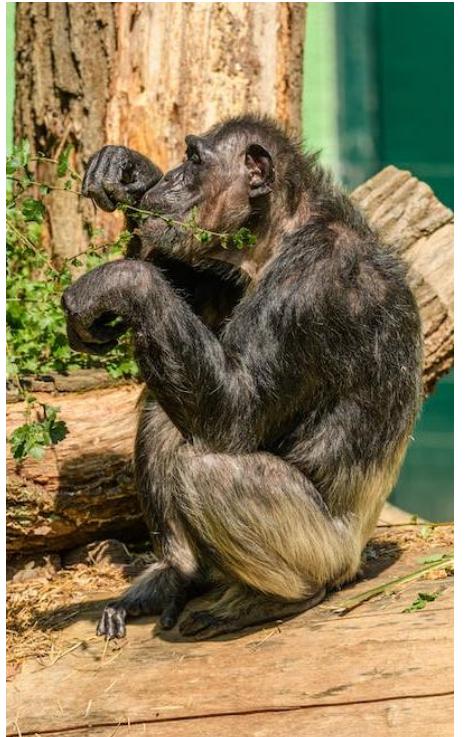


# Train The Trainers

Training si certificare ANC  
FORMATOR (cod COR 242401)



# Daca cursantul ar fi un animal care ar fi acesta?



# Agenda

---

Ziua 1 Instruirea tradițională sau training  
Cum comunicam in training verbal ?  
Cum comunicam in training non-verbal?

**Ziua 2** Cine sunt participanții?  
Stabilirea obiectivelor si structurii  
Pregătirea prezentării

Ziua 3 Susținerea cursului  
Tehnici și metode de instruire  
Evaluarea programului de training

Ziua 4 BootCamp

Examen Test Grila; Sustinere Proiect Curs

---



Învățarea e un parteneriat intre trainer si cursant.

Experiențele proprii sunt resursele invatarii

### **Andragocia**

*Arta si Știința de a-i învăța pe adulți*

### **Heutagogia**

*Spre deosebire de andragogia clasica, aici cursantul  
alege totul*

---

### **Holding Environment**

*un cocon de siguranță unde greșelile sunt permise și  
încurajate*

### **Translanguaging**

*utilizarea tuturor resurselor lingvistice*



# Cum învăță diferit adultul?

Sa se încadreze în program

Prin colaborare

Sa si exprime punctul de vedere

Prin adaptare la nevoile sale

Autonomie

In grupuri mici

Utilitate

# Ciclul invatarii la adulti | Kolb

Observatii



Experienta  
concreta



Formare  
concepte

Testare in  
situatii noi



# Tu cum înveți?

Stilul Activ

Stilul Reflexiv

Stilul Teoretic

Stilul Pragmatic



# Stilul activ

*“Voi incerca totul!”*

Învață mai bine atunci când:

- Exista noi experiențe, oportunități din care să învețe
- Exista o serie de lucruri ce pot fi testate
- Exista ceva de făcut pentru ei personal
- Se desfășoară scurte exerciții, activități de grup

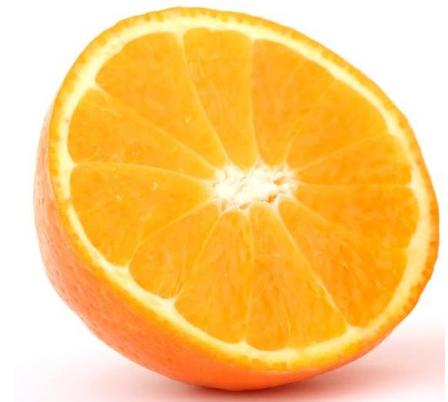


# Stilul reflexiv

*“Nu fi prea grabit !”*

Învață mai bine atunci când:

- Au posibilitatea să observe/reflecteze asupra activităților
- Au posibilitatea să stea deoparte, ascultând și privind la ceilalți
- Au la dispoziție timp de gândire și pregătire înainte de a face un exercițiu sau comentariu



# Stilul teoretic

*“Daca este logic trebuie sa fie corect!”*

Învață mai bine atunci când:

- Au posibilitatea sa chestioneze ipotezele sau metoda
- Iau parte la activități structurate, cu scop precis
- Pot asculta/citi despre idei si concept raționale
- Pot analiza cauzele succesului/eșecului
- Au la dispoziție material scris, diagrame



# Stilul pragmatic

*“Nu este de folos daca nu functioneaza!”*

Învață mai bine atunci când:

- Exista o legătura evidentă intre subiectul discutat și activitate
- Sunt prezentate idei cu aplicabilitate evidentă
- Li se da posibilitatea să exerseze, beneficiind de comentariile / asistenta unui expert.



# alte stiluri de învățare

După emisfera cerebrală activă:

- Global (emisfera dreaptă: muzicieni, actori, designeri) și
- Analitic (emisfera stângă: ingineri, contabili)

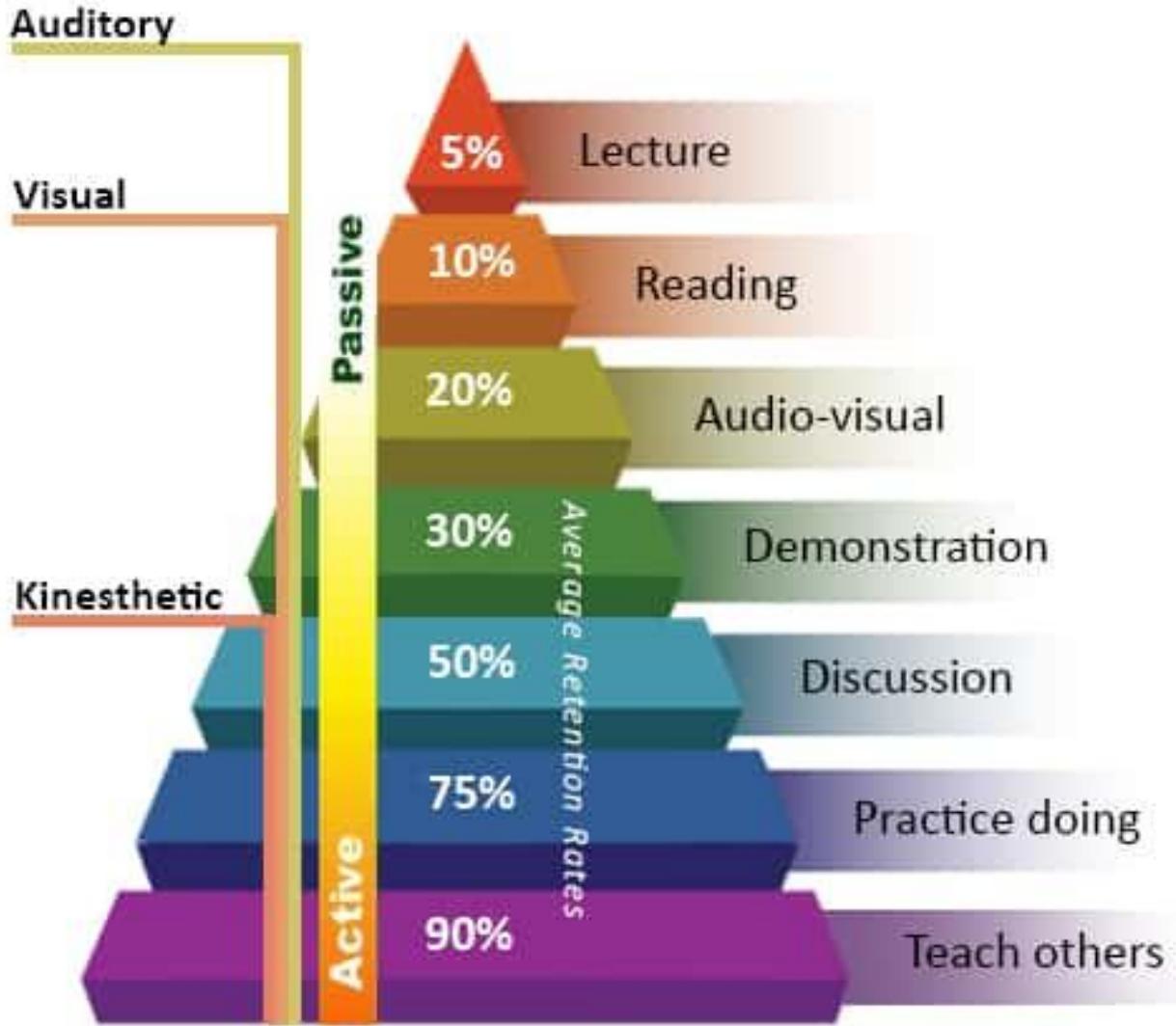
După componentă genetică:

- Vizual
- Auditiv
- Tactil/ chinestezic





# Piramida Învățării



Adapted from the NTL Institute of Applied Behavioral Science Learning Pyramid

# Teorii în învățarea adultului



Cursantul  
recipient

Transfer

- Transfer rapid
- Pregatire minima
- Fara dialog sau practica



Cursantul  
materie prima

Modelare

- Adaptare
- Comparatii negative
- Depinde de calitatea cursantului
- Cursantul nu intelege trainerul



Cursantul  
turist

Calatorie

- Curiozitate
- Independenta
- Necesa motivare
- Pot aparea situatii neprevazute

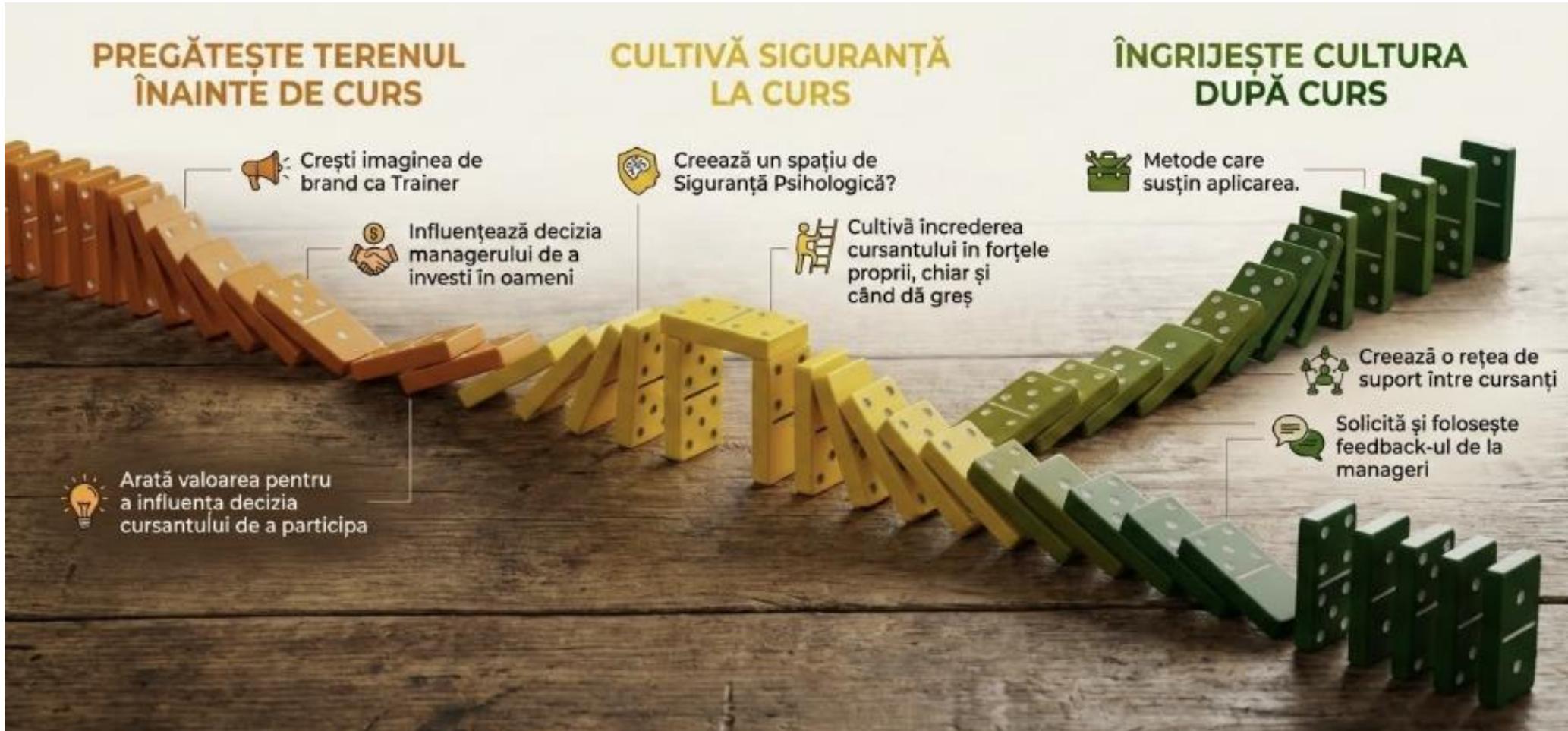


Cursantul  
planta

Crestere

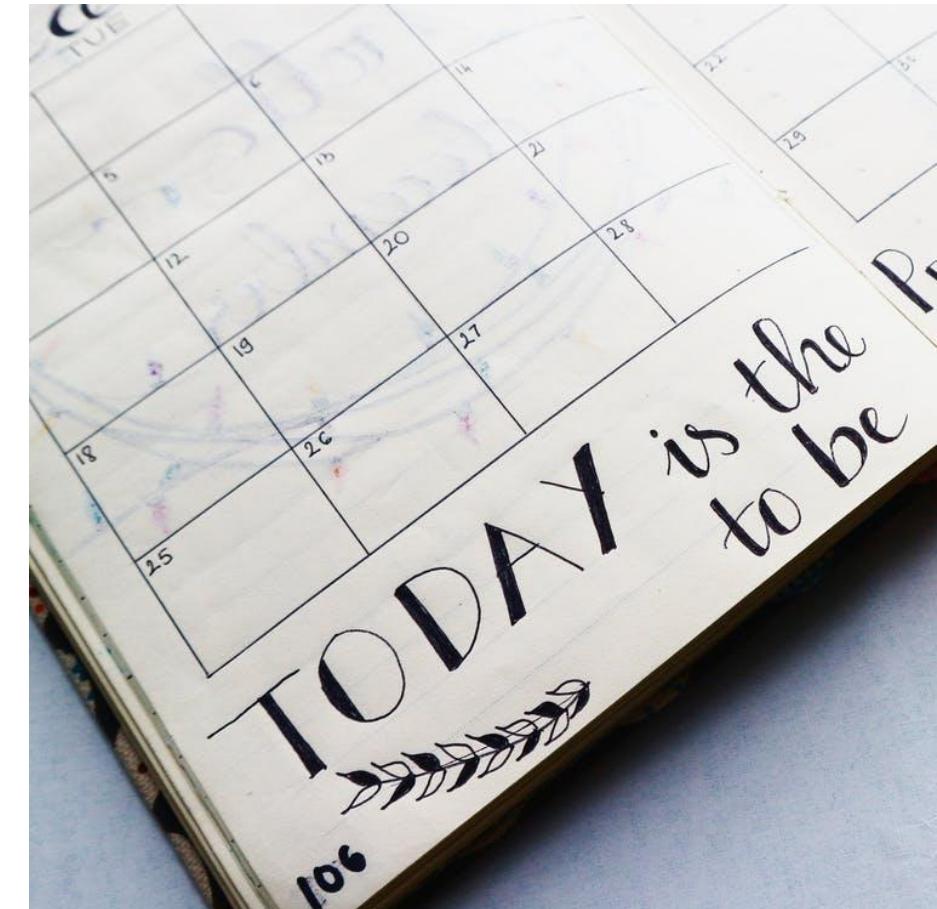
- Invatare gradata
- Feedback rapid
- Nu se potriveste pentru cei independenti
- Rezultate pe termen lung

# Efectul domino în formare



# Înainte de a începe

***If you fail to prepare,  
prepare yourself to fail.***





# Analiza nevoilor de formare

Determina ceea ce viitorii participanți știu deja

Identifica ce anume au nevoie participanții sa știe pentru a-si îmbunătăți performantele

Permite construirea de programe de formare centrate strict pe domeniile in care cursanții prezinta deficiente

Permite formularea obiectivelor pentru programele de formare

# Analiza nevoilor de formare

Ce vârstă are și ce gen?

Cu ce se ocupa? Ce obiceiuri are?

Cum se îmbracă? Ce mănâncă?

Cum își petrece timpul liber?

Ce studii și experiență are?

Ce știe deja ?

Cum învață?

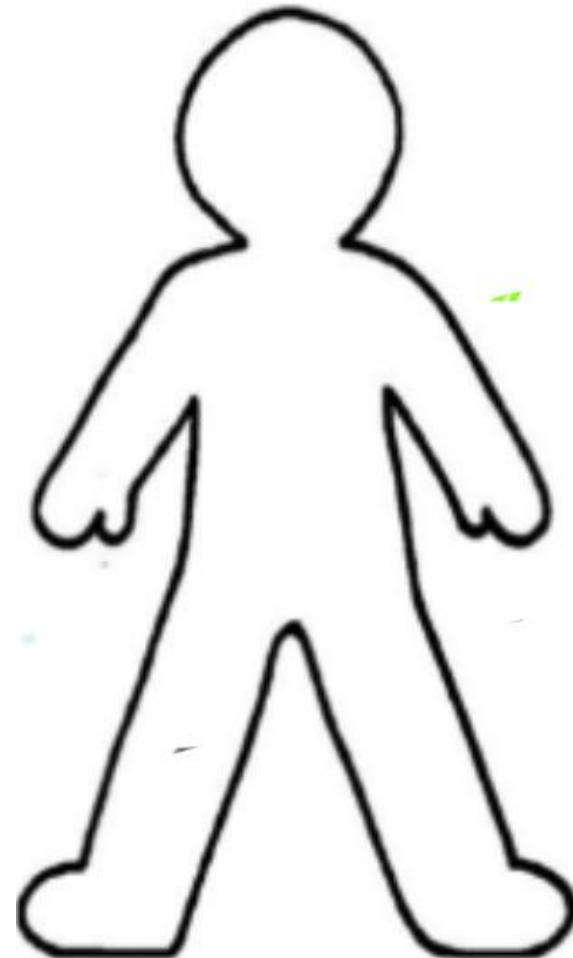
Care sunt nevoile pe care presupun că le are?

Cum afli ce nevoi reale are?

Cine ia decizia de participare la curs?

Cum ajung să afle de mine?

Cât este dispuș să plătească?



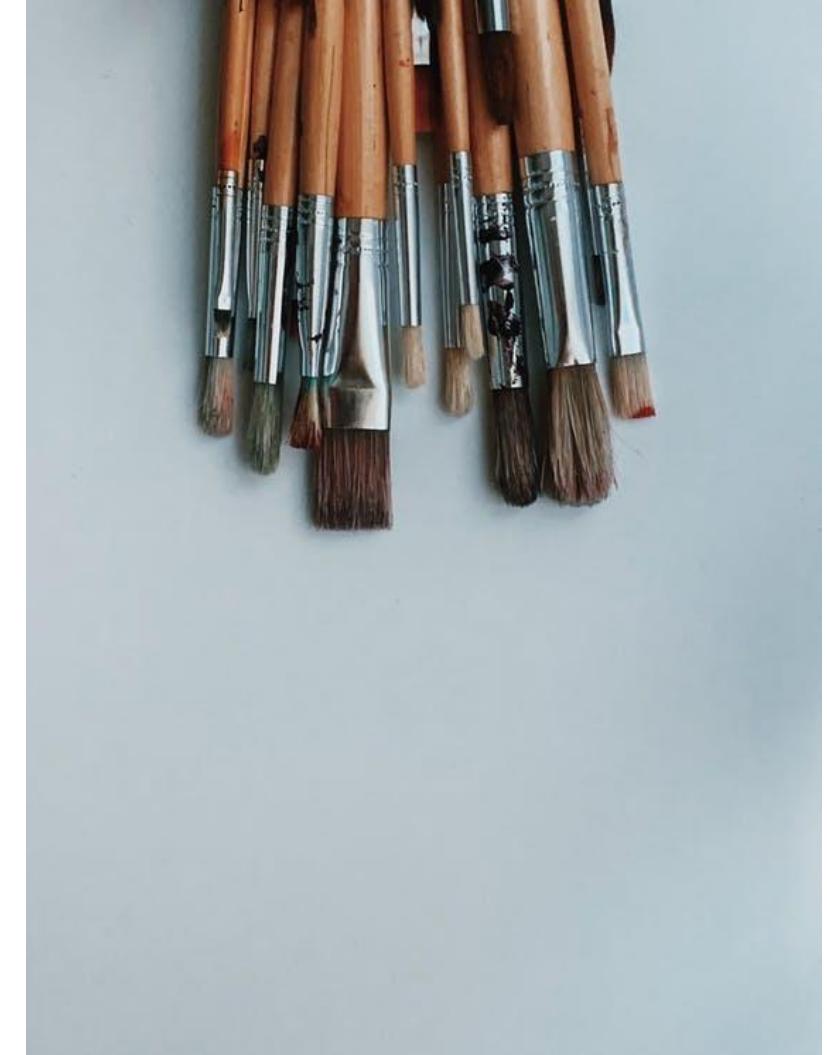
# Instrumente de identificare a nevoilor de formare

Chestionarul

Interviul

Discuțiile libere

Evaluări anterioare



# Cine sunt viitorii cursanti

- categorie socială și pregătirea
  - nivel studii
  - nivel venit
  - mixt
- numărul celor prezenți
  - pana in 10 pers
  - 10-30 pers
  - 30-100 pers
  - peste 100 pers
- starea fizica:
  - activi
  - plăcăsiți/obosiți
  - mixt



# Cine sunt viitorii cursanti

- starea de spirit sau receptivitatea
  - cei care vor să participe
  - cei care au obligația să participe
  - mixt
- relația socială cu tine
  - superiori / colegi cu aceleași funcții/subordonați
  - auditoriu ostil
  - diferența de vârstă
  - auditoriu mixt



# Stabileste obiective

S – specific

M – masurabile

A – acceptate/asumate

R – realizabile

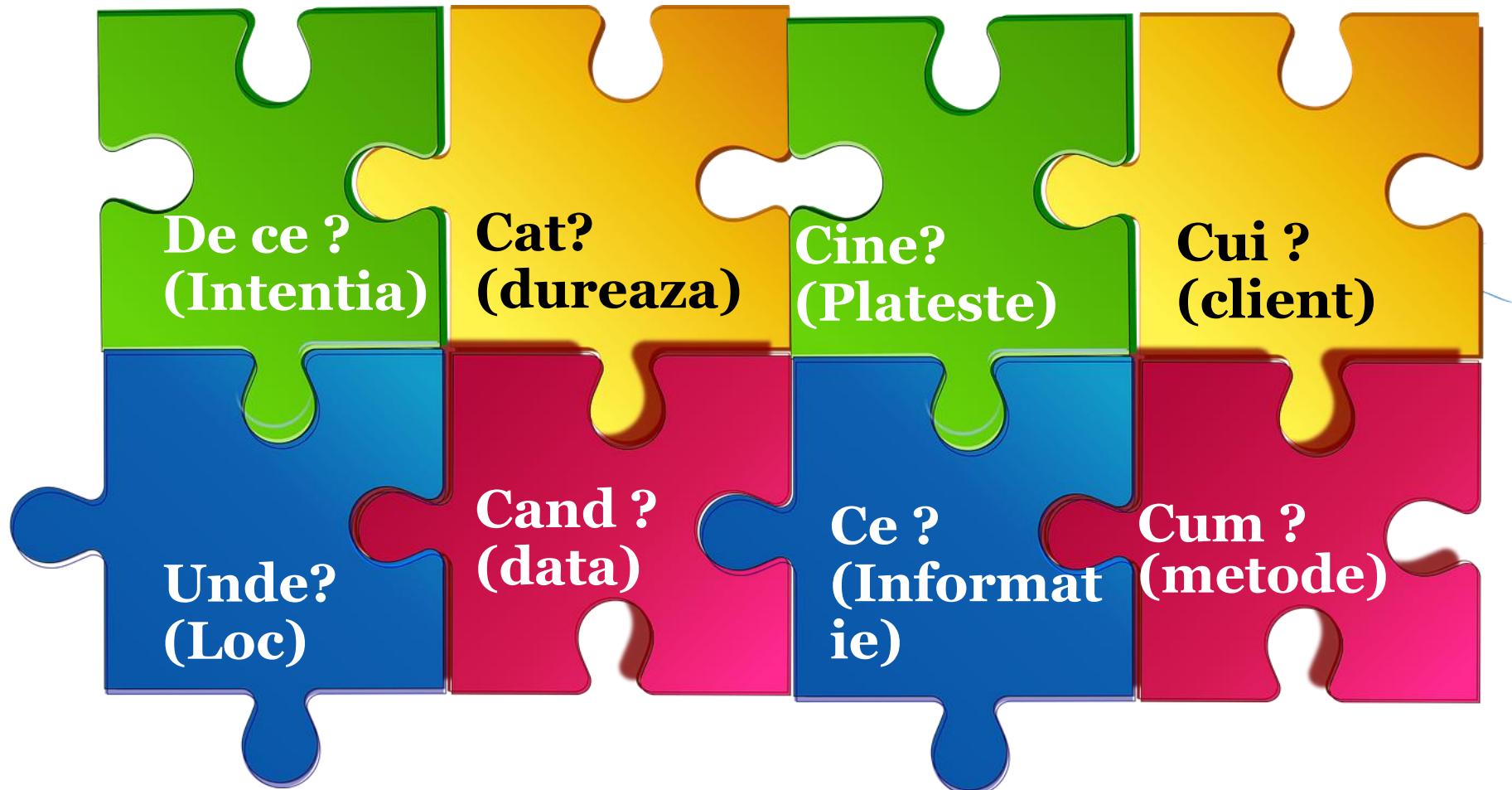
T – TIMEBOUND (cu timp specificat)

E – EXCITING (STIMULATOR)

R – RECORDED (CONSEMNALBIL)



# Proiectarea formarii



# Stabilește obiectivul

- care este tema?
- ce își dorește sau are nevoie?
- care sunt obiectivele mele?
- care sunt elementele cheie?
- care este structura?
- care este durata estimată?
- ce întrebări ar putea să-mi adreseze?
- ce răspunsuri să putea să le dau?
- ce surse de informare voi folosi?
- ce logistica voi folosi?
- cum comunic cu el? cum îl conving?



# Ce instrumente folosești la curs?

- sala, scaune, mese
- flipchart vs whiteboard
- projector vs streaming
- hârtie si creioane
- bete, sfoara, foarfec, frunze, fasole, fructe
- VR
- instrumente de laborator



# Oferta de curs

- Titlu curs (sa conțină un beneficiu, o întrebare )
- Subtitlu curs
- Introducere atractiva
- Ce vei face la curs? Structura curs/ Subiecte abordate/ Moda desfășurare
- Cum se va desfășura cursul? Firul roșu
- Ce vei obține? Obiectivele cursului & beneficiile cursantului
- Ce pierde daca nu vine?
- Cui (nu) se adresează? (vârstă, studii, experiență)
- Informații organizatorice (ora, data, locație)
- Contact pentru informații suplimentare
- Preț



# Oferta de curs cu AI

**Context** - [ intrare generala in subiect, ce industrie, alte elemente de context]

**Obiective**- [specific, masurabil, indica criterii de succes]

**Mod** - [rol, experinta, perspectiva]

**Persoane interesate** - [caracteristicile audientei, nevoi, informatii demografice]

**Atitudine** - [tone, voce, stil abordare]

**Stil** - [format, structura, limba, tipologie cuvinte]

**Specific** - [5-7 constrangeri, reverificari]

VERIFICA SI PERSONALIZEAZA!

**Context** – Sunt trainer de leadership si am nevoie sa creez o prezentare de curs

**Obiective**- [creeaza o prezentare de curs continut, introducere, structura si obiective]

**Mod** - [esti consultant in training]

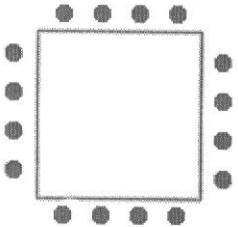
**Persoane interesate** - [curselor se adreseaza sefilor de sanctie ]

**Atitudine** - [direct si adaptat industriei]

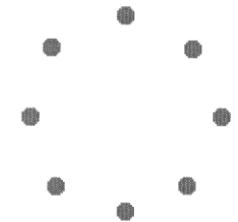
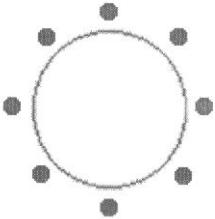
**Stil** - [in limba romana maxim 500 cuvinte]

**Specific** - [verifica sa nu existe greseli gramaticale]

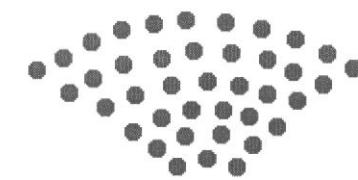
# Organizarea salii



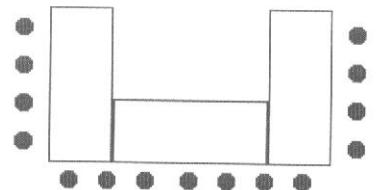
Conferinta



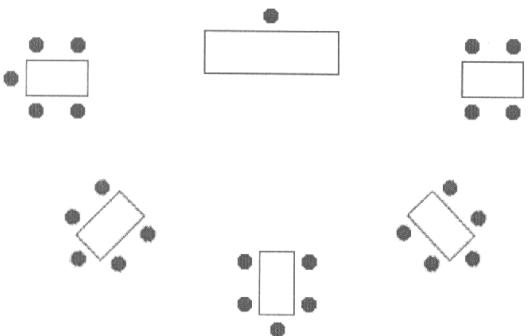
Echipa



Amfiteatru



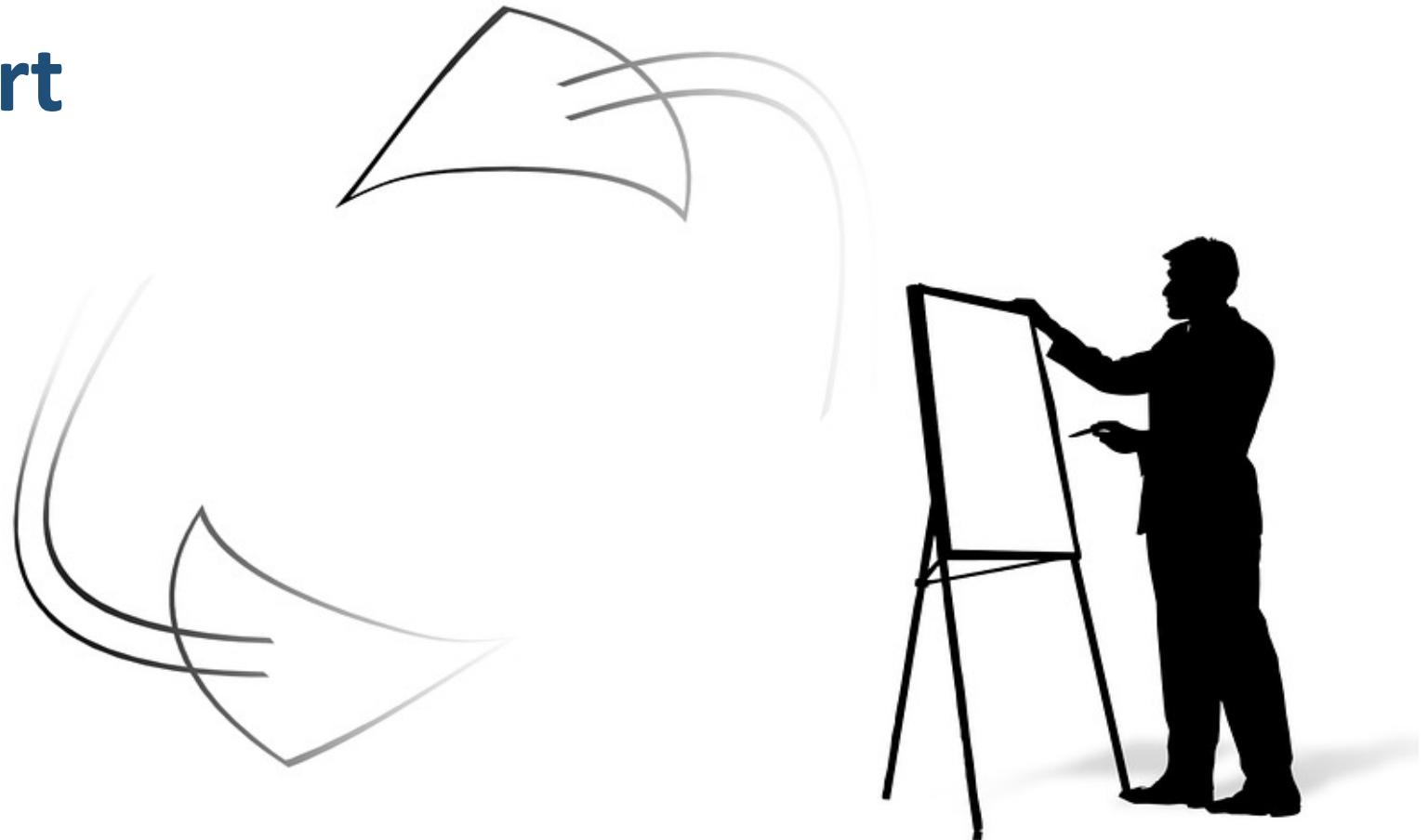
Forma “U”



Grupuri

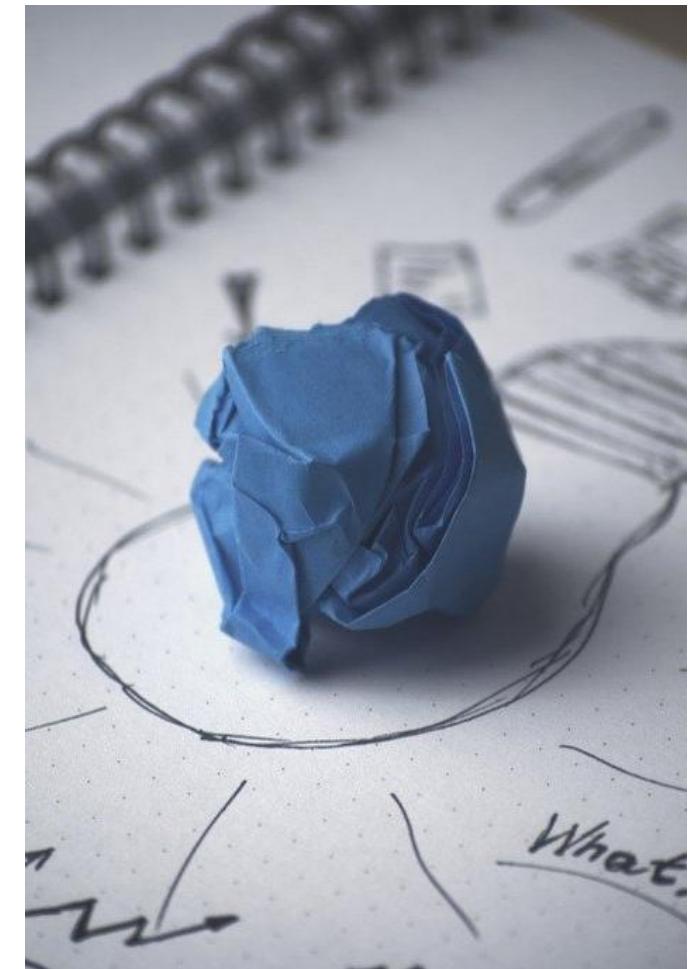
# Pregatire Flipchart

- Culori
- Litere
- Numere si semne
- Harti mentale
- Spatiu liber
- Grupare



# Check list materiale

- Suport de curs participanți
- Manualul trainerului
- Markere
- Ceas
- Materiale ajutătoare: “călăreți”, post-it-uri



# Check list înainte sa pleci

## **Lista de verificare:**

- adresa + harta locului prezentării
- suportul prezentării, alte materiale + rezerve
- echipament audio-video
- pixuri sau stilouri etc.



## **Cum te îmbraci?**

- îngrijit, curat
- adaptat subiectului, locului, auditoriului

# Check list in sala

Verifica cu atenție:

- Sala
- Echipamente
- Materiale
- Temperatura
- Luminarea
- Zgomot
- Prezenta
- Aerisirea
- Vizibilitatea din orice colt





# Pregătirea echipamentelor

Utilizarea corecta a tehnologiei sporește credibilitatea.

Închide projectorul ori de câte ori nu discutați pe slide.

Familiarizează-te cu funcționarea echipamentelor.

Nu sta în dreptul imaginii de pe ecran.

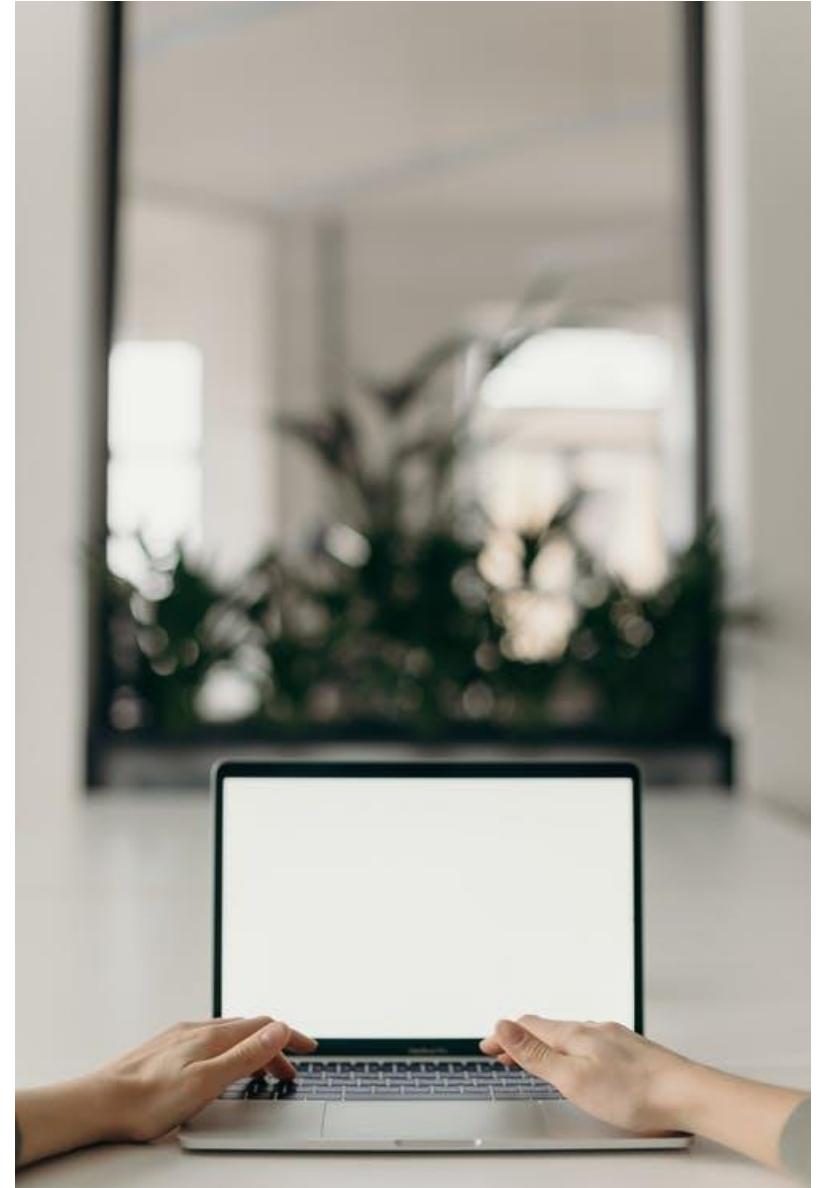
Utilizează mâna sau un pointer

Nu te întoarce cu spatele pentru a arata pe ecran



# Pregătirea conexiunii online

- link transmis
- link funcțional
- toți pe același link
- conexiune internet + backup
- microfon
- sunete externe
- video si background





---

# Suportul de prezentare



**KISS –**  
**Keep it**  
**simple,**  
**Speaker**

Utilizează limitat power point sau alte materiale pt. ca atenția sa fie în mare parte asupra ta

[http://www.youtube.com/watch?v=8T\\_jwq9ph8k](http://www.youtube.com/watch?v=8T_jwq9ph8k)

# Prezinta regulile

Structura

Utilizare culori, imagini si video

Formatare text

Prezentare numere si grafice

Prezentare non-formala

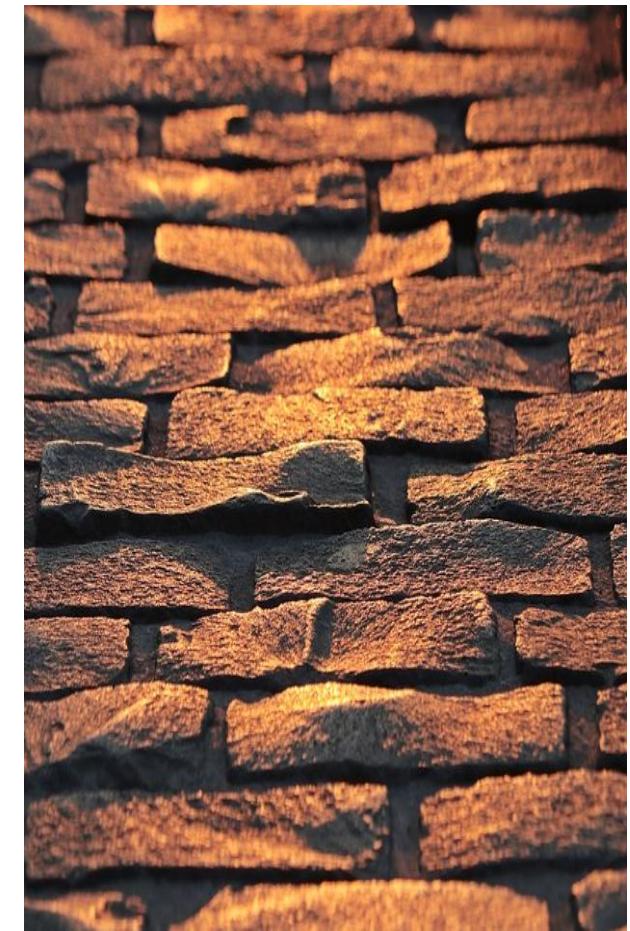
# Cele șase reguli ale discursului lui Cicero

- Introducerea (câștigarea atenției)
- Enunțarea ideilor (fondul)
- Diviziunea (zona de acord, dezacord, decizii necesare)
- Dovada (argumente concrete)
- Combaterea (distrugerea argumentelor adversarilor)
- Concluzia (sfârșitul „formulat în armonie cu arta”)



# Structurarea unei prezentări

- cronologică
- problemă – soluție
- de la complex la simplu (și invers)
- de la general la particular (și invers)
- de la cunoscut – la necunoscut
- pas cu pas (descrierea unui proces)



# Exemple reguli

- Rotunjește numerele
- 6 (8) rânduri X 6 (8) cuvinte = 36 (64)
- Folosește legende
- Omogenitate, sobrietate, claritate
- Folosește fotografii de înalta rezoluție
- Simplifica informația
- Ai pregătit un backup



# Utilizarea culorilor

## Alege paleta de culori

Aleatoare [colorhunt.co/](https://colorhunt.co/)

De la o imagine [palettegenerator.com/](https://palettegenerator.com/)

Alege [culoareamagecolorpicker.com](https://culoareamagecolorpicker.com)

- culorile calde stimulează comunicarea
- culorile reci determină monotonie
- excesul de culoare, distraje atenția



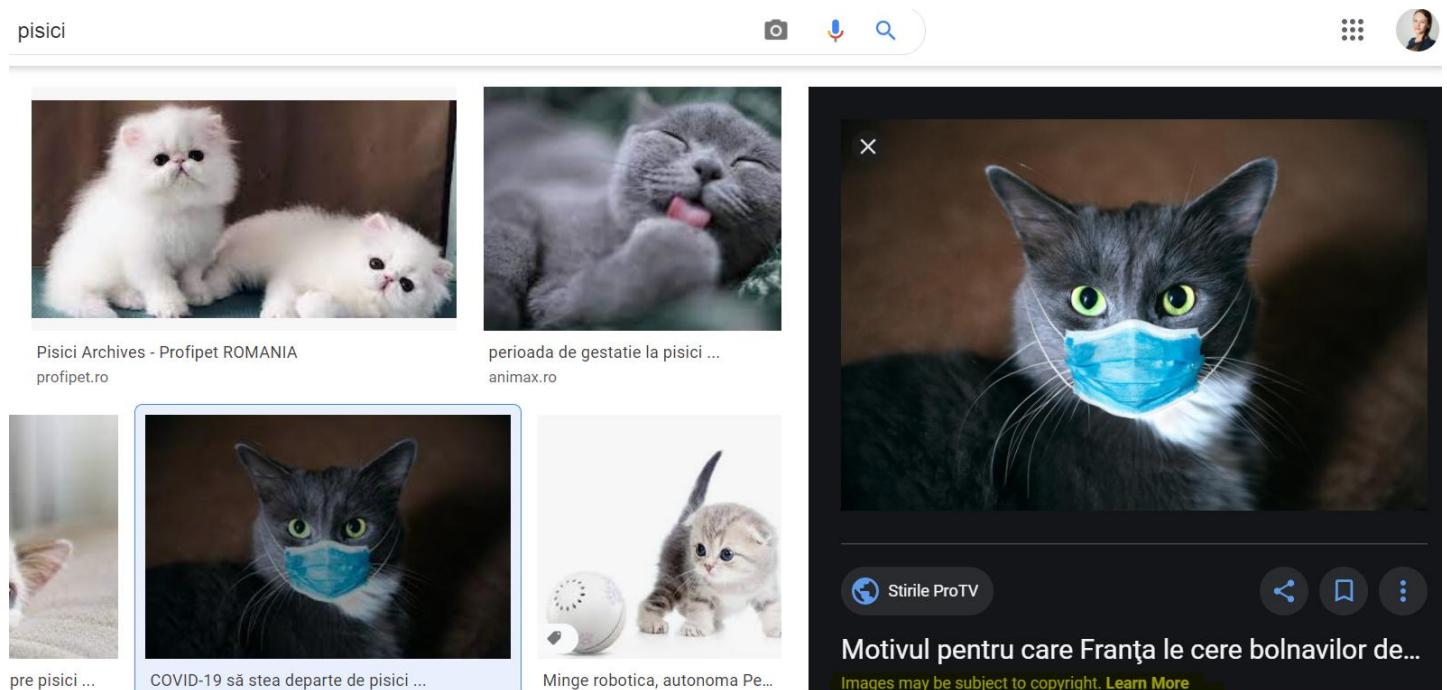
# Imagini, video si drepturile de autor

## Creatie proprie

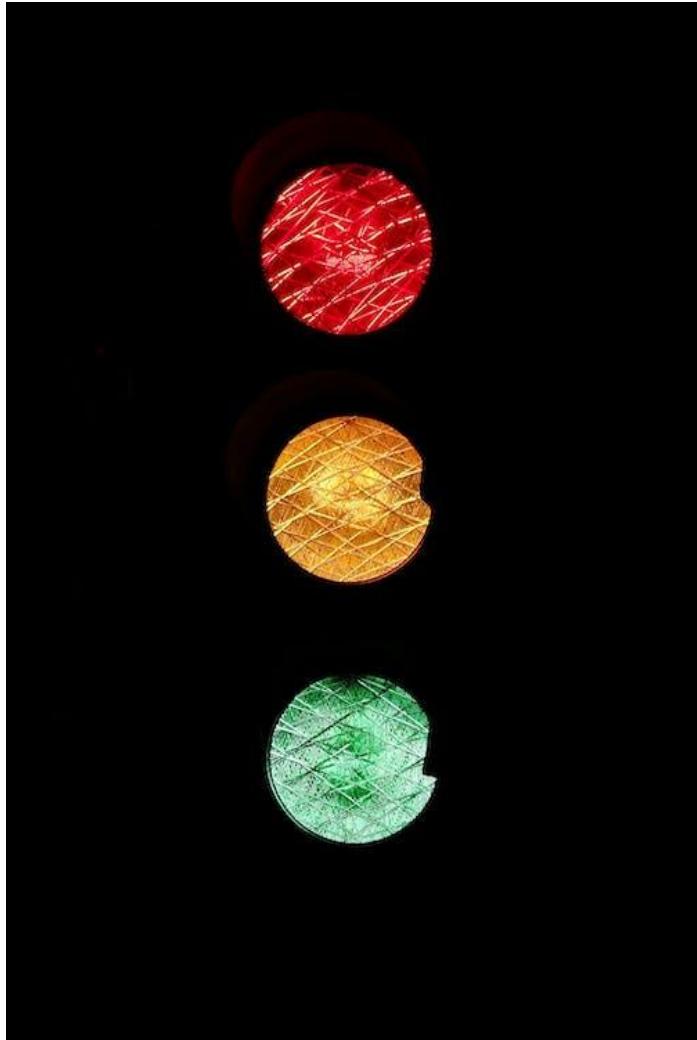
- Protectia imaginii persoanei

## Galerii foto-video

- [www.pexels.com](http://www.pexels.com)
- <https://pixabay.com/>
- <https://imgflip.com/>
- <https://giphy.com/>
- <https://www.vecteezy.com/>
- <https://www.canva.com/>



# Sistemul ROV



# Infografic



# Imagini



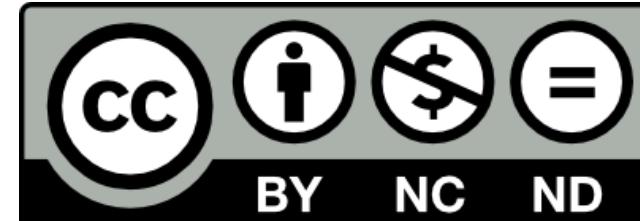
# Video



I've helped them prepare their talks for prime time,

# CCC – Creative commens

- <https://certificates.creativecommons.org/cccertedu/chapter/3-3-license-types/>
- Comercial vs noncomercial
- Adaptabil sau nu
- Share sau nu
- Share identic



# Top 14 reguli in culori

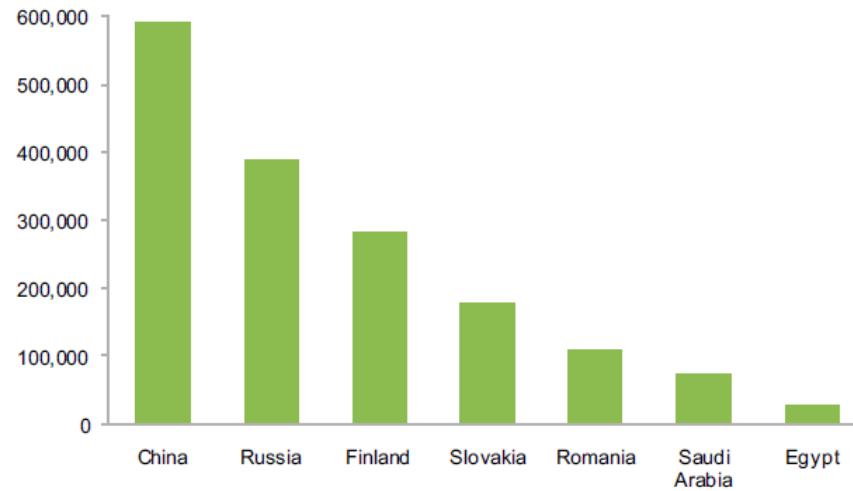
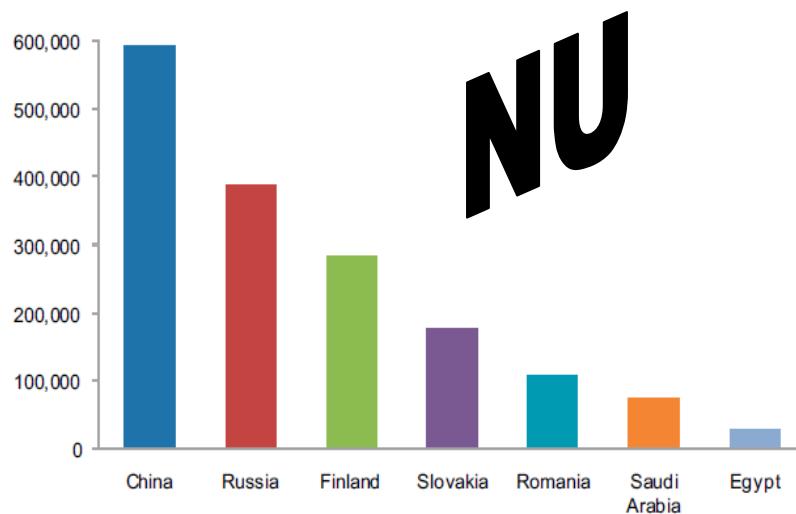
**Regula 1.** La obiecte similare se utilizează un fundal în concordanță

|               | Laptops | Desktop PCs | Harddisks | Flash Memory | Screens | Keyboards | Printers | Scanners | PDAs    | Projectors | Cameras |
|---------------|---------|-------------|-----------|--------------|---------|-----------|----------|----------|---------|------------|---------|
| California    | -2,216  | 4,497       | 884       | 3,252        | 8,564   | 3,418     | 6,582    | -3,891   | 2,333   | 1,356      | 5,450   |
| Colorado      | 3,410   | 0           | 2,338     | 2,676        | 1,567   | 367       | 1,361    | 3,249    | 828     | 1,272      | -141    |
| Connecticut   | 0       | 0           | 4         | 0            | 2,998   | 1,219     | 673      | 0        | 0       | 610        | 989     |
| Florida       | 0       | 0           | 583       | 765          | 2,305   | 940       | 1,737    | 2,727    | 0       | 1,344      | 497     |
| Illinois      | 0       | 0           | 9,384     | 3,405        | 4,362   | 2,331     | 4,495    | 3,464    | 1,366   | 0          | 1,569   |
| Iowa          | 377     | 0           | 412       | 6,577        | 210     | 4,487     | 872      | 189      | 5,622   | 0          | 3,466   |
| Louisiana     | 0       | 2           | 1,455     | 1,501        | 1,138   | 0         | 920      | 1,349    | 0       | 0          | 991     |
| Massachusetts | 0       | 0           | -297      | 0            | 12,489  | 707       | 0        | 0        | 0       | 492        | 367     |
| Missouri      | 0       | 0           | 1,224     | -169         | 986     | 367       | 1,011    | 1,125    | -210    | -45        | -685    |
| Nevada        | 0       | 875         | 374       | 884          | -45     | 11,934    | 410      | 210      | 4,497   | -10,978    | 4,355   |
| New Hampshire | 1,009   | 0           | -166      | 0            | 897     | 376       | 0        | 0        | 0       | 882        | -43     |
| New Mexico    | 0       | -208        | -161      | 377          | 902     | 0         | 369      | -683     | 0       | 0          | 202     |
| New York      | 0       | 0           | -17,034   | 0            | 8,564   | 3,254     | 0        | 0        | 3,405   | 2,326      | 7,589   |
| Ohio          | 820     | 0           | 2,671     | 495          | 827     | 2,305     | 355      | -134     | 2,724   | 0          | 705     |
| Oklahoma      | 0       | 2,722       | 492       | 495          | 1,274   | 0         | 2,305    | 700      | -15,034 | 0          | 571     |
| Oregon        | -139    | 357         | 818       | 708          | 395     | 487       | 2,671    | 834      | 2,310   | 2,727      | 1,269   |
| Texas         | 0       | 1,356       | 3,415     | 808          | 5,452   | 0         | 2,336    | 1,567    | 0       | 0          | 829     |
| Utah          | 1,130   | 1,006       | 1,501     | 1,009        | 678     | -156      | 1,222    | 979      | 367     | -208       | 904     |
| Washington    | 0       | 768         | 488       | 2,998        | 1,661   | 1,452     | 1,418    | 564      | 918     | -5         | 1,141   |
| Wisconsin     | 497     | 0           | 1,418     | 1,450        | 576     | 916       | 767      | 1,740    | 2       | 0          | 1,337   |

**Regula 2.** Pentru obiecte ușor de văzut utilizează un fundal contrastant

# Top 14 reguli in culori

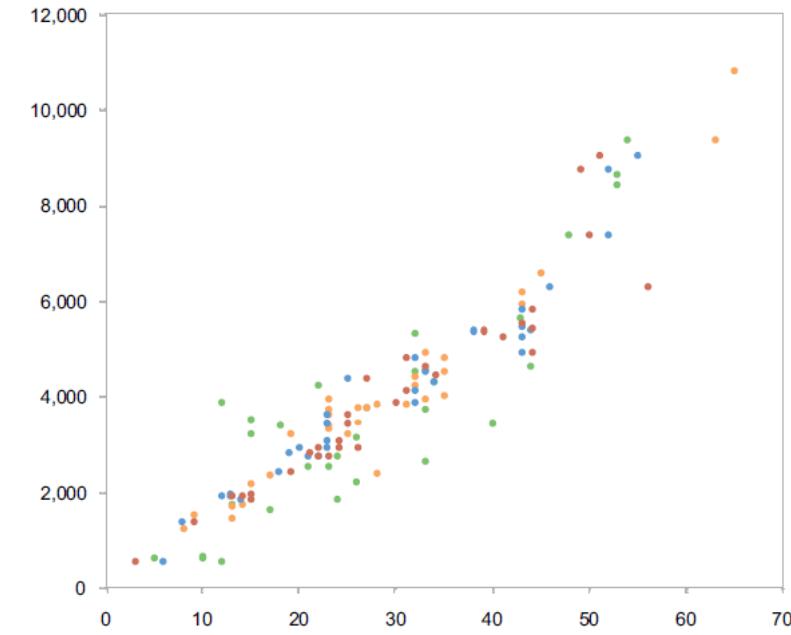
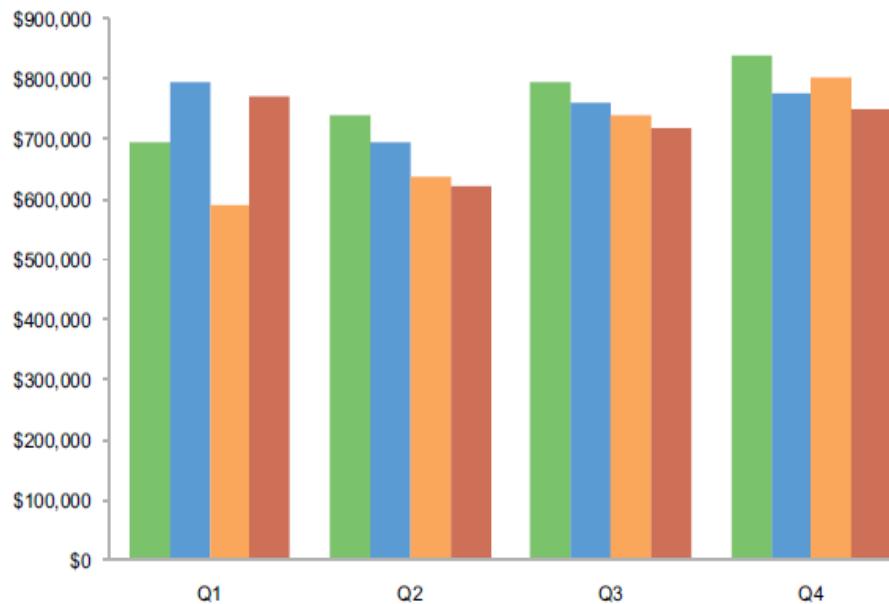
**Regula 3.** Utilizează culori atunci când au un scop comunicativ



**Regula 4.** Utilizează culori diferite când au semnificații diferite

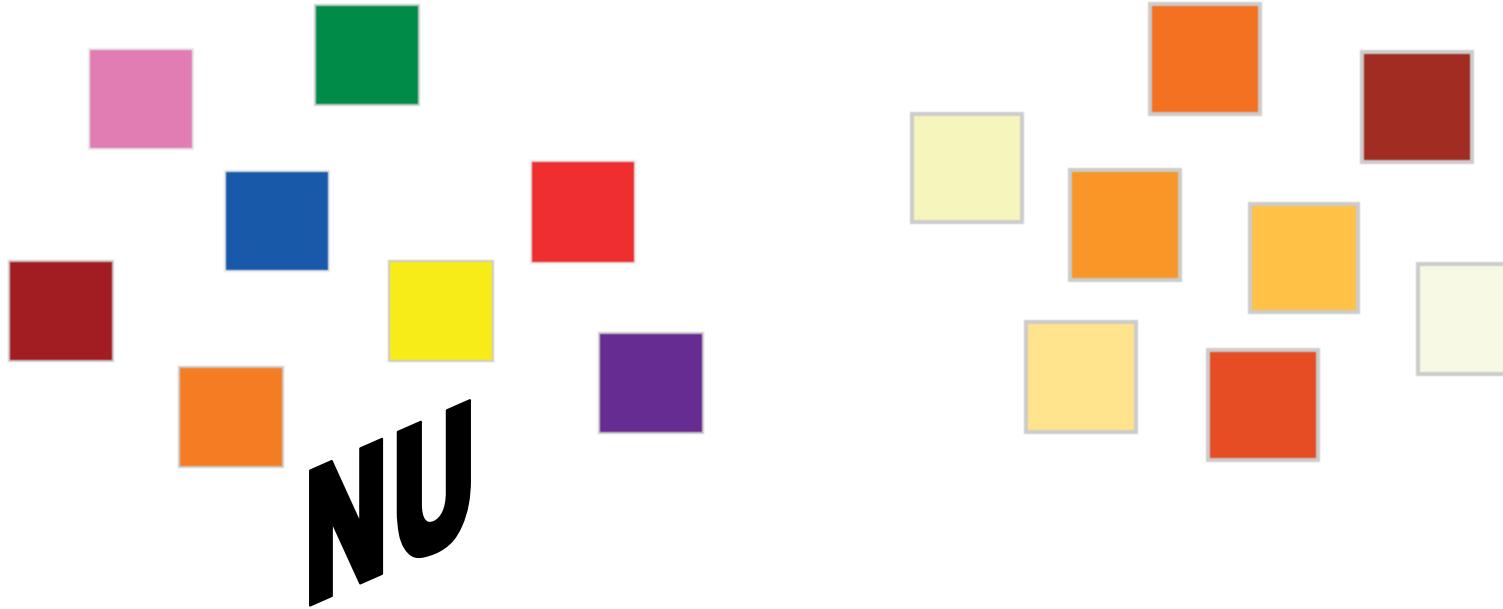
# Top 14 reguli in culori

**Regula 5.** Utilizează culori naturale pentru a expune majoritatea informațiilor și culori luminoase/întunecate pentru a scoate în evidență



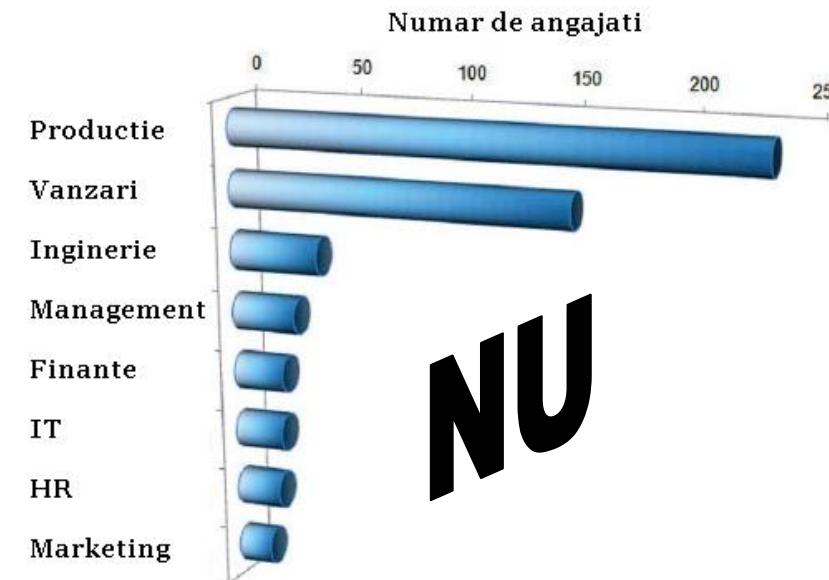
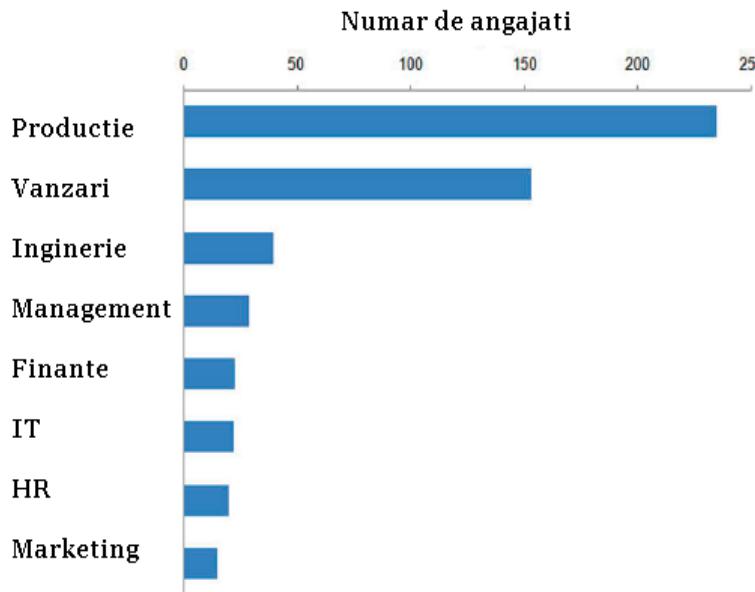
# Top 14 reguli in culori

**Regula 6.** Pentru a ilustra valori cantitative utilizează variații de la culori palide la culori luminoase și/sau întunecate



# Top 14 reguli in culori

**Regula 8.** Pentru a evita disconfortul persoanelor cu probleme vizuale evitați combinația de roșu si verde



**Regula 9.** Evita efectele vizuale pe grafice

# Top 14 reguli in culori

**Regula 10.** Menține proporțiile 3 \*3



# Top 14 reguli in culori

**Regula 11.** Nu folosi imagini in ceată

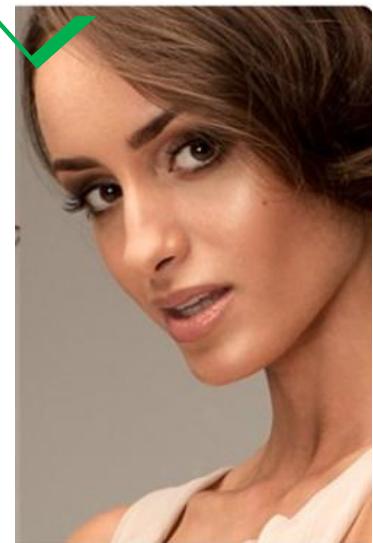
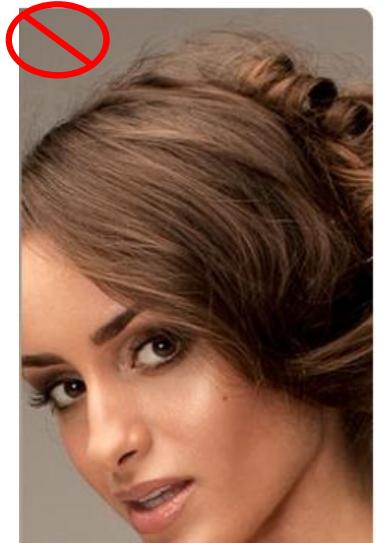


**Regula 12.** Nu acoperi imagine cu text



# Top 14 reguli in culori

**Regula 13.** Nu taia din obiectivul central al imaginii



**Regula 14.** Nu incadra imaginile



# Top 10 reguli in fata camerei

**Regula 1.** Privește direct în lentila camerei

**Regula 2.** Camera trebuie să fie la **nivelul ochilor**

- *La nivelul ochilor:* Egalitate
- *Ușor de jos:* Autoritate
- *De sus:* Vulnerabilitate

**Regula 3.** cu 20% mai multă energie (voce, mimică) decât într-o discuție față în față pentru a părea "normal" pe video

**Regula 4.** Mâinile vizibile inspiră încredere

Nu te lăsa pe spătar (poziție pasivă). Stai aplecat ușor în față



# Top 10 reguli in fata camerei

**Regula 5.** Evită hainele cu dungi foarte subțiri

**Regula 6.** Stai cu fata la lumina

**Regula 7.** Șterge obiectul cu o cârpă de microfibră



# Top 10 reguli in fata camerei

**Regula 8.** Pentru obiecte statice, camera trebuie să fie imobilă.

**Regula 9.** Include un element uman sau un obiect de referință



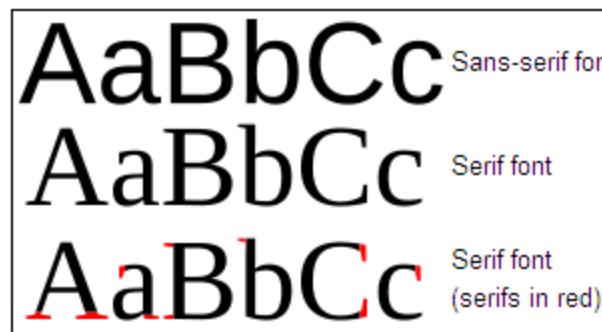
**Regula 10.** Lasă "Negative Space" (spațiu gol) într-o parte pentru a putea adăuga text

# Top 10 reguli in text

**Regula 1.** Doar doua fonturi

**Regula 2.** Limitează la doua familii: sans serif sau serif.

- Pentru titluri utilizează: serif = Arial sau Helvetica.
- Pentru corp text: Sans serif = Times New Roman.
- Pentru prezentări: Arial, nu combina Sans serif cu serif în același slide



# Top 10 reguli in text

**Regula 3.** Utilizează LITERE MARI doar pentru evidențiere

**Regula 4.** Sublinierea = mașini de scris; *italic* = profesional

**Regula 5.** Mărime font = lizibilitate

**Regula 6.** Repeta - colori, stiluri, format, fundal, imagini

**Regula 7.** Aliniat – un sigur tip de aliniat pe pagina

**Regula 8.** Proximitate – include titlul langa text



# Top 10 reguli in text

**Regula 9.** 6 randuri x 6 cuvinte sau 8 x 8



**Regula 10.** Limitează animatia la minimul necesar

# Despre numere

## 1. Cifre

73% din copii merg la scoala



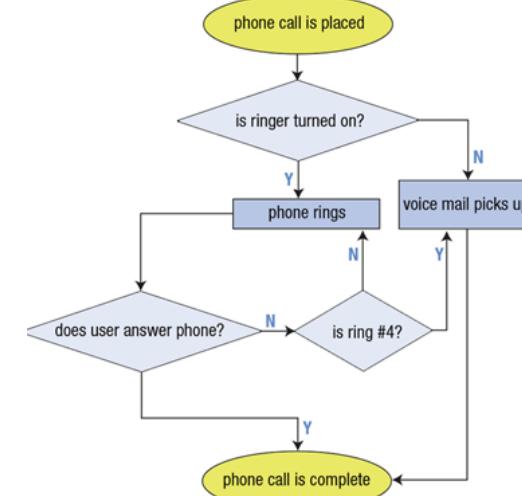
## 2. Grafice



## 3. Asocieri

7 din 10 copii merg la scoala

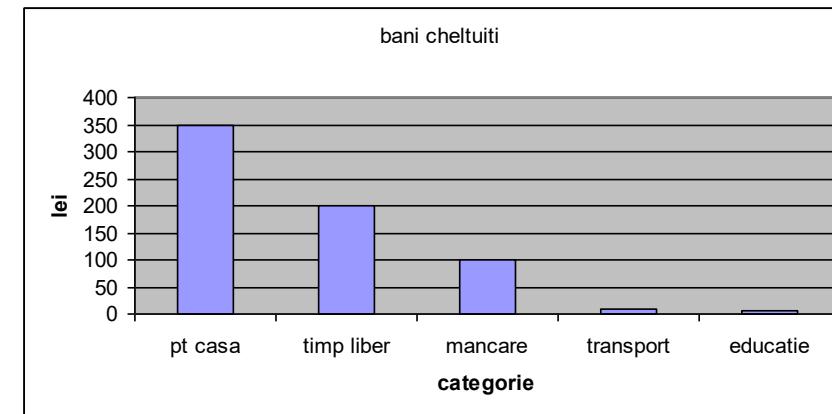
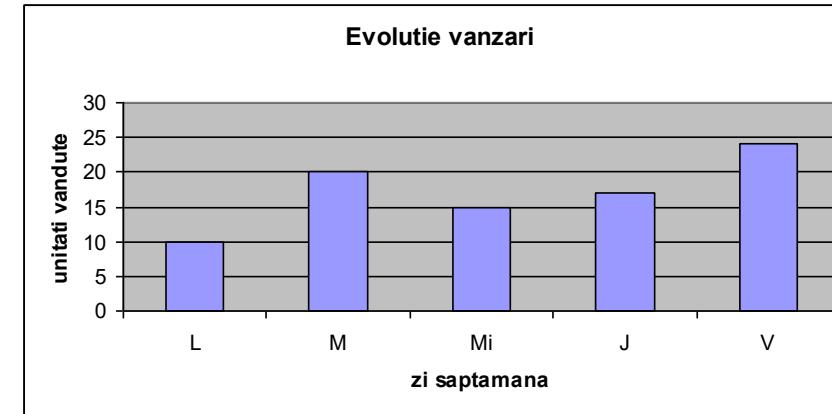
**Diagramele flux etape cheie într-un proces**



# Despre grafice

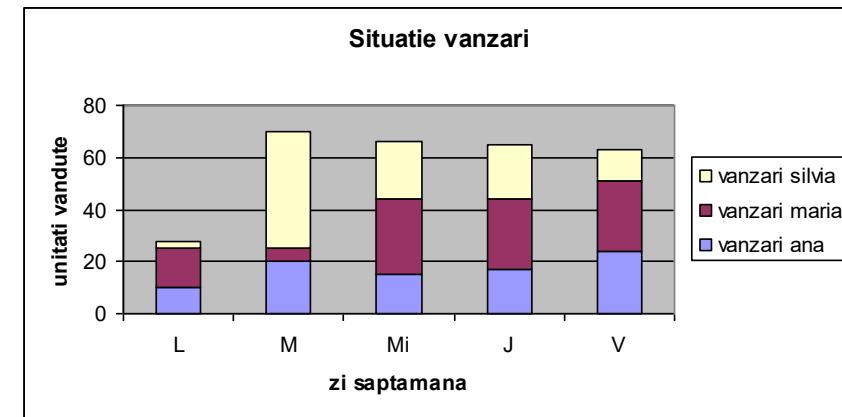
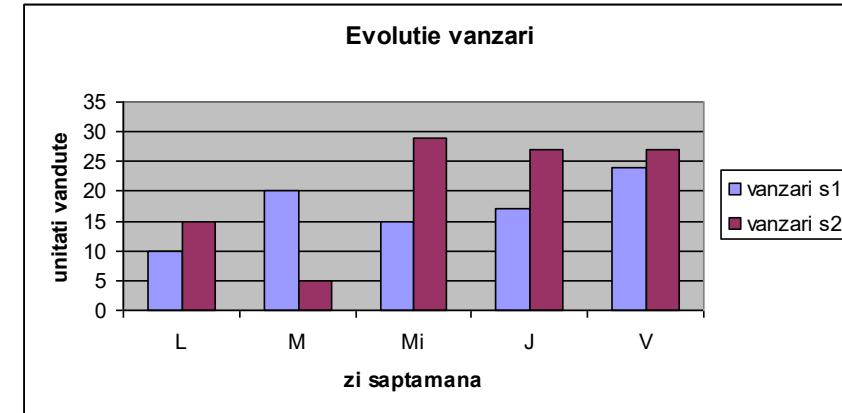
## Grafcile - bară simplă

- grafice ce prezintă informații legat de un singur element în timp
- grafice care arată articole diferite, dar interdependente în timp



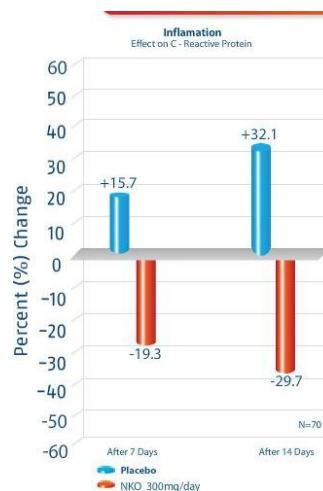
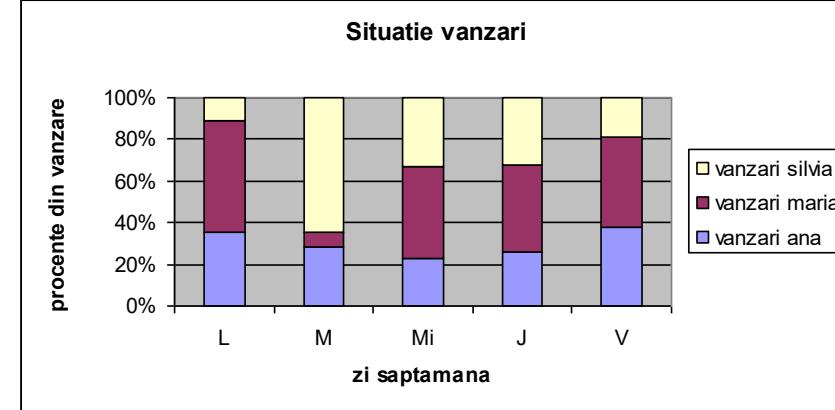
# Despre grafice

- **Grafice bară grupate** comparații între două sau mai multe elemente în timp
- **Grafice – bară pe componentă** - bară este divizată pe componente care formează întregul



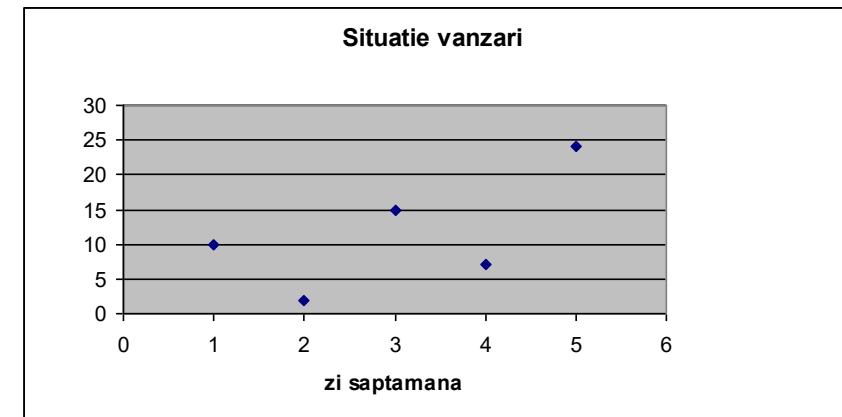
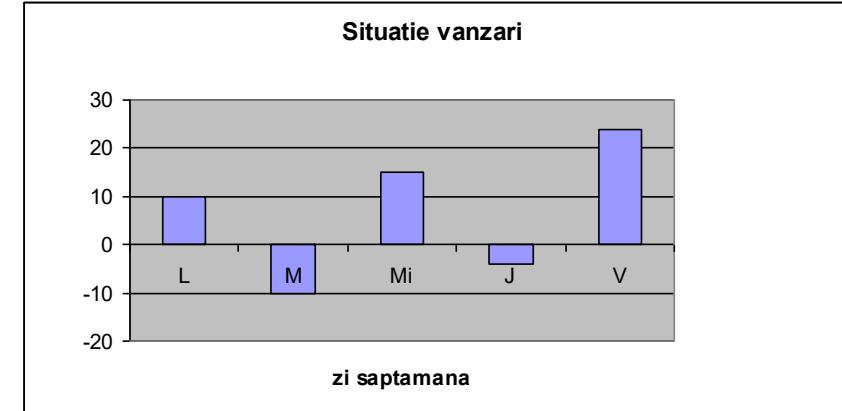
# Despre grafice

- **Grafice-bară procentuale** bare cu aceeași lungime divizate pentru a arăta proporția fiecărei componente
- **Grafice-bară sprijinite** două tipuri de date ce au legătură



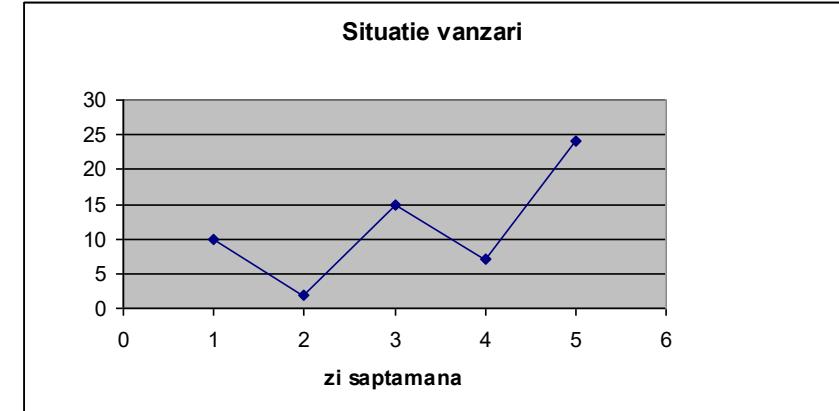
# Despre grafice

- **Graifice-bară-flux** bara depășește în jos axa de origine și fluctuează în interiorul unui sector
- **Grafic-nor de puncte** dacă există unitate între pct înseamnă că avem o relație de legătura

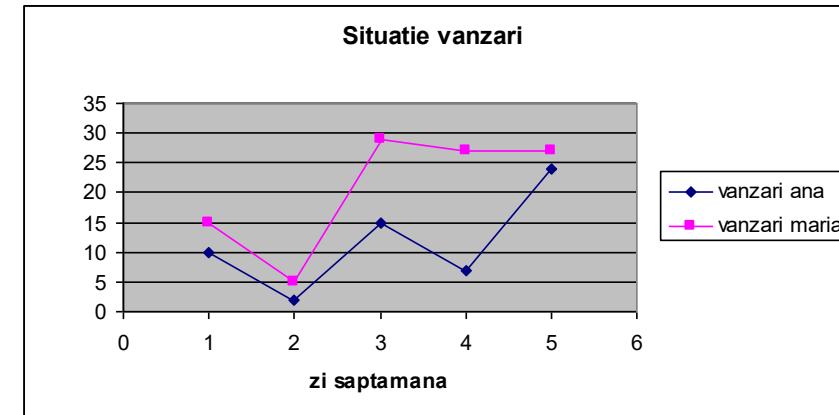


# Despre grafice

- **Grafice monoliniare**

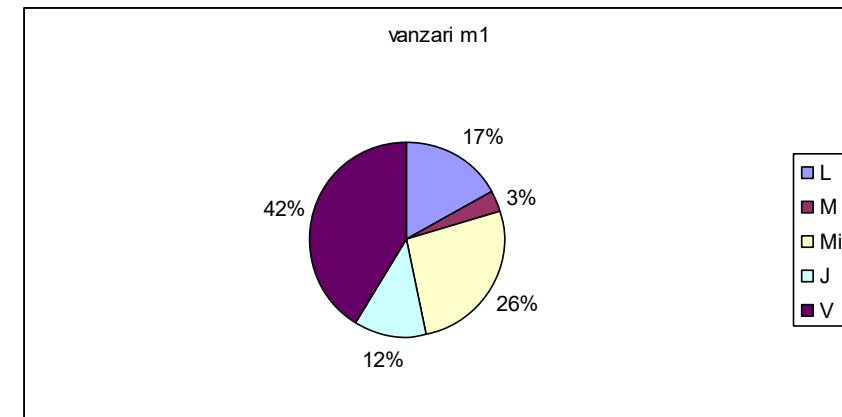
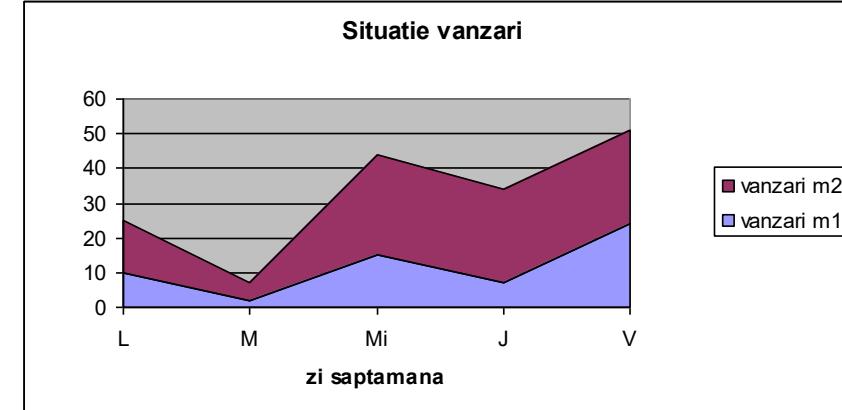


- **Grafcile multiliniare**



# Despre grafice

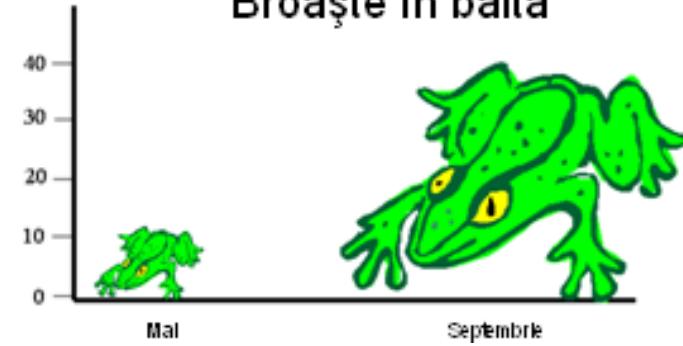
- **Grafice-bandă** un număr de variabile concurente care se schimbă în timp
- **Grafciele – disc (circular)**



# Despre grafice

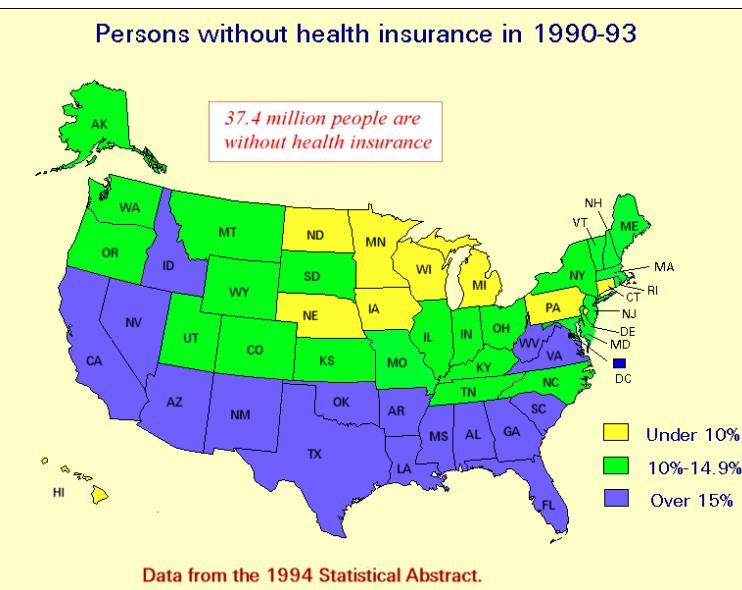
- Pictogramele

Broaște în balta



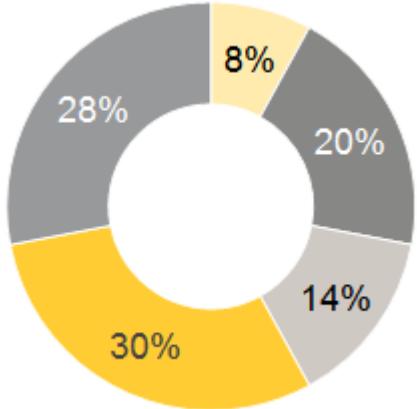
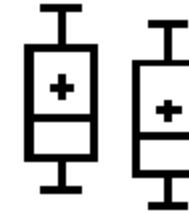
- Hărți

Persons without health insurance in 1990-93



# Despre grafice

- Box plot – pt. volum mare info.
- Altele



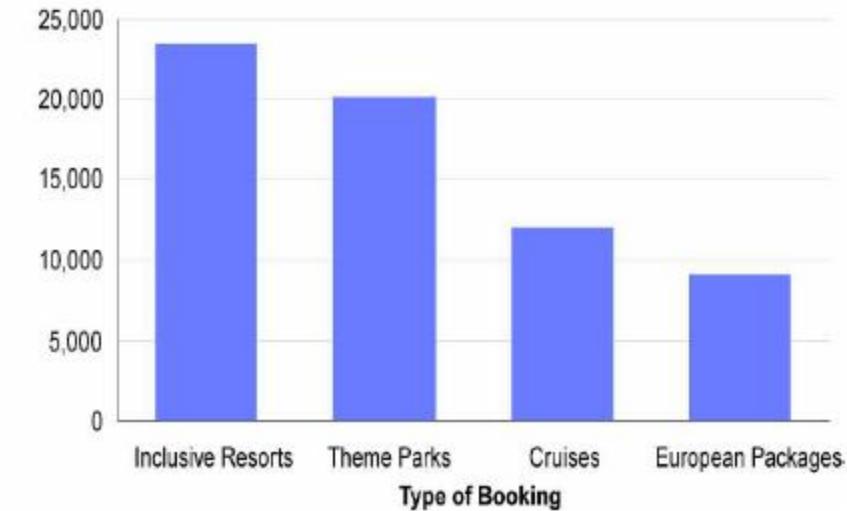
# Top 7 reguli in grafice

Regula 1. Dispune atâtea informații cate sunt necesare



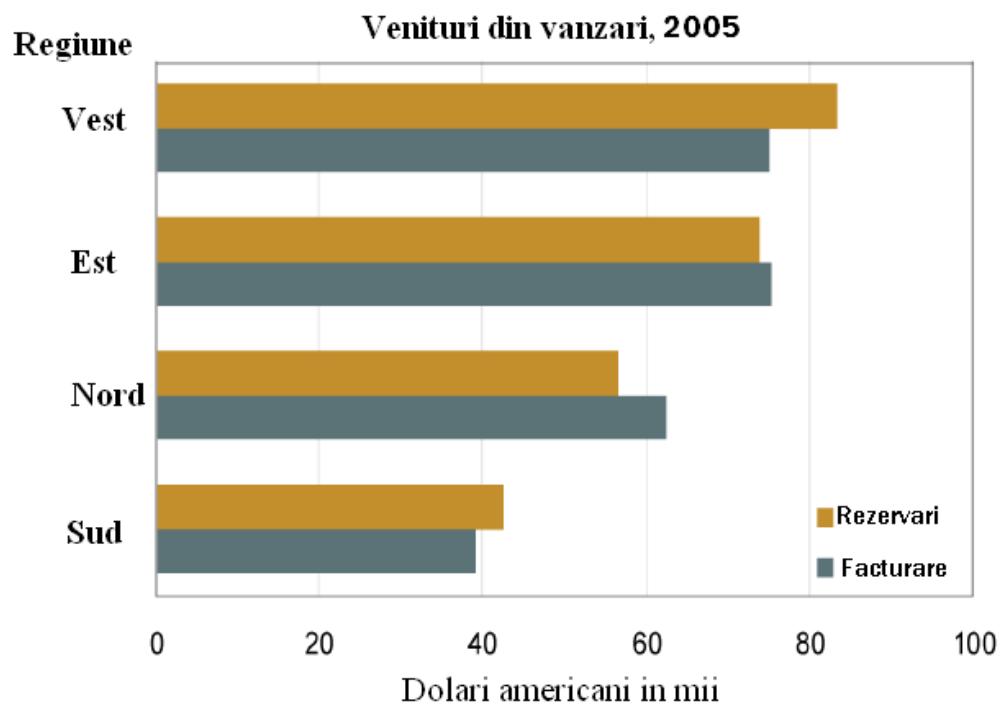
Number of Bookings

EZ Travel Bookings  
December 2001



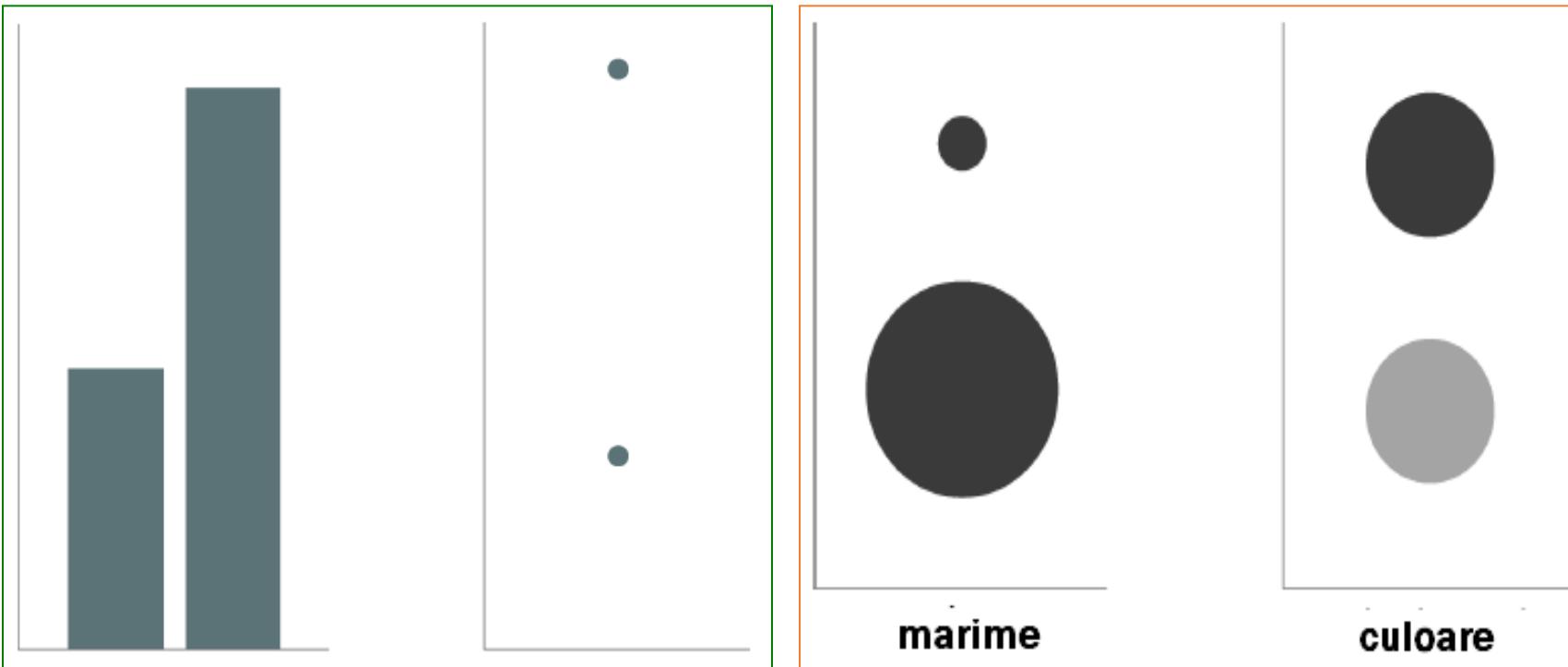
# Top 7 reguli in grafice

Regula 2. Include doar diferențe relevante



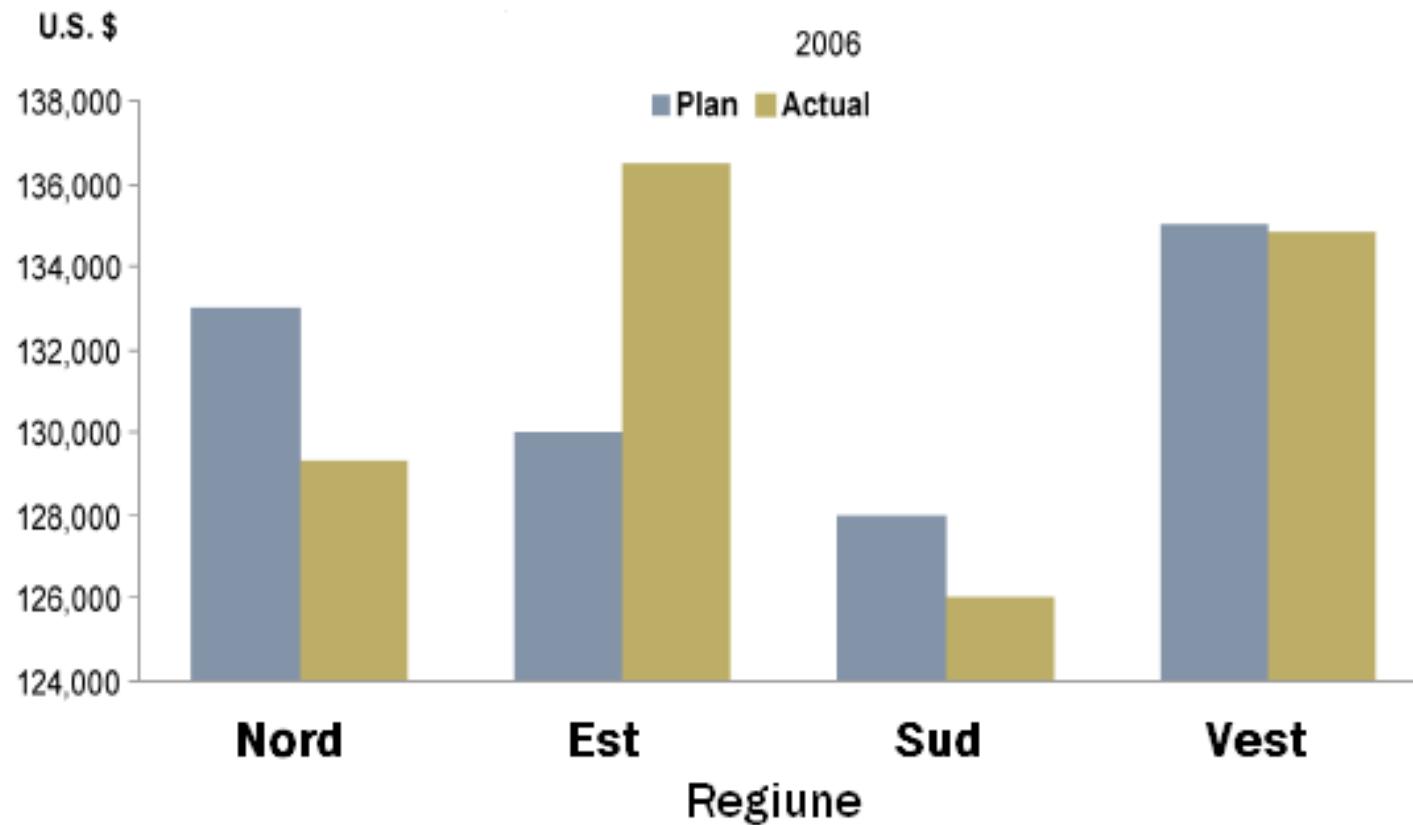
# Top 7 reguli in grafice

Regula 3: Utilizează lungimi, mărimi, culori adecvate valorilor ilustrate



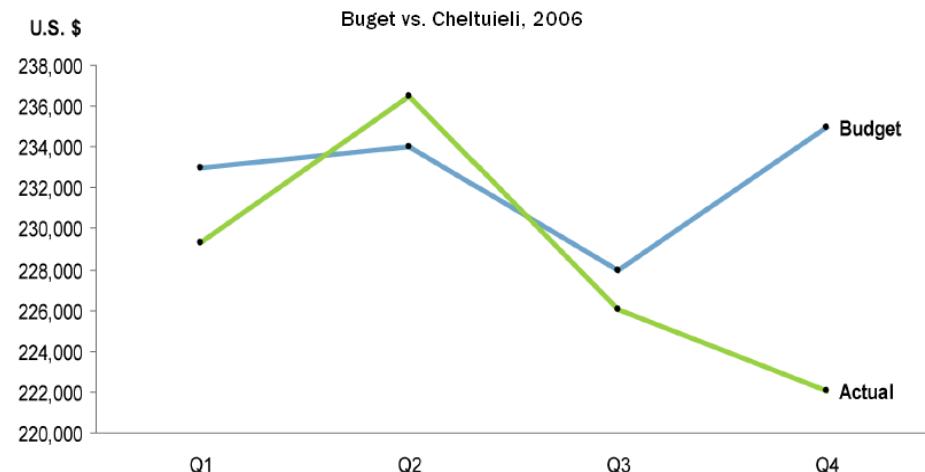
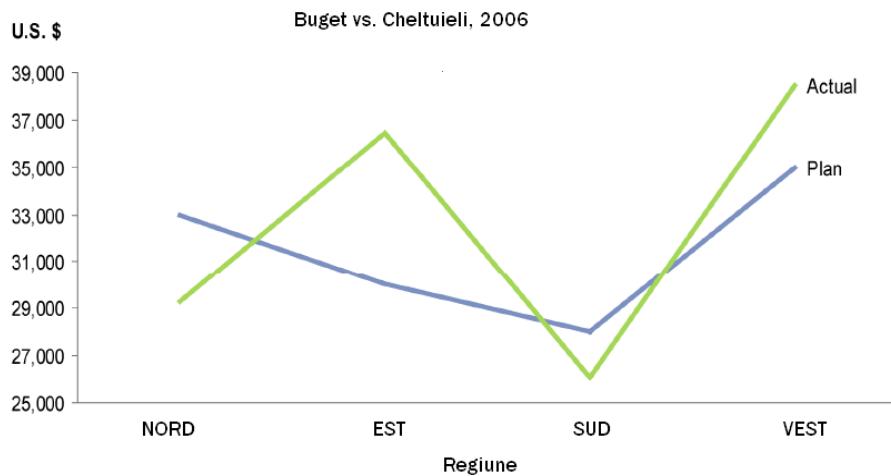
# Top 7 reguli in grafice

Regula 4. Diferențele vizuale sa reprezinte fidel valorile



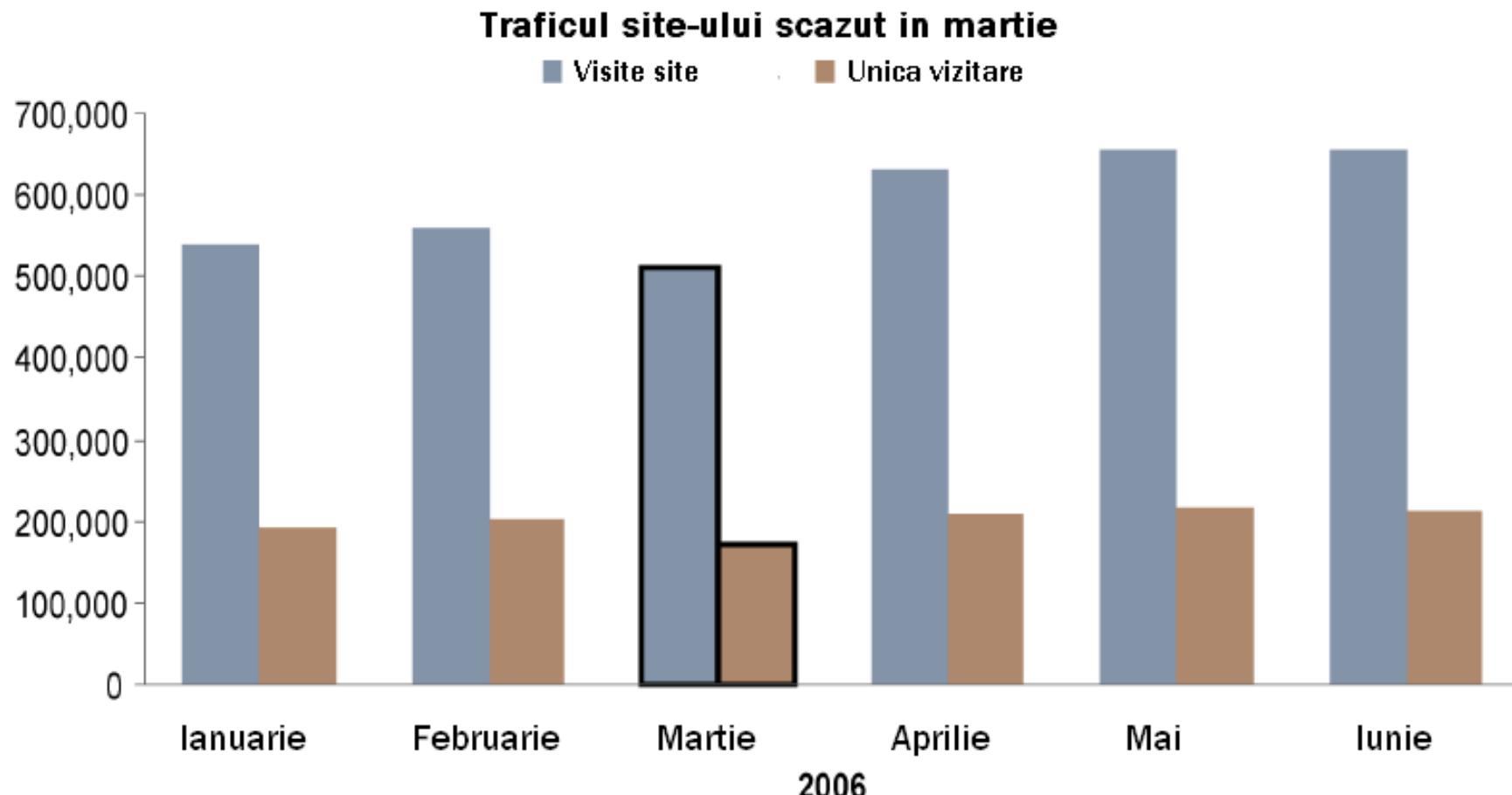
# Top 7 reguli in grafice

Regula 5. Valorile discrete nu sunt legate vizual



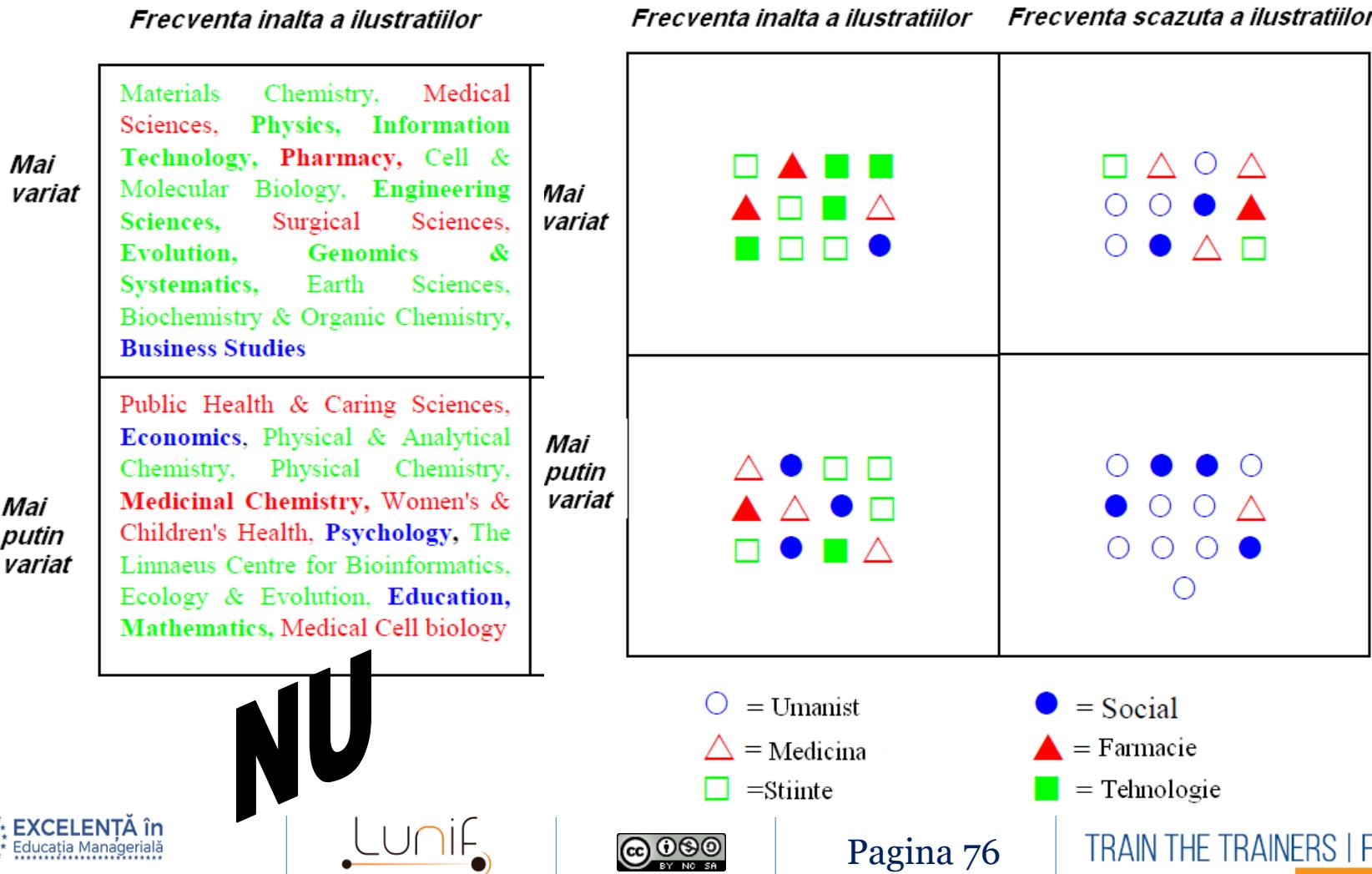
# Top 7 reguli in grafice

Regula 6. Pune in evidenta informatiile importante



# Top 7 reguli in grafice

Regula 7. Mărește capacitatea de memorare prin utilizarea unei scheme compacte





# Graficul zilei de astazi



Mihaela.Gologan@yahoo.com

0721076071