



MJS SPÓŁKA Z
OGRANICZONĄ
ODPOWIEDZIALNOŚĆ
CIĄ



Zielone umiejętności, a współpraca i komunikacja w zespole. Skuteczne działanie w pracy. – wiedza, umiejętności i kompetencje społeczne, wartości potrzebne do życia, pracy i działania w zasobooszczędnej i zrównoważonej gospodarce i społeczeństwie.

Numer usługi 2024/07/29/145361/2241603

📍 Wałbrzych / stacjonarna

🏠 Usługa szkoleniowa

🕒 37 h

📅 16.09.2024 do 20.09.2024

4 000,00 PLN brutto

4 000,00 PLN netto

108,11 PLN brutto/h

108,11 PLN netto/h

Informacje podstawowe

Kategoria	Biznes / Organizacja
Sposób dofinansowania	wsparcie dla pracodawców i ich pracowników
Grupa docelowa usługi	Pracownicy sektora, w szczególności osoby odpowiadające za obszar zarządzania i organizacji pracy w przedsiębiorstwie oraz pracownicy w bezpośrednim kontakcie z klientem, a także pracownicy od których wymagana jest wzajemna bezpośrednia komunikacja i współpraca istotna z punktu widzenia pracy (niezależenie od sektora gospodarki czy zawodu) i życia społecznego, zgodnie z Europejską ramą kompetencji w zakresie zrównoważonego rozwoju
Minimalna liczba uczestników	5
Maksymalna liczba uczestników	15
Data zakończenia rekrutacji	13-09-2024
Forma prowadzenia usługi	stacjonarna
Liczba godzin usługi	37
Podstawa uzyskania wpisu do BUR	Standard Usługi Szkoleniowo-Rozwojowej PIFS SUS 2.0

Cel

Cel edukacyjny

Celem szkolenia jest rozwinięcie umiejętności profesjonalnej komunikacji w zespole, tak aby z powodzeniem budować relacje z klientem wewnętrznym i zewnętrznym. Szkolenie pozwoli na efektywne wykorzystanie wszystkich kanałów komunikacji, zwiększenie efektywności podczas kontaktów w zespole. Uczestnicy szkolenia poznają techniki asertywności, nawiązania kontaktu, prowadzenia dyskusji oraz radzenia sobie ze stresem, udzielania informacji zwrotnej, formułowanie oczekiwań i stawiania granic.

Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Nabycie umiejętności skutecznego słuchania i rozumienia innych z uwzględnieniem różnorodności.	Przedstawia sposoby słuchania aktywnego i empatycznego.	Test teoretyczny
Nabycie umiejętności przekonywania i wywierania wpływu w obszarze wspierającym realizację celów zrównoważonego rozwoju.	Potrafi zastosować metody wywierania wpływu i przekonywania w życiu zawodowym.	Wywiad swobodny
Nabycie umiejętności rozwiązywania konfliktów wynikających z przyjęcia lub wdrożenia standardów, procesów, usług, produktów i technologii związanych z ochroną środowiska i jego ekosystemów.	Potrafi znaleźć rozwiązanie, które będzie wskazywało na obopólne korzyści.	Wywiad swobodny
Nabycie umiejętności komunikowania trudnych kwestii w sposób klarowny i przystępny.	Potrafi wskazać zasady standardu plain language oraz uprościć komunikat na przystępny.	Wywiad swobodny
Nabycie umiejętności tworzenia komunikatu asertywnego którego celem jest minimalizacja u odbiorcy produkcji odpadów i zanieczyszczeń.	Potrafi stworzyć komunikat asertywny do danego stanu faktycznego.	Test teoretyczny
Nabycie umiejętności przekazywania informacji zwrotnej.	Potrafi w sposób wspierający przekazać informację zwrotną pracownikowi i klientowi.	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, dokument potwierdza w swojej treści uzyskanie kompetencji.

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

Tak, dokument potwierdza, że walidacja przeprowadzona jest w w oparciu o zdefiniowane w efektach uczenia się kryteria ich weryfikacji?

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

Tak, dokument potwierdza zastosowanie rozwiązań zapewniających rozdzielenie procesów kształcenia i szkolenia od walidacji

Program

DZIEŃ 1

Organizacja pracy i techniki niezbędne do podnoszenia efektywności osobistej przyczyniające się do zachowania lub przywrócenia stanu środowiskaj :

Organizacja pracy i samodyscyplina w pracy – planowanie. Zasada Pareto.

Matryca Eisenhowera.

Podstawy komunikacji jako niezbędny element efektywności w organizacji

Komunikacja ułatwiająca realizację celów

Komunikacja w Analizie transakcyjnej

źródła stanów ego, analiza strukturalna

analiza transakcyjna stany „ja”

Komunikacja, a różnice pokoleniowe

Rozmowa oparta na pytaniach – trening umiejętności słuchania.

DZIEŃ 2

Narzędzia i techniki niezbędne do podnoszenia efektywności osobistej, wartości potrzebne do życia, pracy i działania w zasobooszczędnej i zrównoważonej gospodarce i społeczeństwie.:

Typy osobowości człowieka vs efektywne wykorzystywania swego czasu,

Typy osobowości wg. Junga – dopasowanie komunikatów do rozmówcy.

Model DOSC

Budowanie autorytetu.

Zachowania budujące autorytet

Analiza „pożeraczy” czasu i przeciwdziałanie.

Informacja zwrotna – narzędzie obrony osobistej efektywności

DZIEŃ 3

Narzędzia i techniki niezbędne do podnoszenia efektywności osobistej wartości potrzebne do życia, pracy i działania w zasobooszczędnej i zrównoważonej gospodarce i społeczeństwie.:

Wstęp do tematu wywierania wpływu i reguły R. Cialdiniego dla realizacji swoich celów.

Czym jest wywieranie wpływu Reguła wzajemności Przykłady zastosowania Reguła zaangażowania i konsekwencji. Przykłady zastosowania.

Reguła społecznego dowodu słuszności Przykłady zastosowania.

Reguła lubienia i sympatii. Przykłady zastosowania.

Reguła autorytetu. Przykłady zastosowania. Reguła niedostępności, Przykłady zastosowania.

Pre-swazja - Przykłady zastosowania.

Cele prywatne i zawodowe, a zarządzanie sobą w czasie

DZIEŃ 4

Organizacja własnej pracy oraz osobista motywacja z uwzględnieniem wartości potrzebne do życia, pracy i działania w zasobooszczędnej i zrównoważonej gospodarce i społeczeństwie.:

Asertywne komunikaty – ćwiczenia Typy zachowań i postaw asertywnych.

Relaksacja Metody i ćwiczenia relaksacji. Mindfulness

Uważność. Stres: Mechanizmy i koncepcje stresu Radzenie sobie.

Komunikacja niewerbalna. Mowa ciała. Symulacje mentalne.

Pozytywne myślenie. Trening mentalny. Świadomość siebie

Cele(metoda SMART) i zobowiązania. Samoocena. Poczucie własnej wartości.

Budowanie obrazu siebie. Wytrwałość w działaniu. Relacje między efektywnością i wytrwałością.

Samoregulacja a samokontrola. Sprawowanie kontroli. Poczucie umiejscowienia kontroli.

DZIEŃ 5

Proaktywność i inicjatywa w wyznaczaniu i osiągnięciu celów opartych o zielone umiejętności

Model GROW – rozwój w oparciu o stawiane sobie cele.

Współpraca w zespole

cechy zespołu

Fazy rozwoju zespołu

Proaktywność i inicjatywa w wyznaczaniu i osiągnięciu celów

Role zespołowe

Komunikacja w zespole

Źródła konfliktów w zespole a strategię w konflikcie. Fazy konfliktu

Sposoby rozwiązywania konfliktów w zespole dla realizacji celów.

Walidacja szkolenia poprzez test i symulacje zachowań

Harmonogram

Liczba przedmiotów/zajęć: 25

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
<p>1 z 25 Organizacja pracy i techniki niezbędne do podnoszenia efektywności osobistej przyczyniają się do zachowania lub przywrócenia stanu środowiska</p>	Sławomir Żydek	16-09-2024	08:00	10:00	02:00
<p>2 z 25 Matryca Eisenhowera.</p>	Sławomir Żydek	16-09-2024	10:15	13:00	02:45
<p>3 z 25 Komunikacja ułatwiająca realizację celów</p>	Sławomir Żydek	16-09-2024	13:15	14:00	00:45
<p>4 z 25 Komunikacja w Analizie transakcyjnej źródła stanów ego, analiza strukturalna analiza transakcyjna stany „ja”</p>	Sławomir Żydek	16-09-2024	14:15	15:00	00:45
<p>5 z 25 Komunikacja, a różnice pokoleniowe w obliczu zielonego ładu. Pytania.</p>	Sławomir Żydek	16-09-2024	15:00	16:00	01:00
<p>6 z 25 Narzędzia i techniki niezbędne do podnoszenia efektywności osobistej wartości potrzebne do życia, pracy i działania w zasobooszczędnej i zrównoważonej gospodarce i społeczeństwie.</p>	Sławomir Żydek	17-09-2024	08:00	10:00	02:00

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
7 z 25 Typy osobowości człowieka vs efektywne wykorzystywania swego czasu,	Sławomir Żydek	17-09-2024	10:15	13:00	02:45
8 z 25 Budowanie autorytetu.	Sławomir Żydek	17-09-2024	13:15	14:00	00:45
9 z 25 Informacja zwrotna – narzędzie obrony osobistej efektywności	Sławomir Żydek	17-09-2024	14:15	15:00	00:45
10 z 25 Analiza „pożeraczy” czasu i przeciwdziałanie.	Sławomir Żydek	17-09-2024	15:00	16:00	01:00
11 z 25 Narzędzia i techniki niezbędne do podnoszenia efektywności osobistej wartości potrzebne do życia, pracy i działania w zasobooszczędnej i zrównoważonej gospodarce i społeczeństwie.:	Sławomir Żydek	18-09-2024	08:00	10:00	02:00
12 z 25 Wstęp do tematu wywierania wpływu i reguły R. Cialdiniego dla realizacji swoich celów.	Sławomir Żydek	18-09-2024	10:15	13:00	02:45

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
13 z 25 Czym jest wywieranie wpływu Reguła wzajemności Przykłady zastosowania Reguła zaangażowania i konsekwencji. Przykłady zastosowania.	Sławomir Żydek	18-09-2024	13:15	14:00	00:45
14 z 25 Reguła społecznego dowodu słuszności Przykłady zastosowania.	Sławomir Żydek	18-09-2024	14:15	15:00	00:45
15 z 25 Reguła lubienia i sympatii. Przykłady zastosowania.	Sławomir Żydek	18-09-2024	15:00	16:00	01:00
16 z 25 Organizacja własnej pracy oraz osobista motywacja z uwzględnieniem wartości potrzebne do życia, pracy i działania w zasobooszczędnej i zrównoważonej gospodarce i społeczeństwie.:	Sławomir Żydek	19-09-2024	08:00	10:00	02:00
17 z 25 Asertywne komunikaty – ćwiczenia Typy zachowań i postaw asertywnych.	Sławomir Żydek	19-09-2024	10:15	13:00	02:45
18 z 25 Relaksacja Metody i ćwiczenia relaksacji. Mindfulness	Sławomir Żydek	19-09-2024	13:15	14:00	00:45

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
19 z 25 Uwaga. Stres: Mechanizmy i koncepcje stresu Radzenie sobie.	Sławomir Żydek	19-09-2024	14:15	15:00	00:45
20 z 25 Wytrwałość w działaniu w dążeniach które pomagają zmniejszyć zużycie energii i surowców, dekarbonizują gospodarkę, chronią oraz przywracają ekosystemy i różnorodność biologiczną.	Sławomir Żydek	19-09-2024	15:00	16:00	01:00
21 z 25 Proaktywność i inicjatywa w wyznaczaniu i osiągnięciu celów opartych o zielone umiejętności	Sławomir Żydek	20-09-2024	08:00	10:00	02:00
22 z 25 Model GROW – rozwój w oparciu o stawiane sobie cele.	Sławomir Żydek	20-09-2024	10:15	13:00	02:45
23 z 25 Współpraca w zespole	Sławomir Żydek	20-09-2024	13:15	14:00	00:45
24 z 25 Fazy rozwoju zespołu	Sławomir Żydek	20-09-2024	14:15	15:00	00:45
25 z 25 Walidacja szkolenia poprzez test i symulacje zachowań	Sławomir Żydek	20-09-2024	15:00	16:45	01:45

Cennik

Cennik

Rodzaj ceny	Cena
Koszt usługi brutto	4 000,00 PLN
Koszt usługi netto	4 000,00 PLN
Koszt godziny brutto	108,11 PLN
Koszt godziny netto	108,11 PLN

Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



1 z 1

Sławomir Żydek

Prowadzi szkolenia z autoprezentacji, umiejętności handlowych i szefowskich, asesor. Specjalista w zakresie sprzedaży produktów i usług B2B i zarządzania zespołami sprzedażowymi. Doradca w obszarach rekrutacji, wdrażania i rozwoju pracowników. Posiada wiedzę i doświadczenie w zakresie metod i narzędzi wykorzystywanych w autoprezentacji – min. 3 lata w ciągu ostatnich 5 lat, zna przepisy z zakresu bezpieczeństwa i higieny pracy oraz zalecenia Głównego Inspektora Sanitarnego.

Wieloletni Trener i coach, wcześniej aktywny handlowiec, KAM, kierownik i szef działu. Swój warsztat trenerski opiera na pracy na procesie grupowym, pracy na diagnozie i na realnych problemach. Ukończył Szkołę Trenerów Biznesu Kontrakt, Akademię Coachingu Relacyjnego Transmisja, Szkoła Coachingu systemowego uczestniczył w wielu certyfikowanych szkoleniach menedżerskich oraz HR. Posiada certyfikat badania profilu osobowości MPA. Prowadził wydarzenia Assessment Center.

Informacje dodatkowe

Informacje o materiałach dla uczestników usługi

uczestnicy otrzymają materiały pdf

Informacje dodatkowe

Szkolenie obejmuje część teoretyczną i praktyczną. Min. 50 % godzin kursu przeznaczonych jest na praktyczne nauczanie (warsztaty w grupach; studia przypadków; wymiana osób w grupach). Oprócz spełnienia powyższych wymagań dostawca usługi wykorzystuje nowoczesne metody i narzędzia aktywizujące uczestników oraz utrwalające ich wiedzę.

Adres

Wałbrzych

Wałbrzych

woj. dolnośląskie

sala zgodnie z zakresem tematycznym usługi: stanowisko komputerowe dla prowadzącego podłączone do sieci lokalnej z dostępem do internetu, z drukarką, skanerem i projektorem multimedialnym, z pakietem programów biurowych i programem do tworzenia prezentacji i grafiki, zestaw materiałów biurowych dla uczestników szkolenia.

Udogodnienia w miejscu realizacji usługi

- Klimatyzacja
- Wi-fi

Kontakt



Sławomir Zydek

E-mail kontakt@asteon.pl

Telefon (+48) 666 889 834