



Iwona Wencka  
Stramowska  
Training House

Brak ocen dla tego dostawcy

## Efektywna komunikacja interpersonalna z elementami inteligencji emocjonalnej.

Numer usługi 2024/06/26/24213/2198998

📍 Ciechocinek / stacjonarna

🏠 Usługa szkoleniowa

🕒 8 h

📅 01.10.2024 do 01.10.2024

1 800,00 PLN brutto

1 800,00 PLN netto

225,00 PLN brutto/h

225,00 PLN netto/h

## Informacje podstawowe

<b>Kategoria</b>	Zdrowie i medycyna / Psychologia i rozwój osobisty
<b>Sposób dofinansowania</b>	wsparcie dla pracodawców i ich pracowników
<b>Grupa docelowa usługi</b>	Szkolenie dedykowane jest dla osób zainteresowanych doskonaleniem praktycznych umiejętności związanych z efektywną komunikacją w sytuacjach zawodowych. Szkolenie przygotowuje uczestnika do biegłego stosowania poprawnej i płynnej komunikacji, porozumiewania się ze współpracownikami w relacjach służbowych.
<b>Minimalna liczba uczestników</b>	10
<b>Maksymalna liczba uczestników</b>	20
<b>Data zakończenia rekrutacji</b>	29-08-2024
<b>Forma prowadzenia usługi</b>	stacjonarna
<b>Liczba godzin usługi</b>	8
<b>Podstawa uzyskania wpisu do BUR</b>	Standard Usługi Szkoleniowo-Rozwojowej PIFS SUS 2.0

## Cel

### Cel edukacyjny

Celem szkolenia jest rozwinięcie umiejętności efektywnej wymiany informacji oraz budowania pewności siebie w relacjach z innymi ludźmi.

Kurs przygotowuje do panowania nad swoimi emocjami i właściwej komunikacji wspomagającej prawidłowe relacje

interpersonalne co pozwala na podejmowanie dojrzałych i rozważnych decyzji opierających się na logice i rozumowaniu. Szkolenie podnosi umiejętności wyrażania empatycznych komunikatów oraz zachowań asertywnych.

## Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
1. Uczestnik komunikuje się w sposób pozwalający zrozumieć się z odbiorcą mimo różnic i osiągać założony cel.	1. Uczestnik rozróżnia zachowania asertywne, agresywne i uległe, definiuje i opisuje zasady skutecznej i efektywnej komunikacji.	Test teoretyczny
2. Uczestnik wykorzystuje poprawną komunikację z nastawieniem na słuchanie do budowania relacji i przestrzega zasad etyki w kontaktach interpersonalnych.	2. Uczestnik wskazuje właściwy osobowości rozmówcy styl komunikowania, charakteryzuje techniki zadawania efektywnych pytań, rozróżnia zasady przekazywania informacji zwrotnych w sposób konstruktywny i niekonstruktywny.	Test teoretyczny

## Kwalifikacje

### Kompetencje

Usługa prowadzi do nabycia kompetencji.

### Warunki uznania kompetencji

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

Tak

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

Tak

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

Tak

## Program

1. Komunikacja interpersonalna:

- znaczenie komunikacji we współpracy i budowaniu relacji
- efektywna komunikacja, a „bariery” komunikacyjne
- stereotypy-przed czym nas chronią, a przed czym powstrzymują
- ciotka-plotka- rola w procesie komunikacji oraz sposoby reagowania na nią
- Ach ten temperament!- rola aspektów osobowościowych w komunikacji.

2. Postawy i umiejętności osoby komunikatywnej:

- znaczenie komunikacji niewerbalnej (gesty, mimika, postawy)
- dobór słów- zwroty „parzące” i zwroty „kojące”
- Nie tym tonem!- znaczenie komunikacji wokalnej
- dysonanse w komunikatach werbalnych i niewerbalnych
- techniki rozwiązywania trudnych sytuacji.

3. Aktywne słuchanie drogą do zrozumienia:

- zasada KISS- czyli jak krótko i zwięźle przekazać komunikat
- Czy wszystko nadaje się do powiedzenia- nieumyślne wzniesienie pożarów komunikacyjnych
- prawidłowe odczytywanie „kodów” w przekazywaniu informacji na drodze nadawca-odbiorca

4. Słowa mają moc, czyli wiem co mówię

- Ćwiczenie „Zwierciadło duszy”

Ćwiczenie ma na celu rozwinięcie zdolności uczestników do wyrażania i rozpoznawania emocji wyłącznie za pomocą komunikacji niewerbalnej. Poprzez to doświadczenie uczestnicy rozumieją, jak wiele informacji jest przekazywanych poprzez mowę ciała i jak ważne jest precyzyjne i świadome jej wykorzystywanie.

Dyskusja po ćwiczeniu koncentruje się na wyzwaniach i odkryciach uczestników w zakresie komunikacji niewerbalnej.

## Harmonogram

Liczba przedmiotów/zajęć: 1

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
<b>1 z 1</b> Efektywna komunikacja interpersonalna z elementami inteligencji emocjonalnej.	Trener Training House	01-10-2024	09:00	17:00	08:00

## Cennik

### Cennik

Rodzaj ceny	Cena
Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	1 800,00 PLN
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	1 800,00 PLN
Koszt osobogodziny brutto	225,00 PLN
Koszt osobogodziny netto	225,00 PLN

# Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



1 z 1

## Trener Training House

Absolwentka Uniwersytetu Kazimierza Wielkiego w Bydgoszczy na kierunku psychologii o specjalności wspomaganie rozwoju. Wykładowca psychologii oraz interwent w Szkole Podoficerskiej Państwowej Straży Pożarnej w Bydgoszczy.

Od 2011 roku prowadzi działania szkoleniowe i rekrutacyjne na potrzeby projektów komercyjnych i współfinansowanych ze środków Europejskiego Funduszu Społecznego.

Prowadzi projekty szkoleniowo-mentorskie, które obejmują tematykę rozwoju kompetencji miękkich: komunikacji interpersonalnej, asertywności, mediacji i negocjacji, umiejętności pracy w grupie, kierowania zespołem, rozwiązywania konfliktów, podniesienia jakości pracy, treningi i warsztaty antystresowe, treningi umiejętności społecznych, zarządzania sobą w czasie, autoprezentacji i występów publicznych.

Prowadziła szkolenia m.in. dla takich firm i instytucji jak: Państwowa Straż Pożarna, Training House-Nakło, Wyższa Szkoła Gospodarki w Bydgoszczy, Polskie Towarzystwo Ekonomiczne, Centrum Ratownictwa Specjalistycznego TRIAGE Wrocław.

## Informacje dodatkowe

### Informacje o materiałach dla uczestników usługi

W ramach szkolenia zapewniamy:

- materiały w formie skryptu opracowanego przez prowadzącego
- notatnik i długopis
- wyżywienie (przerwa kawowa i obiadowa)

Na zakończenie usługi każdy z uczestników otrzyma zaświadczenie potwierdzające udział w szkoleniu.

## Adres

Ciechocinek

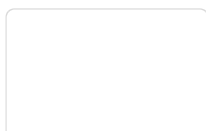
Ciechocinek

woj. kujawsko-pomorskie

### Udogodnienia w miejscu realizacji usługi

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

## Kontakt



Karolina Świerczyńska



**E-mail** [k.swierczynska@th-szkolenia.pl](mailto:k.swierczynska@th-szkolenia.pl)

**Telefon** (+48) 507 927 376