

Коммуникативный тренинг  
«Границы и пределы» в центре  
«Антон тут рядом»

# Тренируем бизнес-навыки:

- Коммуникация
- Управление конфликтами
- Недирективное управление

## 2 площадки тренинга

- Центр творчества, обучения и социальной абилитации для взрослых людей с аутизмом «Антон тут рядом» ([outfundspb.ru](http://outfundspb.ru))  
Троицкая площадь, д.1
- Компания EXICLUB – управленческий консалтинг и корпоративные тренинги, направленные на формирование корпоративной культуры, повышение вовлеченности и лояльности через развитие мотивации, навыков целеполагания, коммуникативной и личной эффективности, а также других компетенций (<http://exiclub.ru/>)  
ул.Профессора Попова д.37, корпус Щ, офис 428, БЦ «СЕНАТОР»

# Ключевая площадка тренинга – Центр «Антон тут рядом»

- Центр создает комплексную модель поддержки людей с аутизмом, от сопровождаемого проживания до поддержанного трудоустройства, помогает людям с аутизмом реализовать свой потенциал.
- Основа работы Центра – взаимообмен ресурсами между его студентами, сотрудниками, волонтерами и гостями. Это мотивирующая коммуникативная творческая среда, которая помогает развить навыки общения, раскрыть свой человеческий и творческий потенциал.
- Гости Центра, встречаясь с ребятами – людьми с аутизмом, сталкиваются с другим взглядом на мир, с непривычной открытостью и общением помимо социальных масок. Это помогает гостям расширить свои собственные границы, посмотреть на себя с другой стороны.

# Коуч-площадка тренинга:

# Exiclub

Установочная, рефлексирующая и осознающую части тренинга проходят в Exiclub

Борис Холмянский, директор Exiclub, коучер, ведущий тренинга (подпись под фото Бориса)

Борис Холмянский о тренинге «Границы и пределы»:

«Человек живет в ограничениях, придуманных им самим. У ребят в "Антоне тут рядом" границы естественнее, чем социальные. Человек, попадающий туда, сталкивается с тем, что его границы - либо слишком далеко, либо слишком близко, но их положение точно не отвечает его естественному состоянию. Взаимодействие с ребятами - это очень интересный процесс, развивающий наше представление о себе.

Когда я попадаю в состояние потока, творчества, мои социальные представления куда-то исчезают, потому что я занят тем, что я присутствую полностью в том процессе, в котором нахожусь, и это меняет качество моей жизни. Умение прибывать здесь и сейчас – это навык, который тренируется."

Продолжительность тренинга:  
2 полных дня (рабочий и выходной) и  
1 будний вечер

- 1 будний вечер – 3 часа – понедельник – с 18.00 до 21.00 – **Установочная часть в группе**
- 1 полный рабочий день – 8 часов - любой будний день кроме понедельника:  
с 10.15 до 16.15 в центре «Антон тут рядом» - **Погружение индивидуальное** и  
с 17.00 до 19.00 или с 18.00 до 20.00 в Exiclub – **Рефлексия индивидуальная**
- 1 полный выходной день – 6 часов - суббота –  
с 11.00 до 17.00 в компании Exiclub - **Осознающая часть в группе**

# Основная часть тренинга: **Погружение** в центре «Антон тут рядом»

- Вы участвуете в тренинге в роли полноценного студента Центра, а не в роли Волонтера!!!
- Тренинг включает в себя работу в творческих мастерских (керамическая/графическая/швейная/декораторская) и коммуникативные занятия по расписанию центра с 10.15 до 16.30

# Установочная, Рефлексирующая и Осознающие части тренинга в Exiclub

## Установочная часть:

- Рассказ о тренинге
- Ознакомление с правилами поведения
- Обучение технике наблюдения за собой
- Ознакомление с техникой безопасности
- Формирование индивидуальной задачи на тренинге

## Рефлексирующая часть:

- Индивидуальный разговор про то, что происходило и происходит

## Осознающая часть

- Групповой коммуникативный тренинг, помогающий преобразовать приобретенный опыт



# Отзывы участников тренинга

«Пройдя тренинг «Границы и пределы» сам, я хочу отправить на тренинг сотрудников нашей компании, которые работают с людьми – руководителя отдела закупок, руководителя производственной смены, инженеров проекта. Они взаимодействуют с госорганами, где работают очень специфические люди. Общаясь с ними, можно либо надевать маску, либо пытаться прорваться по-человечески, без маски. На мой взгляд, человеческое общение без маски гораздо лучше. Этому я учился в центре «Антон тут рядом». Там чувствуешь себя по-особенному, ищешь другие ресурсы в себе. Это уникальное пространство, которое никаким тренингом не создать и никакими упражнениями не сделать.»

Участник тренинга, Специалист по развитию управленческих компетенций

«Одно из самых ценных приобретений для меня на тренинге – возможность погрузиться в необычную обстановку в течение 8 часов, за это время ты перестаешь контролировать, отключаешь привычный контроль, потому что просто не можешь контролировать, происходящее ты вынужден сбросить маску и, что самое удивительное, после этого ты остаешься наедине с собой, с таким, с каким ты возможно никогда не встречался»

Участник тренинга, HRM -специалист

«Среда, в которую я попала, оказалась для меня очень дружелюбной, способной принять любого человека таким какой он есть»

Участник тренинга, HRM -специалист

# Даты ближайших тренингов

- 28 ноября – 3 декабря
- 5 – 10 декабря

# Контакт для записи на тренинг:

Екатерина Боскис,  
фандрайзер Центра "Антон тут рядом"  
boskis@outfundspb.ru  
+7 921 363 3986