

大專院校培訓系列一

有效團隊建立日

課程背景:

要有好的工作效率,就需要擁有高效率團隊合作精神。當大家以一種合作方式一起工作的時候,效率就會提升,連同創意、質量以及團隊對工作及生活的滿意程度都能倍增。

是次培訓日的體驗式學習活動及遊戲,為即將投身社會的大專學生提供一種有趣而充滿魅力的方式,學習及實踐團隊合作技巧,體驗日後於社會工作的要素。每個活動後的討論,對於每位參加者在提升團隊合作及領導技巧方面(不論是個人或團隊),都會有所幫助。

在活動過程中,我們會從以下幾方面對團隊進行觀察及引導:

- ⊕ 以合作的方式解決問題
- ⊕ 團隊計劃及時間控制
- ⊕ 有效的溝通及反饋
- ⊕ 個人及集體承擔的義務
- ⊕ 處理及解決衝突
- ⊕ 參與決策
- ⊕ 互相信任及自信
- ⊕ 理解並重視分歧
- ⊕ 資源共享
- ⊕ 團隊精神及互相支持

培訓日大綱:

第一階段: 形成期—依賴、依靠

1. 個人及團隊: 彼此了解有限
2. 狀況: 此階段參加者由個人自我轉換為團隊成員,有些組員會嘗試界定任務及目標性質,共同商議如何完成。
3. 適合活動: 暖身熟悉活動—利用兼具趣味性及親和力的活動,讓成員互相認識,逐漸彼此熟悉。

第二階段: 風暴期—衝突處理

1. 個人及團隊: 具有基本合作技巧,團隊能達成簡易任務。
2. 狀況: 此階段大家真正體會到任務的困難性,因個性差異產生意見分歧,或是過分熱忱博取他人好感。
3. 適合活動: 挑戰阻礙活動、信任支持活動、溝通合作活動—提供活動題材或活動情景,讓成員發揮勇於嘗試及創新的人格特質,並形成合作及互相支持的氣氛,同時為成員建立信任,並摒棄個人主義的處事手法。

第三階段: 穩定期—凝聚力形成

1. 個人及團隊: 加強互相合作技巧,形成默契,達致自動自發
2. 狀況: 此階段大家逐漸了解彼此的行事風格,互相包容,由相互之間較大的緊張關係轉變成和諧的合作關係,目標明確,達成共識。
3. 適合活動: 溝通合作活動、問題解拆活動—讓成員透過不同難度的問題解拆活動,嘗試從錯誤中學習經驗,同時學習如何有效溝通、合作及妥協。

第四階段: 發展期—彼此信賴、互相依靠

1. 個人及團隊: 待人處事皆有良好互動的技巧。
2. 狀況: 此階段各同工已建立了良好關係,也產生對團隊的期望,組員清楚彼此的優缺點,能找出改善之處,順利解決問題,組員感情緊密相連。
3. 適合活動: 模擬社會責任活動、個人責任活動—此類活動幫助組員體會事前規劃的價值,重言語溝通及肢體協調合作的表現,並透過相互支持及勉勵,將艱鉅及挫折化為助力,培養積極面對及工作效益的能力。

時間: 上午九時至下午五時

地點: 馬灣公園通識學園訓練基地
(全新開幕、環境優美的體驗式培訓場地)

培訓形式: 啟發互動式團隊遊戲及活動、小組討論及分享

參加人數: 20 位起

培訓費用: 港幣 480 元/位起

費用包括: 通識學園日營、午膳、專業培訓導師及活動統籌、活動室、流動歷奇活動器材、來往青衣機鐵站及通識學園專車等

以上為我們就過往培訓大專學生之經驗所作出的建議,如有任何其他補充、建議或要求,歡迎與我們聯絡,我們樂意作出適切之活動建議,或與貴校面見相議。另亦可根據貴校需要及人數等,特別設計培訓活動內容,歡迎閣下與本機構聯絡詳談。

馬灣公園查詢熱線: (852)3446 1163

通識學園課程專線: (852)2781 3704

馬灣公園網址: www.mawanpark.com

香港培訓力量網址: www.protrain.hk

地址: 香港新界馬灣田寮村 44-45 號馬灣公園服務處及通識學園