ułatwiające skuteczne radzenie sobie zarówno z bieżącymi trudnościami, jak i problemami w przyszłości,
- w oparciu o doświadczenia grupowe mogą dokonać adekwatnej samooceny swoich umiejętności i zdolności, określić konkretne zmiany w sposobie myślenia, odczuwania i działania,
- mają okazję do wykorzystania informacji zwrotnych otrzymanych od grupy ale ostatecznie sami decydują o rodzaju i jakości zmian jakich chcą dokonać. Mogą porównać to, jak spostrzegają sami siebie z tym, jak widzą ich inni i podjąć decyzję o sposobie spożytkowania tej informacji.

### Co daje udział w poradzie grupowej uczestnikowi?

- zwiększa odpowiedzialność za siebie i innych,
- stwarza poczucie przynależności do grupy,
- kształci i rozwija umiejętność współpracy,
- pomaga dostrzec siebie na tle grupy,
- stwarza okazję do rozmów, dyskusji, wymiany poglądów i doświadczeń,
- zwiększa poczucie bezpieczeństwa,
- inspiruje i zachęca do refleksji.

Zrozumienie i zaufanie sprawia, że podejmowanie decyzji staje się łatwiejsze.