



## Trening interpersonalny: komunikacja interpersonalna w grupie

Numer usługi 2024/08/08/7983/2257073

3 690,00 PLN brutto

3 000,00 PLN netto

92,25 PLN brutto/h

75,00 PLN netto/h

Wszechnica  
Uniwersytetu  
Jagiellońskiego Sp.  
z o.o.



📍 Kraków / stacjonarna

🏠 Usługa szkoleniowa

🕒 40 h

📅 03.10.2024 do 14.10.2024

## Informacje podstawowe

<b>Kategoria</b>	Zdrowie i medycyna / Psychologia i rozwój osobisty
<b>Identyfikator projektu</b>	Kierunek - Rozwój
<b>Sposób dofinansowania</b>	wsparcie dla osób indywidualnych wsparcie dla pracodawców i ich pracowników
<b>Grupa docelowa usługi</b>	Trening interpersonalny kierowany jest do wszystkich, którzy pracują z grupami, a w szczególności do trenerów, facylitatorów, menedżerów, liderów, coachów pracujących z grupami oraz wszystkich osób, które chcą rozwijać swoje umiejętności interpersonalne.  Usługa adresowana również dla Uczestników Projektu Kierunek – Rozwój.
<b>Minimalna liczba uczestników</b>	8
<b>Maksymalna liczba uczestników</b>	12
<b>Data zakończenia rekrutacji</b>	26-09-2024
<b>Forma prowadzenia usługi</b>	stacjonarna
<b>Liczba godzin usługi</b>	40
<b>Podstawa uzyskania wpisu do BUR</b>	Znak Jakości Małopolskich Standardów Usług Edukacyjno-Szkoleniowych (MSUES) - wersja 2.0

# Cel

## Cel edukacyjny

Uczestnicy zdobędą wiedzę na temat dynamiki procesu grupowego.

Uczestnicy rozwiną swoje umiejętności w obszarze wyrażania myśli, uczuć i emocji, rozwiązywania konfliktów, aktywnego słuchania innych oraz udzielania i przyjmowania informacji zwrotnych.

Dzięki pogłębionej świadomości swoich mocnych stron i obszarów do rozwoju oraz poznaniu reakcji innych na swoje zachowanie będą potrafili lepiej komunikować się i budować porozumienie z innymi oraz radzić sobie w codziennych sytuacjach.

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

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Tak, dokument potwierdza zastosowanie rozwiązań zapewniających rozdzielenie procesów kształcenia i szkolenia od walidacji.	Tworzy sytuacje komunikacyjne, prezentując techniki łagodzenia potencjalnych nieporozumień i dostosowując język do odbiorcy.	Wywiad swobodny
	Monitoruje i kontroluje proces komunikacji, zapewniając, że przekazywane informacje są zrozumiałe i jasne dla wszystkich stron oraz zgodne z intencją.	Obserwacja w warunkach symulowanych
Osoba uczestnicząca zwiększa gotowość do udzielania i odbierania konstruktywnej informacji zwrotnej.	Osoba uczestnicząca analizuje procesy komunikacyjne, weryfikując zrozumienie przekazu przez odbiorców i proponując usprawnienia.	Wywiad swobodny
	Potrafi udzielić nieoceniającej informacji zwrotnej.	Obserwacja w warunkach symulowanych
Osoba uczestnicząca rozpoznaje swoje stany emocjonalne i potrafi nazwać pojawiające się emocje.	Zauważa reakcje z ciała i potrafi rozróżnić emocje od myśli.	Wywiad swobodny
	Potrafi powiązać swoje emocje z poznawczą oceną sytuacji.	Wywiad swobodny
	Wie jakie są podstawowe emocje.	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 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?**

Tak, 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 rozdzielenie procesów kształcenia i szkolenia od walidacji?**

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

## Program

**Trening interpersonalny** to sytuacja edukacyjna, czyli proces uczenia się w oparciu o doświadczenia interpersonalne uczestników, uzyskiwane w czasie jego trwania. Materiałem do pracy jest to, co realnie „tu i teraz” wydarza się pomiędzy uczestnikami treningu. Trening interpersonalny przebiega w oparciu o proces grupowy. Nie ma planu i założeń programowych. Ma cele a reszta jest owocem spotkania. Proces grupowy, który wydarza się pomiędzy uczestnikami jest naturalnym procesem budowania się grupy. Interakcje, jakie zachodzą w grupie, dają możliwość odkrywania wiedzy o sobie i o innych, w obszarze przeżywania i komunikowania się.

Więcej informacji na stronie **Treningu Interpersonalnego**: <https://wszechnica.uj.pl/szkolenia/trening-interpersonalny/>

## Harmonogram

Liczba przedmiotów/zajęć: 20

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
<b>1 z 20</b> Zjazd I, Dzień 1, część 1: Praca procesowa	Barbara Chruślicka	03-10-2024	09:00	10:30	01:30
<b>2 z 20</b> Zjazd I, Dzień 1, część 2: Praca procesowa	Barbara Chruślicka	03-10-2024	10:45	12:15	01:30
<b>3 z 20</b> Zjazd I, Dzień 1, część 3: Praca procesowa	Barbara Chruślicka	03-10-2024	13:45	15:15	01:30
<b>4 z 20</b> Zjazd I, Dzień 1, część 4: Podsumowanie pracy procesowej	Barbara Chruślicka	03-10-2024	15:30	17:00	01:30

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
5 z 20 Zjazd I, Dzień 2, część 1: Praca procesowa	Barbara Chruślicka	04-10-2024	09:00	10:30	01:30
6 z 20 Zjazd I, Dzień 2, część 2: Praca procesowa	Barbara Chruślicka	04-10-2024	10:45	12:15	01:30
7 z 20 Zjazd I, Dzień 2, część 3: Praca procesowa	Barbara Chruślicka	04-10-2024	13:45	15:15	01:30
8 z 20 Zjazd I, Dzień 2, część 4: Podsumowanie pracy procesowej	Barbara Chruślicka	04-10-2024	15:30	17:00	01:30
9 z 20 Zjazd I, Dzień 3, część 1: Praca procesowa	Barbara Chruślicka	05-10-2024	09:00	10:30	01:30
10 z 20 Zjazd I, Dzień 3, część 2: Praca procesowa	Barbara Chruślicka	05-10-2024	10:45	12:15	01:30
11 z 20 Zjazd I, Dzień 3, część 3: Praca procesowa	Barbara Chruślicka	05-10-2024	13:45	15:15	01:30
12 z 20 Zjazd I, Dzień 3, część 4: Podsumowanie pracy procesowej	Barbara Chruślicka	05-10-2024	15:30	17:00	01:30
13 z 20 Zjazd I, Dzień 4, część 1: Praca procesowa	Barbara Chruślicka	06-10-2024	09:00	10:30	01:30
14 z 20 Zjazd I, Dzień 4, część 2: Praca procesowa	Barbara Chruślicka	06-10-2024	10:45	12:15	01:30
15 z 20 Zjazd I, Dzień 4, część 3: Praca procesowa	Barbara Chruślicka	06-10-2024	13:45	15:15	01:30
16 z 20 Zjazd I, Dzień 4, część 4: Podsumowanie pracy procesowej	Barbara Chruślicka	06-10-2024	15:30	17:00	01:30

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
<b>17 z 20</b> Zjazd II, Dzień 1, część 1: Praca warsztatowa- socjometria i proces grupowy	Barbara Chruślicka	14-10-2024	09:00	10:30	01:30
<b>18 z 20</b> Zjazd II, Dzień 1, część 2: Praca warsztatowa- efektywna komunikacja	Barbara Chruślicka	14-10-2024	10:45	12:15	01:30
<b>19 z 20</b> Zjazd II, Dzień 1, część 3: Praca warsztatowa- rozwiązywanie konfliktów, aktywne słuchanie, udzielanie i przyjmowanie informacji zwrotnej.	Barbara Chruślicka	14-10-2024	13:45	15:15	01:30
<b>20 z 20</b> Zjazd II, Dzień 1, część 4: Praca warsztatowa- podsumowanie	Barbara Chruślicka	14-10-2024	15:30	17:00	01:30

## 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	92,25 PLN
Koszt osobogodziny netto	75,00 PLN

# Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



1 z 1

## Barbara Chruślicka

Szkolenia i superwizje trenerskie, umiejętności interpersonalne – szczególnie efektywna komunikacja i rozwiązywanie konfliktów, szkolenia leaderskie nastawione na rozumienie mechanizmów pracy zespołu.

Tworzyła i realizowała duże projekty szkoleniowo-doradcze dla takich klientów jak m.in.: Electrolux, Pramerica Financial, Generali, Danfoss Power Solutions, Mondelez, Cadbury Polska. Szkoliła też pracowników wielu firm: BZWBK, PBK, BPH, Raiffeisen Bank, Impel, PWC, Berlitz, firm produkcyjnych jak Delphi Poland, Kraft, Vorwerk, Volkswagen Polska, ATI Stalowa Wola, Bavidro Huty szkła i innych. Od lat współpracuje z uczelniami (SWPS, Wyższa Szkoła Menedżerska, Uniwersytet Warszawski), służbami publicznymi np. Urząd Służby Cywilnej, Ośrodek Rozwoju Edukacji, ZUS i NGO.

Absolwentka Uniwersytetu Jagiellońskiego, trenerka, coach.

Jest superwizorką psychologicznego treningu grupowego rekomendowaną przez Polskie Towarzystwo Psychologiczne oraz superwizorką Stowarzyszenia Trenerów Organizacji Pozarządowych „STOP”. Przez 15 lat była kierowniczką merytoryczną Podyplomowego Studium Treningu Kreatywności i Arteterapii Uniwersytetu Warszawskiego. Prowadzi coaching zespołowy i spotkania interwencyjne nastawione na czyszczenie relacji i rozwój współpracy oraz pracuje nad postawami w obszarze psychologii BHP.

## Informacje dodatkowe

### Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Ostatniego dnia szkolenia uczestnicy otrzymają materiały szkoleniowe.

### Informacje dodatkowe

Rozliczeniu podlega 40 godzin szkoleniowych (45-minutowych) szkolenia, co równa się 30 godzinom zegarowym (60-minutowym) widocznym w harmonogramie.

Zawarto umowę z WUP w Toruniu w ramach Projektu Kierunek – Rozwój.

## Adres

ul. Starowiślna 13  
31-038 Kraków  
woj. małopolskie

Szkolenie odbędzie się w siedzibie Wszechnicy Uniwersytetu Jagiellońskiego.

### Udogodnienia w miejscu realizacji usługi

- Klimatyzacja
- Wi-fi

# Kontakt



**Karolina Chmiel**

**E-mail** [karolina.chmiel@wszechnica.uj.pl](mailto:karolina.chmiel@wszechnica.uj.pl)

**Telefon** (+48) 519 516 493