



„EQ w praktyce: inteligencja emocjonalna w świadomej pracy z emocjami, stresem i konfliktami” – warsztat praktyczny na podstawie profesjonalnego testu dla branży opiekuńczo-wychowawczej.

2 400,00 PLN brutto
2 400,00 PLN netto
150,00 PLN brutto/h
150,00 PLN netto/h

Edu roduction Paweł
Szkudlarek

Numer usługi 2024/12/22/11906/2475204



📍 Goleniów / stacjonarna

🏠 Usługa szkoleniowa

🕒 16 h

📅 22.02.2025 do 23.02.2025

Informacje podstawowe

Kategoria	Zdrowie i medycyna / Psychologia i rozwój osobisty
Sposób dofinansowania	wsparcie dla pracodawców i ich pracowników
Grupa docelowa usługi	Pracownicy placówek opiekuńczo-wychowawczych, w tym kadra zarządzająca placówkami.
Minimalna liczba uczestników	5
Maksymalna liczba uczestników	20
Data zakończenia rekrutacji	21-02-2025
Forma prowadzenia usługi	stacjonarna
Liczba godzin usługi	16
Podstawa uzyskania wpisu do BUR	Certyfikat systemu zarządzania jakością wg. ISO 9001:2015 (PN-EN ISO 9001:2015) - w zakresie usług szkoleniowych

Cel

Cel edukacyjny

Celem jest rozwój kompetencji emocjonalnych poprzez praktyczne ćwiczenia, analizę wyników profesjonalnego testu EQ oraz zastosowanie inteligencji emocjonalnej w codziennej pracy. Uczestnicy zdobędą umiejętność rozpoznawania, regulowania i wykorzystywania emocji w relacjach z dziećmi, rodzicami i współpracownikami, a także zarządzania

stresem i konfliktami. Szkolenie obejmuje treningi praktyczne z rozpoznawania reakcji emocjonalnych, rozumienia źródeł oraz budowania efektywnej komunikacji.

Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Wiedza: uczestnik rozumie istotę reakcji emocjonalnych oraz swoją rolę w ich powstawaniu i regulacji.	Uczestnik potrafi zdefiniować kluczowe obszary inteligencji emocjonalnej (samoświadomość, samoregulacja, empatia, motywacja, umiejętności społeczne).	Wywiad swobodny
	Uczestnik wyjaśnia proces rozpoznawania emocji w ciele i ich wpływ na reakcje w pracy zawodowej.	Debata swobodna
Umiejętności: uczestnik rozpoznaje emocje, ich źródła oraz komunikaty emocji w relacjach z innymi.	Uczestnik bierze udział w treningu rozpoznawania emocji w ciele i analizuje ich lingwistykę w kontekście codziennych interakcji.	Obserwacja w warunkach rzeczywistych
	Uczestnik identyfikuje komunikaty emocji podczas symulacji zawodowych sytuacji.	Obserwacja w warunkach symulowanych
Umiejętności: uczestnik stosuje techniki zarządzania stresem i emocjami w różnych sytuacjach zawodowych.	Uczestnik uczestniczy w praktycznych treningach indywidualnych i grupowych, podczas których demonstruje umiejętność regulacji emocji.	Obserwacja w warunkach rzeczywistych
	Uczestnik opracowuje plan działań w sytuacjach konfliktowych, uwzględniając narzędzia EQ.	Wywiad swobodny
Umiejętności: uczestnik buduje efektywną komunikację opartą na zrozumieniu własnych emocji oraz emocji innych osób.	Uczestnik bierze udział w warsztatach komunikacyjnych, ćwicząc zastosowanie narzędzi EQ w relacjach z dziećmi, rodzicami i zespołem.	Analiza dowodów i deklaracji
	Uczestnik opracowuje strategie komunikacji, które uwzględniają empatię i współpracę.	Wywiad swobodny
Kompetencje społeczne: uczestnik potrafi budować relacje zawodowe oparte na empatii i współpracy, wykorzystując zdobytą wiedzę o emocjach do tworzenia pozytywnej atmosfery w placówce.	Uczestnik uczestniczy w symulacjach grupowych, w których analizuje i reaguje na komunikaty emocji innych osób.	Obserwacja w warunkach symulowanych
	Uczestnik prezentuje odpowiedzialne i wspierające zachowania podczas treningów interpersonalnych.	Obserwacja w warunkach rzeczywistych

Cel biznesowy

Specyficzny:

Podniesienie jakości pracy placówek opiekuńczo-wychowawczych poprzez rozwój kompetencji emocjonalnych kadry, co pozwoli na skuteczniejsze zarządzanie emocjami, stresem i konfliktami w relacjach z dziećmi, rodzicami oraz zespołem. Dzięki szkoleniu placówka zyska bardziej zharmonizowaną atmosferę pracy, co wpłynie na pozytywny odbiór placówki przez rodziców i społeczność lokalną.

Mierzalny:

- Zwiększenie skuteczności w zarządzaniu emocjami i konfliktami w zespole, mierzone poprzez:
- Spadek liczby zgłoszonych problemów interpersonalnych o 20% w ciągu 3 miesięcy po szkoleniu.
- Wzrost satysfakcji rodziców i zespołu w ankietach po wprowadzeniu nowych metod zarządzania emocjami.
- Opracowanie indywidualnych planów rozwoju EQ przez 100% uczestników.

Osiągalny:

Efekty zostaną osiągnięte dzięki praktycznemu charakterowi szkolenia, opartego na profesjonalnym teście EQ oraz treningach indywidualnych i grupowych. Kadra nauczy się rozpoznawać emocje, zarządzać nimi oraz efektywnie komunikować się w trudnych sytuacjach, co jest w pełni możliwe w ramach codziennych obowiązków zawodowych.

Realistyczny:

Dzięki zastosowaniu wyników testu EQ i warsztatów praktycznych, placówka wprowadzi narzędzia inteligencji emocjonalnej do codziennej pracy. To wpłynie na lepsze zarządzanie zespołem i pozytywnie przełoży się na relacje z dziećmi i rodzicami. Długoterminowe efekty obejmą poprawę jakości pracy oraz zwiększenie prestiżu placówki w lokalnym środowisku.

Terminowy:

- Wprowadzenie zmian w zarządzaniu emocjami i konfliktami w ciągu 1 miesiąca od zakończenia szkolenia.
- Pełna implementacja strategii komunikacji i zarządzania EQ w ciągu 6 miesięcy.

Efekt usługi

1. Zwiększenie profesjonalizmu kadry poprzez wprowadzenie narzędzi EQ do codziennej pracy.

Przykładowe zastosowanie:

- Pracownicy potrafią rozpoznawać i zarządzać emocjami w codziennych relacjach z dziećmi, rodzicami i zespołem.

Kryteria weryfikacji:

- Ocena umiejętności praktycznych podczas symulacji zawodowych sytuacji konfliktowych.
- Raporty i refleksje uczestników, w których opisują wykorzystanie narzędzi EQ w pracy.
- Obserwacja wprowadzania technik EQ przez dyrekcję w okresie do 3 miesięcy po szkoleniu.

2. Poprawa atmosfery w placówce, co wpłynie na mniejsze obciążenie emocjonalne pracowników.

Przykładowe zastosowanie:

- Kadra potrafi skutecznie zarządzać stresem, zmniejszając napięcia w relacjach wewnątrz zespołu.

Kryteria weryfikacji:

- Ankiety satysfakcji pracowników przeprowadzone przed i 3 miesiące po szkoleniu, oceniające atmosferę pracy.
- Obserwacja poprawy współpracy i spadku liczby sytuacji konfliktowych przez kierownictwo.
- Redukcja zgłoszeń dotyczących problemów interpersonalnych w placówce o co najmniej 20%.

3. Budowanie pozytywnego wizerunku placówki jako miejsca, które dba o relacje i rozwój emocjonalny.

Przykładowe zastosowanie:

- Rodzice lepiej postrzegają placówkę dzięki poprawie komunikacji i zaangażowaniu kadry.

Kryteria weryfikacji:

- Analiza opinii rodziców w ankietach dotyczących jakości komunikacji i atmosfery w placówce.
- Wzrost liczby pozytywnych opinii w mediach społecznościowych lub innych kanałach informacyjnych.
- Zwiększenie liczby nowych zgłoszeń do placówki o 10–15% w ciągu 6 miesięcy po szkoleniu.

4. Wzrost zaangażowania rodziców dzięki poprawie jakości komunikacji i atmosfery.

Przykładowe zastosowanie:

- Rodzice częściej angażują się w życie placówki dzięki lepszej komunikacji z kadrami.

Kryteria weryfikacji:

- Wzrost liczby inicjatyw z udziałem rodziców (np. spotkania, konsultacje, wspólne wydarzenia).
- Ankiety wśród rodziców dotyczące ich zaangażowania i współpracy z placówką.
- Liczba pozytywnych interakcji rodziców z placówką wzrasta o co najmniej 20% w ciągu 3–6 miesięcy po szkoleniu.

Przykłady zastosowania z kryteriami weryfikacji:

1. Rozwiązanie symulowanych sytuacji konfliktowych w zespole przy wykorzystaniu narzędzi EQ.

Kryteria weryfikacji:

- Ocena poprawności i skuteczności działań podejmowanych przez uczestników w symulowanych scenariuszach konfliktowych podczas warsztatów.
- Analiza raportów z przygotowanych przez uczestników planów rozwiązania konfliktów.

2. Wprowadzenie strategii komunikacji opartej na empatii i rozpoznawaniu emocji w relacjach z rodzicami.

Kryteria weryfikacji:

- Przedstawienie przez uczestników planów komunikacji, uwzględniających empatię i EQ, oraz ich ocena przez trenerów.

3. Poprawa współpracy w zespole poprzez regularne korzystanie z technik zarządzania stresem i emocjami.

Kryteria weryfikacji:

- Obserwacja i ocena zmian w atmosferze pracy przez dyrekcję w ciągu 3 miesięcy od szkolenia.
- Liczba sytuacji konfliktowych w zespole zmniejszona o co najmniej 20%.
- Ankiety satysfakcji pracowników, oceniające skuteczność wprowadzonych technik.

Metoda potwierdzenia osiągnięcia efektu usługi

1. Ankiety ewaluacyjne

- Przeprowadzane wśród uczestników szkolenia przed i po szkoleniu.
- Ankiety te będą oceniały zmiany w atmosferze pracy, jakości komunikacji i poziomie zaangażowania kadry.

2. Raporty z obserwacji

- Opracowane przez dyrekcję lub koordynatora szkolenia, obejmujące obserwację zmian w relacjach, atmosferze pracy i jakości współpracy w zespole w ciągu 3–6 miesięcy po szkoleniu.

3. Analiza wyników testu EQ

- Porównanie wyników testu EQ przeprowadzonego na początku szkolenia z wynikami z powtórnego testu wykonanym 3–6 miesięcy później, aby ocenić rozwój kompetencji emocjonalnych kadry.

4. Ocena praktycznych ćwiczeń i warsztatów

- Podczas szkolenia uczestnicy będą oceniani za pomocą list kontrolnych opracowanych przez trenera, obejmujących aktywne uczestnictwo w symulacjach, treningach i warsztatach.
- Uczestnicy opracują indywidualne plany działania oraz strategie zarządzania emocjami, które będą oceniane pod kątem ich praktyczności i zgodności z narzędziami EQ.

5. Porównanie liczby sytuacji konfliktowych i zgłoszeń problemów interpersonalnych

- Analiza danych z placówki dotyczących liczby zgłoszeń konfliktów i problemów interpersonalnych przed i po szkoleniu (6 miesięcy).

6. Opinie rodziców

- Analiza opinii rodziców w ankietach dotyczących jakości komunikacji oraz atmosfery w placówce.
- Monitorowanie liczby pozytywnych opinii o placówce w mediach społecznościowych lub w innych kanałach komunikacji.

7. Statystyki zaangażowania rodziców i współpracy zespołu

- Liczba nowych inicjatyw z udziałem rodziców lub współpracowników (np. wspólne wydarzenia, projekty).
- Analiza wzrostu liczby zgłoszeń dzieci do placówki jako pośredni wskaźnik wzrostu prestiżu placówki.

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 szczegółowy opis efektów uczenia się, w tym wiedzy, umiejętności i kompetencji społecznych, które uczestnik nabył w wyniku szkolenia.

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

Dokument potwierdza, że walidacja efektów uczenia się została przeprowadzona zgodnie z wcześniej określonymi kryteriami weryfikacji, które jednoznacznie wskazują, czy uczestnik osiągnął zakładane cele edukacyjne.

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

Proces walidacji został przeprowadzony niezależnie od procesu kształcenia, co potwierdza rozdzielenie tych funkcji. Walidacja została przeprowadzona przez osobę lub zespół, który nie brał udziału w prowadzeniu szkolenia.

Program

Dzień 1

1. Moduł 1: Wprowadzenie do inteligencji emocjonalnej i test EQ

- Definicja i znaczenie inteligencji emocjonalnej (EQ) w pracy opiekuńczo-wychowawczej.
- Omówienie pięciu kluczowych obszarów EQ (samoświadomość, samoregulacja, motywacja, empatia, umiejętności społeczne).
- Przeprowadzenie profesjonalnego testu EQ i omówienie jego wyników.

Metody: Miniwykład, test EQ, dyskusja grupowa.

2. Moduł 2: Samoświadomość emocjonalna i rozpoznawanie emocji

- Trening rozpoznawania emocji w ciele i ich lingwistyki.
- Ćwiczenia z identyfikacji emocji własnych i u innych osób w codziennych sytuacjach.
- Analiza komunikatów emocji i ich wpływu na relacje zawodowe.

Metody: Warsztaty praktyczne, ćwiczenia indywidualne i grupowe, symulacje.

3. Moduł 3: Regulacja emocji i zarządzanie stresem

- Techniki radzenia sobie z trudnymi emocjami w pracy zawodowej.
- Trening zarządzania stresem i budowania wewnętrznej odporności.
- Praktyczne ćwiczenia w symulacjach sytuacji stresowych.

Metody: Warsztaty praktyczne, analiza przypadków, treningi grupowe.

4. Moduł 4: Empatia i jej rola w relacjach zawodowych

- Budowanie empatii w relacjach z dziećmi, rodzicami i zespołem.
- Ćwiczenia z komunikacji opartej na empatii i zrozumieniu emocji innych osób.

Metody: Warsztaty, ćwiczenia w parach, symulacje interakcji.

Dzień 2: Zaawansowane zastosowanie EQ w pracy zawodowej

1. Moduł 5: Zarządzanie konfliktami z wykorzystaniem EQ (2,5 godziny)

- Analiza przyczyn konfliktów w placówkach opiekuńczo-wychowawczych.
- Strategie rozwiązywania konfliktów oparte na inteligencji emocjonalnej.
- Symulacje sytuacji konfliktowych i opracowanie rozwiązań.

Metody: Studium przypadków, symulacje, warsztaty grupowe.

2. Moduł 6: Budowanie efektywnej komunikacji z rodzicami i zespołem

- Zastosowanie narzędzi EQ do budowania zaufania i współpracy.
- Opracowanie strategii komunikacji z rodzicami, dziećmi i współpracownikami.
- Ćwiczenia praktyczne z tworzenia empatycznych komunikatów.

Metody: Warsztaty praktyczne, ćwiczenia w grupach.

3. Moduł 7: Opracowanie indywidualnego planu rozwoju EQ

- Analiza wyników testu EQ w kontekście indywidualnych celów uczestników.
- Opracowanie indywidualnych strategii zarządzania emocjami i stresem.

Metody: Ćwiczenia indywidualne, konsultacje, praca z materiałami.

4. Moduł 8: Podsumowanie i wnioski

- Podsumowanie zdobytej wiedzy i umiejętności.
- Dyskusja na temat wdrożenia narzędzi EQ w pracy placówki.
- Omówienie możliwości dalszego rozwoju kompetencji emocjonalnych.

Metody: Dyskusja grupowa, burza mózgów, feedback uczestników.

Harmonogram

Liczba przedmiotów/zajęć: 16

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
1 z 16 Powitanie i wprowadzenie-wprowadzenie, prezentacja celu szkolenia	Elżbieta Mazurak	22-02-2025	08:00	08:30	00:30
2 z 16 Wprowadzenie do EQ i test EQ- miniwykład, test EQ	Elżbieta Mazurak	22-02-2025	08:30	10:00	01:30
3 z 16 Przerwa kawowa	Elżbieta Mazurak	22-02-2025	10:00	10:15	00:15
4 z 16 Samoświadomość i rozpoznawanie emocji- warsztaty praktyczne, symulacje	Elżbieta Mazurak	22-02-2025	10:15	11:45	01:30
5 z 16 Przerwa kawowa	Elżbieta Mazurak	22-02-2025	11:45	12:00	00:15
6 z 16 Regulacja emocji i zarządzanie stresem- warsztaty praktyczne, analiza przypadków	Elżbieta Mazurak	22-02-2025	12:00	13:30	01:30
7 z 16 Przerwa obiadowa	Elżbieta Mazurak	22-02-2025	13:30	14:00	00:30
8 z 16 Empatia w relacjach zawodowych- ćwiczenia w parach, symulacje	Elżbieta Mazurak	22-02-2025	14:00	16:00	02:00

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
9 z 16 Powtórzenie wniosków z dnia 1- dyskusja, podsumowanie	Elżbieta Mazurak	23-02-2025	08:00	08:30	00:30
10 z 16 Zarządzanie konfliktami- symulacje, warsztaty	Elżbieta Mazurak	23-02-2025	08:30	10:00	01:30
11 z 16 Przerwa kawowa	Elżbieta Mazurak	23-02-2025	10:00	10:15	00:15
12 z 16 Budowanie efektywnej komunikacji- warsztaty, ćwiczenia w grupach	Elżbieta Mazurak	23-02-2025	10:15	11:45	01:30
13 z 16 Przerwa kawowa	Elżbieta Mazurak	23-02-2025	11:45	12:00	00:15
14 z 16 Opracowanie indywidualnego planu rozwoju EQ- ćwiczenia indywidualne	Elżbieta Mazurak	23-02-2025	12:00	14:00	02:00
15 z 16 Przerwa obiadowa	Elżbieta Mazurak	23-02-2025	14:00	14:30	00:30
16 z 16 Podsumowanie i wnioski- dyskusja swobodna, burza mózgów	Elżbieta Mazurak	23-02-2025	14:30	16:00	01:30

Cennik

Cennik

Rodzaj ceny	Cena

Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	2 400,00 PLN
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	2 400,00 PLN
Koszt osobogodziny brutto	150,00 PLN
Koszt osobogodziny netto	150,00 PLN

Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



1 z 1

Elżbieta Mazurak

...

Informacje dodatkowe

Informacje o materiałach dla uczestników usługi

1. Prezentacja multimedialna

- Interaktywne slajdy omawiające teorię EQ, jej obszary i praktyczne zastosowanie.

2. Indywidualny test EQ oraz indywidualny raport z testu EQ

- Wyniki testu EQ z analizą mocnych stron i obszarów do rozwoju, wraz z rekomendacjami.

3. Materiały tekstowe „Inteligencja emocjonalna w praktyce”

- Wersja drukowana lub elektroniczna, zawierająca:
- Wyjaśnienie kluczowych pojęć (EQ, samoświadomość, regulacja emocji, empatia).
- Ćwiczenia do samodzielnego wykonania po szkoleniu.
- Przykłady strategii zarządzania emocjami i konfliktami.

4. Karty pracy i ćwiczeń

- Zestawy zadań praktycznych do realizacji podczas warsztatów:
- Analiza emocji w ciele i lingwistyki emocji.
- Ćwiczenia z empatycznej komunikacji.
- Symulacje zarządzania stresem i konfliktami.

5. Szablony planów działania EQ

- Gotowe szablony do opracowania indywidualnych strategii rozwoju emocjonalnego.

6. Checklista technik EQ

- Lista technik zarządzania emocjami i stresem, do wykorzystania w codziennej pracy.

7. Przykłady przypadków do analizy

- Scenariusze typowych sytuacji zawodowych wymagających wykorzystania EQ:
- Konflikty w zespole.
- Trudne rozmowy z rodzicami.
- Reagowanie na emocje dzieci.

Materiały końcowe (po szkoleniu):

1. Certyfikat uczestnictwa

- Imienny dokument potwierdzający udział w szkoleniu, podkreślający zdobycie praktycznych umiejętności EQ.

2. Plan rozwoju osobistego EQ

- Indywidualnie opracowany przez każdego uczestnika plan wdrożenia narzędzi EQ w pracy i życiu codziennym.

Adres

ul. Marii Konopnickiej 5
72-100 Goleniów
woj. zachodniopomorskie

Akademia Malucha Przedszkole Niepubliczne

Udogodnienia w miejscu realizacji usługi

- Klimatyzacja
- Wi-fi

Kontakt



Paweł Szkudlarek

E-mail pawel.szkudlarek@o3.edu.pl

Telefon (+48) 798 752 646