



Integralne zarządzanie wartościami i rezyliencją w biznesie

Numer usługi 2024/06/25/134432/2197256

3 321,00 PLN brutto

2 700,00 PLN netto

166,05 PLN brutto/h

135,00 PLN netto/h

OZGA GROUP

SPÓŁKA Z

OGRANICZONĄ

ODPOWIEDZIALNOŚĆ

CIĄ



Bydgoszcz / stacjonarna

Usługa szkoleniowa

20 h

21.08.2024 do 22.08.2024

Informacje podstawowe

Kategoria	Biznes / Organizacja
Sposób dofinansowania	wsparcie dla pracodawców i ich pracowników
Grupa docelowa usługi	To szkolenie jest dedykowane dla liderów, menedżerów oraz pracowników na wszystkich poziomach organizacji, którzy chcą rozwijać swoje kompetencje w zakresie zarządzania wartościami, misją i stresem. Jest również przydatne dla zespołów HR odpowiedzialnych za rozwój osobisty i zawodowy pracowników, a także dla osób zajmujących się budowaniem kultury organizacyjnej. Idealnie pasuje do potrzeb przedsiębiorców dążących do budowania rezyliencyjnych i efektywnie działających firm.
Minimalna liczba uczestników	5
Maksymalna liczba uczestników	15
Data zakończenia rekrutacji	20-08-2024
Forma prowadzenia usługi	stacjonarna
Liczba godzin usługi	20
Podstawa uzyskania wpisu do BUR	Standard Usługi Szkoleniowo-Rozwojowej PIFS SUS 2.0

Cel

Cel edukacyjny

Usługa przygotowuje uczestnika do zarządzania wartościami poprzez zrozumienie własnych wartości i ich wpływu na motywację oraz efektywność w pracy. Zwiększa swoją rezyliencję - odporność na zmianę oraz wyzwania biznesowe. Wykazuje się zdolnością radzenia sobie ze stresem. Na codzień wykorzystuje techniki oddechowe, medytacyjne i relaksacyjne, które przyczyniają się do poprawy zdrowia i dobrostanu. Zarządza trudnymi sytuacjami oraz pozytywnie wpływa na rozwój kultury organizacyjnej w firmie.

Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Opracowuje system wartości oraz podejmuje działania zgodnie z nim	Charakteryzuje rolę i wpływ osobistych oraz firmowych wartości na motywację i sukces w biznesie;	Test teoretyczny
	Identyfikuje i łączy osobiste wartości z wartościami firmy zwiększając zaangażowanie i satysfakcję zawodową;	Obserwacja w warunkach symulowanych
	Buduje spójność i synergię w zespole poprzez wspólne wartości i cele;	Test teoretyczny
	Wskazuje oraz definiuj kluczowe wartości - firmowe oraz osobiste;	Test teoretyczny
	Współpracuje i komunikuje się w oparciu o system wspólnych wartości w organizacji;	Obserwacja w warunkach symulowanych

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Wykorzystuje techniki do zarządzania stresem oraz budowania odporności (rezyliencja)	Charakteryzuje stan flow oraz wskazuje jego istotne znaczenie;	Test teoretyczny
	Identyfikuje oraz charakteryzuje strategię zarządzania stresem i rozwijania odporności psychicznej (rezyliencji) w środowisku pracy;	Test teoretyczny
	Rozwija rezyliencję i zdolność adaptacyjną w obliczu wyzwań biznesowych;	Obserwacja w warunkach symulowanych
	Wykorzystuje oraz charakteryzuje techniki i narzędzi do osiągnięcia flow oraz skutecznego zarządzania stresem;	Test teoretyczny
	Stosuje techniki oddechowe, medytacyjne i relaksacyjne w celu zmniejszenia napięcia i poprawy dobrostanu;	Test teoretyczny
	Charakteryzuje mechanizmy stresu i metody jego redukcji;	Test teoretyczny
	Charakteryzuje oraz wskazuje modele i koncepcje zarządzania rezyliencją w kontekście biznesowym;	Test teoretyczny
	Definiuje oraz charakteryzuje wpływ przekonań na działania i wyniki w biznesie;	Test teoretyczny
	Charakteryzuje psychologiczne aspekty zarządzania trudnymi sytuacjami;	Test teoretyczny
	Charakteryzuje oraz definiuje techniki zmiany perspektywy;	Test teoretyczny
Efektywnie zarządza trudnymi sytuacjami oraz zminą perspektywy	Wykorzystuje metody restrukturyzacji poznawczej do zmiany negatywnych schematów myślenia i poprawy zdolności radzenia sobie z trudnymi sytuacjami;	Test teoretyczny
	Wykorzystuje techniki relaksacyjne do budowania dobrostanu swojego oraz współpracowników;	Test teoretyczny
	Konstruktywnie rozwiązuje trudne sytuacje.	Obserwacja w warunkach symulowanych

Kwalifikacje

Kompetencje

Usługa prowadzi do nabycia kompetencji.

Warunki uznania kompetencji

Pytanie 1. Czy dokument potwierdzający uzyskanie kompetencji zawiera opis efektów uczenia się?

Uczestnik po szkoleniu uzyska zaświadczenie zawierające - opis efektów uczenia się oraz kryteria ich weryfikacji. Dokument ten jest wydawany uczestnikom po zakończeniu usługi, pod warunkiem uzyskania pozytywnej walidacji - min. 80% prawidłowych odpowiedzi w teście teoretycznym i min. 80% obecności.

Pytanie 2. Czy dokument potwierdza, że walidacja została przeprowadzona w oparciu o zdefiniowane w efektach uczenia się kryteria ich weryfikacji?

Tak, dokument (zaświadczenie wydane po szkoleniu) potwierdza, że walidacja została przeprowadzona w oparciu o zdefiniowane w efektach uczenia się kryteria ich weryfikacji. Walidacja zostanie przeprowadzona przez trenera, który nie prowadzi szkolenia.

Pytanie 3. Czy dokument potwierdza zastosowanie rozwiązań zapewniających rozdzielenie procesów kształcenia i szkolenia od walidacji?

Tak, dokument (zaświadczenie wydane po szkoleniu) potwierdza, że walidacja została przeprowadzona w oparciu o zdefiniowane w efektach uczenia się kryteria ich weryfikacji. Walidacja zostanie przeprowadzona przez trenera, który nie prowadzi szkolenia.

Program

Dlaczego warto wziąć udział w szkoleniu?

Wzięcie udziału w tym szkoleniu stanowi inwestycję w osobisty i zawodowy rozwój. Dzięki niemu uczestnicy zyskują narzędzia niezbędne do głębszego zrozumienia własnych wartości i ich wpływu na motywację oraz efektywność w pracy. Umożliwia to lepsze dostosowanie osobistych celów do misji firmy, co przekłada się na wyższe zaangażowanie i osiągnięte wyniki.

Szkolenie to także bezcenny zasób dla tych, którzy pragną zwiększyć swoją rezyliencję i zdolność radzenia sobie ze stresem, co jest niezwykle ważne w dzisiejszym dynamicznym środowisku biznesowym. Rozwijanie tych umiejętności pomaga w zachowaniu spokoju i jasności umysłu, nawet w najbardziej wymagających sytuacjach.

Liderzy znajdą w szkoleniu wsparcie w budowaniu silnych, efektywnych zespołów poprzez zdobywanie wiedzy o zarządzaniu przekonaniami i lepsze zrozumienie, jak te przekonania wpływają na współpracę i wydajność pracy. To również okazja do rozwinięcia umiejętności komunikacyjnych, które są fundamentem dla skutecznej i harmonijnej współpracy.

Ponadto, szkolenie skupia się na praktycznych technikach oddechowych, medytacyjnych i relaksacyjnych, które przyczyniają się do poprawy zdrowia i dobrostanu uczestników, oferując metody zarządzania napięciem zarówno w pracy, jak i w życiu prywatnym.

Uczestnictwo w takim programie przekłada się także na zdolność lepszego zarządzania trudnymi sytuacjami, co w czasach kryzysu czy szybkich zmian rynkowych staje się umiejętnością kluczową. Szkolenie przyczynia się do budowania kultury organizacyjnej, która jest odporna na zmiany, sprzyjająca innowacyjności i zdolna do przyciągania oraz utrzymania talentów.

Każdy, kto skorzysta ze szkolenia, będzie mógł czerpać z niego korzyści na wielu płaszczyznach – od lepszego samopoczucia i zdrowia, przez wzrost efektywności zawodowej, aż po wzmocnienie pozycji lidera i budowanie zdrowej, zorientowanej na rozwój kultury w swojej organizacji.

Program szkolenia pt. Integralne zarządzanie wartościami i rezyliencją w biznesie

Dzień 1 szkolenia

Zarządzanie wartościami a motywacja i sukces firmy. Poczucie własnej wartości w biznesie - zajęcia teoretyczno-praktyczne

Kim jest człowiek z poczuciem własnej wartości. Spójność wartości firmy i własnych. Teoria i praktyka. Odkrywanie i łączenie wartości.

Zarządzanie misją a motywacja i sukces firmy. Flow w pracy i w życiu - zajęcia teoretyczno-praktyczne

Czym jest przepływ i jego właściwości. Spójność misji firmy i własnej. Teoria i praktyka. Odkrywanie i łączenie wartości.

Zarządzanie stresem i kompetencja rezyliencji w biznesie - zajęcia teoretyczno-praktyczne

Podejście sprawcze. Strefa reaktywna i responsywna. Mechanizmy obronne i reakcje automatyczne. [zjawisko „papierowego tygrysa”, metafora żaglowca].

Praktyczne sposoby zmniejszania napięcia - zajęcia praktyczne

Techniki oddechowe, medytacyjne, relaksacyjne.

Dzień 2 szkolenia

Zarządzanie przekonaniem. Zaangażowanie. Motywacja i efektywność - zajęcia teoretyczno-praktyczne

Czym są przekonania i ich wpływ. Praktyczne zastosowanie i transformacja przekonań.

Zarządzanie tzw. Sytuacją trudną. Współpraca wygrywająca ponad rywalizacją. Zmienianie perspektywy - zajęcia teoretyczno-praktyczne

Model j. Santorskiego w zarządzaniu zasobami ludzkimi. Tabela myśli automatycznych - restrukturyzacja poznawcza. Praktyczne wykorzystanie tabeli w konkretnej sytuacji.

Zarządzanie stresem i kompetencja rezyliencji w biznesie - zajęcia teoretyczno-praktyczne

Dualizm sukcesu. Właściwości i umiejętności człowieka rezyliентnego w życiu i w biznesie.

Praktyczne sposoby zmniejszania napięcia - zajęcia praktyczne

Rytuały codzienne krótko – i długofalowe. Techniki oddechowe, medytacyjne, relaksacyjne.

Walidacja efektów uczenia się - test teoretyczny

Usługa będzie prowadzona przy wykorzystaniu interaktywnych metod takich jak:

- Interaktywne prezentacje.
- Ćwiczenia grupowe i indywidualne.
- Symulacje sprzedażowe i role-play.
- Studia przypadków (case studies).

Czas trwania szkolenia 20 jednostek dydaktycznych, a 1 jednostka to 45 min, czyli szkolenie trwa 15 godzin + przerwy 1 godz. 20 min. Przerwy nie wliczają się do czasu trwania szkolenia.

Warunki niezbędne do spełnienia (przez uczestników usługi), aby realizacja usługi pozwoliła na osiągnięcie głównego celu:

- minimalny poziom wykształcenia: nie jest wymagane
- minimalne doświadczenie i wiedza uczestników: min. 3 miesiące pracy w firmie
- doświadczenie zawodowe: nie ma znaczenia
- aktywność w trakcie prowadzenia usługi: udzielania informacji, angażowanie się w realizację usługi
- minimalny poziom obecności na zajęciach 80%
- minimalna liczba pracowników firmy, która powinna wziąć udział w usłudze - min. 5 osób

Informacje dodatkowe - cd.

- Cena usługi nie odbiega od cen rynkowych oraz, że cena jest adekwatna do jej zakresu.
- Usługa rozwojowa nie jest świadczona przez podmiot pełniący funkcję Operatora lub partnera w którymkolwiek Regionalnym Programie lub FERS.

- Usługa rozwojowa nie jest świadczona przez podmiot będący jednocześnie podmiotem korzystającym z usług rozwojowych o zbliżonej tematyce w ramach danego projektu.
- Usługa rozwojowa nie dotyczy umiejętności lub kompetencji podstawowych tj. (z ang. basic skills: literacy, numeracy, ICT skills).
- Usługa rozwojowa nie dotyczy kosztów usługi rozwojowej, której obowiązek przeprowadzenia na zajmowanym stanowisku pracy wynika z odrębnych przepisów prawa (np. wstępne i okresowe szkolenia z zakresu bezpieczeństwa i higieny pracy, szkolenia okresowe potwierdzające kwalifikacje na zajmowanym stanowisku pracy).
- Usługa rozwojowa nie obejmuje wzajemnego świadczenia usług w Projekcie o zbliżonej tematyce przez Dostawców usług, którzy delegują na usługi siebie oraz swoich pracowników i korzystają z dofinansowania, a następnie świadczą usługi w zakresie tej samej tematyki dla Przedsiębiorcy, który wcześniej występował w roli Dostawcy tych usług.
- Cena usługi nie obejmuje kosztów niezwiązanych bezpośrednio z usługą rozwojową, w szczególności koszty środków trwałych przekazywanych Przedsiębiorcom lub Pracownikom przedsiębiorcy, koszty dojazdu i zakwaterowania.

Harmonogram

Liczba przedmiotów/zajęć: 15

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
1 z 15 Zarządzanie wartościami a motywacja i sukces firmy. Poczucie własnej wartości w biznesie - zajęcia teoretyczno-praktyczne	Joanna Janowicz	21-08-2024	09:00	11:00	02:00
2 z 15 Przerwa	Joanna Janowicz	21-08-2024	11:00	11:10	00:10
3 z 15 Zarządzanie misją a motywacja i sukces firmy. Flow w pracy i w życiu - zajęcia teoretyczno-praktyczne	Joanna Janowicz	21-08-2024	11:10	13:10	02:00
4 z 15 Przerwa	Joanna Janowicz	21-08-2024	13:10	13:30	00:20
5 z 15 Zarządzanie stresem i kompetencja rezyliencji w biznesie - zajęcia teoretyczno-praktyczne	Joanna Janowicz	21-08-2024	13:30	15:30	02:00
6 z 15 Przerwa	Joanna Janowicz	21-08-2024	15:30	15:40	00:10

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
7 z 15 Praktyczne sposoby zmniejszania napięcia - zajęcia praktyczne	Joanna Janowicz	21-08-2024	15:40	17:10	01:30
8 z 15 Zarządzanie przekonaniem. Zaangażowanie. Motywacja i efektywność - zajęcia teoretyczno-praktyczne	Joanna Janowicz	22-08-2024	08:30	10:30	02:00
9 z 15 Przerwa	Joanna Janowicz	22-08-2024	10:30	10:40	00:10
10 z 15 Zarządzanie tzw. Sytuacją trudną. Współpraca wygrywająca ponad rywalizacją. Zmienianie perspektywy - zajęcia teoretyczno-praktyczne	Joanna Janowicz	22-08-2024	10:40	12:40	02:00
11 z 15 Przerwa	Joanna Janowicz	22-08-2024	12:40	13:00	00:20
12 z 15 Zarządzanie stresem i kompetencja rezyliencji w biznesie - zajęcia teoretyczno-praktyczne	Joanna Janowicz	22-08-2024	13:00	15:00	02:00
13 z 15 Przerwa	Joanna Janowicz	22-08-2024	15:00	15:10	00:10
14 z 15 Praktyczne sposoby zmniejszania napięcia - zajęcia praktyczne	Joanna Janowicz	22-08-2024	15:10	16:30	01:20

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
15 z 15 Walidacja efektów uczenia się	-	22-08-2024	16:35	16:45	00:10

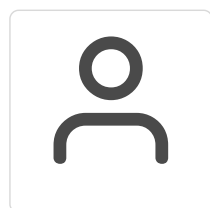
Cennik

Cennik

Rodzaj ceny	Cena
Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	3 321,00 PLN
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	2 700,00 PLN
Koszt osobogodziny brutto	166,05 PLN
Koszt osobogodziny netto	135,00 PLN

Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



1 z 1

Joanna Janowicz

Specjalizuję się w naturalna motywacja i zaangażowanie, Leadershiping oparty na wartościach, Zdrowie mentalne i odporność psychiczna, Rezyliencja i well-being, wystąpienia publiczne i praca z kamerą, marketing i PR. Specjalistka od marki pracodawcy przez zarządzanie satysfakcją i szczęściem pracownika. Motywacja i rozwój potencjału w biznesie oraz życiu: flow, wartości, misja, powołanie. Autoprezentacja, wystąpienia publiczne i inspirowanie. Doradca biznesowy i trener. Wykładowca studiów EMBA w Collegium Da Vinci. Inspirator zarządów i zespołów. Współpracowała m.in. z Santander Bank, Volkswagen Poznań, Arvato, Concordia Polska TUW, OWL Financial, Urzędami Marszałkowskimi i Agencjami Rozwoju Regionalnego. Wykształcenie wyższe: produkt manager i zarządzanie jakością, negocjacje, psychologia socjalna. Doświadczenie zawodowe i kwalifikacje zdobyte nie wcześniej niż 5 lat: regularnie prowadzi szkolenia dla firm m.in. Terrano, Solid Security, SYNAP0, Gromadziński zespół medyczny. Jest praktykującym wykładowcą w Collegium Da Vinci w Poznaniu. Zdobyła certyfikat trenera I i II stopnia VEDIC ART w latach 2022-2023.

Informacje dodatkowe

Informacje o materiałach dla uczestników usługi

- prezentacja przygotowana przez trenera wraz z materiałami

- dostęp do literatury zgodnej z tematem szkolenia
- zestawy ćwiczeń dla uczestników szkolenia

Informacje dodatkowe

Czas trwania szkolenia 20 jednostek dydaktycznych, a 1 jednostka to 45 min, czyli szkolenie trwa 15 godzin + przerwy 1 godz. 20 min. Przerwy nie wliczają się do czasu trwania szkolenia.

Uczestnik szkolenia otrzyma:

- zaświadczenie potwierdzające zdobyte kompetencje po zakończeniu usługi - min 80 % obecności, pozytywnym zdaniu testu
- materiały szkoleniowe - opisane w karcie usługi

-
1. Usługodawca zapewnia realizację usługi rozwojowej uwzględniając potrzeby osób z niepełnosprawnościami (w tym również dla osób ze szczególnymi potrzebami) zgodnie ze Standardami dostępności dla polityki spójności 2021-2027.
 2. Karta usługi przygotowana została zgodnie z obowiązującym Regulaminem BUR m.in. w zakresie powierzenia usług.
 3. Usługa rozwojowa będzie realizowana zgodnie z obowiązującymi przepisami prawa w tym przepisami prawa o VAT

cd. w programie ramowym

Adres

Bydgoszcz

Bydgoszcz

woj. kujawsko-pomorskie

Usługodawca zapewnia realizację usługi rozwojowej uwzględniając potrzeby osób z niepełnosprawnościami (w tym również dla osób ze szczególnymi potrzebami) zgodnie ze Standardami dostępności dla polityki spójności 2021-2027.

Lokalizacja: województwo kujawsko-pomorskie, wielkopolskie, zachodniopomorskie, łódzkie, mazowieckie, podkarpackie, małopolskie

Udogodnienia w miejscu realizacji usługi

- Klimatyzacja
- Wi-fi
- Udogodnienia dla osób ze szczególnymi potrzebami

Kontakt



Marta Ozga

E-mail marta.ozga@ozgaconsulting.com

Telefon (+48) 501 161 301