



## Asertywność w Zarządzaniu

Numer usługi 2024/07/16/141041/2223870

3 690,00 PLN brutto

3 000,00 PLN netto

123,00 PLN brutto/h

100,00 PLN netto/h

ASROOM SPÓŁKA Z  
OGRANICZONĄ  
ODPOWIEDZIALNOŚ  
CIĄ



📍 zdalna w czasie rzeczywistym

🏠 Usługa szkoleniowa

🕒 30 h

📅 25.09.2024 do 27.09.2024

## Informacje podstawowe

<b>Kategoria</b>	Biznes / Zarządzanie zasobami ludzkimi
<b>Sposób dofinansowania</b>	wsparcie dla pracodawców i ich pracowników
<b>Grupa docelowa usługi</b>	<p>Klienci indywidualni, przedsiębiorcy, osoby otwierające biznes, zmieniające pracę, Asertywność w zarządzaniu jest jedną z podstawowych kompetencji w pracy menedżera. Asertywność jest niezbędna przy delegowaniu zadań, rozwiązywaniu konfliktów, przy egzekwowaniu i kontrolowaniu wykonanych zadań. Asertywny menedżer potrafi się sprawnie i otwarcie komunikować, jest wolny od innych postaw w kontaktach międzyludzkich, takich jak agresja, uległość, manipulacja. Asertywny menedżer dba o swoje prawa i respektuje prawa innych. To szkolenie dla menedżerów, którzy:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• chcą nauczyć się przydzielać obowiązki bez obawy o reakcje podwładnych ,chcą pokonać opór związany ze zwracaniem pracownikom uwagi, że nieprawidłowo wykonali zadanie, zgadzają się na różne rzeczy a potem żałują swoich decyzji, wolą wykonać zadanie sami, niż poprosić lub tłumaczyć, jak należy je zrobić, chcą dowiedzieć się JAK odmawiać pracownikom w sposób asertywny, bez poczucia winy i agresji,</li></ul>
<b>Minimalna liczba uczestników</b>	5
<b>Maksymalna liczba uczestników</b>	20
<b>Data zakończenia rekrutacji</b>	16-09-2024
<b>Forma prowadzenia usługi</b>	zdalna w czasie rzeczywistym
<b>Liczba godzin usługi</b>	30
<b>Podstawa uzyskania wpisu do BUR</b>	Standard Usługi Szkoleniowo-Rozwojowej PIFS SUS 2.0

# Cel

## Cel edukacyjny

"Zrozumienie znaczenia asertywności w zarządzaniu  
Rozwój umiejętności asertywnego komunikowania się  
Nauka technik asertywnej odmowy i obrony przed manipulacją  
Praktyka udzielania asertywnej informacji zwrotnej"

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

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
<p><b>Wiedza</b> Zrozumienie Asertywności: Definicja i znaczenie asertywności w zarządzaniu. Różnice między asertywnością, agresją, uległością i manipulacją.</p>	<p>Wypełnienie kwestionariusza Pre testu i Post testu</p>	<p>Wywiad swobodny</p>
<p><b>Psychologia Komunikacji:</b> Związek między stylami komunikacyjnymi a potrzebami psychicznymi. Rola emocji i samooceny w asertywnej komunikacji.</p>	<p>Wypełnienie kwestionariusza Pre testu i Post testu</p>	<p>Wywiad swobodny</p>
<p><b>Techniki Asertywnej Odmowy:</b> Metody i strategie odmowy bez wywoływania konfliktów. Mechanizmy obrony przed presją i manipulacją.</p>	<p>Wypełnienie kwestionariusza Pre testu i Post testu</p>	<p>Wywiad swobodny</p>
<p><b>Asertywna Informacja Zwrotna:</b> Zasady udzielania konstruktywnej informacji zwrotnej. Modele przekazywania informacji zwrotnej (FKUKO, UFO, FEED FORWARD).</p>	<p>Wypełnienie kwestionariusza Pre testu i Post testu</p>	<p>Wywiad swobodny</p>
<p><b>Asertywne Komunikowanie się:</b> Praktyczne stosowanie asertywnego języka w rozmowach z pracownikami. Rozpoznawanie i reagowanie na różne style komunikacyjne innych osób.</p>	<p>Wypełnienie kwestionariusza Pre i Post testu</p>	<p>Wywiad swobodny</p>
<p><b>Delegowanie Zadań:</b> Skuteczne przydzielanie obowiązków bez obawy o negatywne reakcje. Jasne i precyzyjne formułowanie oczekiwań i poleceń.</p>	<p>Wypełnienie kwestionariusza Pre i Post testu</p>	<p>Wywiad swobodny</p>

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
<p>Radzenie sobie z Konfliktami:</p> <p>Asertywne rozwiązywanie konfliktów wewnątrz zespołu. Techniki radzenia sobie z trudnymi emocjami podczas konfliktów.</p>	<p>Wypełnienie kwestionariusza Pre i Post testu</p>	<p>Wywiad swobodny</p>
<p>Obrona przed Presją i Manipulacją:</p> <p>Skuteczne metody odmowy w sytuacjach presji. Obrona przed manipulacyjnymi zachowaniami innych.</p>	<p>Wypełnienie kwestionariusza Pre i Post testu</p>	<p>Wywiad swobodny</p>
<p>Udzielanie Informacji Zwrotnej:</p> <p>Konstruktywne chwalenie pracowników i udzielanie krytyki. Stosowanie różnych modeli informacji zwrotnej w praktyce.</p> <p>Kompetencje Społeczne Budowanie Zaufania i Współpracy:</p> <p>Tworzenie atmosfery zaufania i otwartości w zespole. Wzmacnianie relacji interpersonalnych poprzez asertywne zachowania.</p> <p>Zarządzanie Emocjami:</p> <p>Świadomość własnych emocji i umiejętność ich kontrolowania. Empatia i rozumienie emocji innych osób w procesie komunikacji.</p>	<p>Wypełnienie kwestionariusza Pre i Post testu</p> <p>Wypełnienie kwestionariusza Pre i Post testu</p> <p>Wypełnienie kwestionariusza Pre i Post testu</p>	<p>Wywiad swobodny</p> <p>Wywiad swobodny</p> <p>Wywiad swobodny</p>
<p>Skuteczna Komunikacja Interpersonalna:</p> <p>Jasne i efektywne przekazywanie informacji. Słuchanie aktywne i konstruktywne reagowanie na informacje zwrotne.</p>	<p>Wypełnienie kwestionariusza Pre i Post testu</p>	<p>Wywiad swobodny</p>
<p>Rozwój Samoświadomości:</p> <p>Lepsze rozumienie własnych mocnych stron i obszarów do rozwoju w kontekście asertywności. Rozwijanie samooceny i pewności siebie w roli menedżera.</p>	<p>Wypełnienie kwestionariusza Pre i Post testu</p>	<p>Wywiad swobodny</p>

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
<p>Motywowanie i Zaangażowanie Pracowników:</p> <p>Umiejętność motywowania zespołu poprzez pozytywną i konstruktywną informację zwrotną. Budowanie zaangażowania pracowników przez uznanie ich osiągnięć i wsparcie w rozwoju.</p>	<p>Wypełnienie kwestionariusza Pre i Post testu</p>	<p>Wywiad swobodny</p>

## Kwalifikacje

### Kompetencje

Usługa prowadzi do nabycia kompetencji.

#### Warunki uznania kompetencji

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

Dokument potwierdzający uzyskanie kompetencji zawiera opis efektów uczenia się.

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

Dokument potwierdza, że walidacja została przeprowadzona w oparciu o zdefiniowane w efektach uczenia się kryteria ich weryfikacji.

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

Dokument potwierdza zastosowanie rozwiązań zapewniających rozdzielanie procesów kształcenia i szkolenia od walidacji.

## Program

3 dniowy Warsztat: Asertywność w Zarządzaniu. Podstawy Asertywności i Autodiagnoza. Asertywny Menadzer: Kim jest?. Definicja Asertywności w zarządzaniu. Autodiagnoza Poziomu Asertywności. Ćwiczenia. Twoja mapa asertywności. Analiza mocnych i słabych stron. Style komunikacyjne. Autodiagnoza stylu komunikacyjnego, asertywny, uległy, manipulacyjny związek między potrzebami psychicznymi, a stylem komunikacyjnym. Emocje i asertywność. Wpływ samooceny i przekonania na asertywność. Techniki asertywnej Odmowy i Obrony przed presją. Jak odmówić bez odrzucenia, złości, gniewu. Przegląd sytuacji menadżerskich wymagających odmowy. Reakcje na agresywną presję i manipulację. Ćwiczenia praktyczne. Postępowanie w sytuacjach trudnych. Strategie radzenia sobie z presją i manipulacją. Case studies. Analiza rzeczywistych przypadków. Asertywna informacja zwrotna. Rola informacji zwrotnej w budowaniu zaangażowania i motywacji. Chwalenie i konstruktywna Krytyka. Algorytm skutecznej pochwały. Modele nformacji zwrotnej. Symulacje rozmów z pracownikami

# Harmonogram

Liczba przedmiotów/zajęć: 25

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
<b>1 z 25</b> Powitanie i Wprowadzenie	-	25-09-2024	09:00	09:30	00:30
<b>2 z 25</b> Asertywny Menedżer: Kim Jest?	-	25-09-2024	09:30	11:00	01:30
<b>3 z 25</b> Przerwa kawowa	-	25-09-2024	11:00	11:15	00:15
<b>4 z 25</b> Autodiagnoza Poziomu Asertywności	-	25-09-2024	11:15	12:45	01:30
<b>5 z 25</b> Przerwa na lunch	-	25-09-2024	12:45	13:45	01:00
<b>6 z 25</b> Style Komunikacyjne	-	25-09-2024	13:45	15:00	01:15
<b>7 z 25</b> Przerwa kawowa	-	25-09-2024	15:00	15:15	00:15
<b>8 z 25</b> Emocje i Asertywność	-	25-09-2024	15:15	16:30	01:15
<b>9 z 25</b> Powitanie i Podsumowanie Dnia 1	-	26-09-2024	09:00	09:30	00:30
<b>10 z 25</b> Techniki Asertywnej Odmowy	-	26-09-2024	09:30	11:00	01:30
<b>11 z 25</b> Przerwa kawowa	-	26-09-2024	11:00	11:15	00:15
<b>12 z 25</b> Obrona przed Presją i Manipulacją	-	26-09-2024	11:15	12:45	01:30
<b>13 z 25</b> Przerwa na lunch	-	26-09-2024	12:45	13:45	01:00

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
<b>14 z 25</b> Postępowanie w Sytuacjach Trudnych	-	26-09-2024	13:45	15:00	01:15
<b>15 z 25</b> Przerwa kawowa	-	26-09-2024	15:00	15:15	00:15
<b>16 z 25</b> Case Studies i Ćwiczenia Praktyczne	-	26-09-2024	15:15	16:30	01:15
<b>17 z 25</b> Powitanie i Podsumowanie Dnia 2	-	27-09-2024	09:00	09:30	00:30
<b>18 z 25</b> Zasady Asertywnej Informacji Zwrotnej	-	27-09-2024	09:30	11:00	01:30
<b>19 z 25</b> Przerwa kawowa	-	27-09-2024	11:00	11:15	00:15
<b>20 z 25</b> Chwalenie i Konstruktwna Krytyka	-	27-09-2024	11:15	12:45	01:30
<b>21 z 25</b> Przerwa na lunch	-	27-09-2024	12:45	13:45	01:00
<b>22 z 25</b> Praktyczne Ćwiczenia z Informacji Zwrotnej	-	27-09-2024	13:45	15:00	01:15
<b>23 z 25</b> Przerwa kawowa	-	27-09-2024	15:00	15:15	00:15
<b>24 z 25</b> Podsumowanie Warsztatu	-	27-09-2024	15:15	16:30	01:15
<b>25 z 25</b> Walidacja	-	27-09-2024	16:30	17:00	00:30

# Cennik

## Cennik

Rodzaj ceny	Cena
Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	3 690,00 PLN
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	3 000,00 PLN
Koszt osobogodziny brutto	123,00 PLN
Koszt osobogodziny netto	100,00 PLN

## Prowadzący

Liczba prowadzących: 0

Brak wyników.

## Informacje dodatkowe

### Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Materiały dla uczestników:  
Prezentacje i materiały szkoleniowe.  
Arkusze autodiagnozy.  
Listy kontrolne i przewodniki praktycznych asertywnych

### Warunki uczestnictwa

Informacje dodatkowe  
Po szkoleniu uczestnik otrzyma zaświadczenie.  
Warunkiem uzyskania zaświadczenia jest uczestnictwo w co najmniej 80% zajęć usługi rozwojowej oraz zaliczenie zajęć w formie testu i ćwiczeń.  
1 godzina rozliczeniowa = 45 minut.  
Szkolenie trwa 20 godzin dydaktycznych

Zapisując się na usługę wyrażasz zgodę na rejestrowanie/nagrywanie swojego wizerunku na potrzeby monitoringu, kontroli oraz w celu utrwalenia efektów uczenia się.  
Cena usługi rozwojowej nie obejmuje kosztów niezwiązanych bezpośrednio z usługą rozwojową, w szczególności koszty środków trwałych przekazywanych przedsiębiorcom lub ich pracownikom, koszty dojazdu i zakwaterowania.  
Karta niniejszej usługi rozwojowej została przygotowana zgodnie z obowiązującym Regulaminem Bazy Usług Rozwojowych, w tym m in. w zakresie powierzania usług.

# Warunki techniczne

## Warunki techniczne

Forma zdalna usługi. Szkolenie odbywa się za pomocą platformy ZOOM.US.

1. W celu prawidłowego i pełnego korzystania ze szkolenia, Uczestnik powinien dysponować: urządzeniem mającym dostęp do sieci Internet (komputer, smartfon, tablet), zdolnym do odbioru i przekazu dźwięku (głośniki, słuchawki, mikrofon), przeglądarką Windows: IE 11+, Edge 12+, Firefox 27+, Chrome 30+, Mac: Safari 7+, Firefox 27+, Chrome 30+.
2. Minimalna wymagana szybkość połączenia internetowego w celu korzystania z webinarów wynosi 2 Mb/s (zalecane połączenie szerokopasmowe).
3. Dołączenie następuje poprzez kliknięcie w indywidualny link wysłany mailem do uczestnika przed szkoleniem oraz wpisanie imienia i nazwiska oraz adresu email w oknie logowania. Ważność linku - do zakończenia szkolenia wg. harmonogramu szkolenia.  
Ważność linku - od rozpoczęcia szkolenia do jego zakończenia zgodnie z harmonogramem w karcie.

## Kontakt



**Joanna Sala**

**E-mail** [joanna.sala@asroom.pl](mailto:joanna.sala@asroom.pl)

**Telefon** (+48) 698 409 740