



Rozwój Organizacji
Aleksandra
Suchowiejko



Budowanie Relacji i Ekologicznej Świadomości: NVC z Zielonym Podejściem

Numer usługi 2025/03/17/43889/2628294

📍 Tychy / stacjonarna
🏠 Usługa szkoleniowa
🕒 16 h
📅 20.05.2025 do 27.05.2025

5 000,00 PLN brutto
5 000,00 PLN netto
312,50 PLN brutto/h
312,50 PLN netto/h

Informacje podstawowe

Kategoria	Zdrowie i medycyna / Psychologia i rozwój osobisty
Sposób dofinansowania	wsparcie dla osób indywidualnych
Grupa docelowa usługi	Wszystkie osoby sprawujące opiekę nad dziećmi oraz planujący prace z dziećmi.
Minimalna liczba uczestników	4
Maksymalna liczba uczestników	16
Data zakończenia rekrutacji	19-05-2025
Forma prowadzenia usługi	stacjonarna
Liczba godzin usługi	16
Podstawa uzyskania wpisu do BUR	Certyfikat VCC Akademia Edukacyjna

Cel

Cel edukacyjny

Szkolenie przygotowuje do stosowania modelu komunikacji bez przemocy, budowania atmosfery współpracy oraz zaznajamia z podstawowymi założeniami komunikacji bez przemocy przy rozwijaniu zielonych kompetencji, promując włączanie tematów zrównoważonego rozwoju i odpowiedzialności ekologicznej w proces komunikacyjny, co wspiera świadomość ekologiczną i budowanie harmonijnych relacji w środowisku.

Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Wiedza: -Rozpoznaje wpływ komunikacji na relacje, zdolności poznawcze oraz rozwój postaw proekologicznych i zrównoważonych zachowań. - Definiuje podstawowe założenia komunikacji bez przemocy w kontekście zrównoważonego rozwoju i proekologicznych relacji Umiejętności: - identyfikuje trudne lub konfliktowe komunikaty związane z ochroną środowiska (np. sprzeciw wobec działań proekologicznych, obawy dotyczące zmian stylu życia). - skutecznie stosuje model '4 kroki' (obserwacja, uczucia, potrzeby, prośba) w komunikacji dotyczącej tematów związanych z ochroną środowiska, zrównoważonym rozwojem i ekologicznymi zachowaniami	Wiedza: - Uczestnik wskazuje, jak odpowiednio dobrana komunikacja może promować wśród dzieci i dorosłych proekologiczne nawyki, np. oszczędzanie zasobów, zmniejszenie zużycia energii czy segregację odpadów. -Uczestnik definiuje , jak wykorzystanie NVC w komunikacji może wspierać działania na rzecz zrównoważonego rozwoju, promować odpowiedzialne korzystanie z zasobów i budować świadomość ekologiczną wśród różnych grup społecznych. Umiejętności: -wyraźnie wskazuje sytuacje, w których pojawiają się sprzeczne lub trudne komunikaty dotyczące działań proekologicznych, np. sprzeciw wobec wprowadzania inicjatyw takich jak segregacja odpadów, redukcja zużycia plastiku, wprowadzanie energooszczędnych technologii, promowanie transportu publicznego, czy ograniczanie emisji dwutlenku węgla, oraz obawy przed zmianami stylu życia z tym związanymi. -Uczestnik precyzyjnie i bez oceny opisuje obserwacje dotyczące wyzwań ekologicznych (np. zanieczyszczenie, nadmierne zużycie zasobów) i formułuje konkretne i realistyczne prośby, które zachęcają do działań proekologicznych (np. ograniczenie zużycia plastiku, segregacja odpadów) z poszanowaniem potrzeb innych osób.	Test teoretyczny Analiza dowodów i deklaracji
Kompetencje społeczne: - nawiązuje i utrzymuje prawidłowe relacje interpersonalne, które promują zrównoważony rozwój i odpowiedzialność ekologiczną	Kompetencje społeczne: - angażowanie się w grupowe dyskusje dotyczące zrównoważonego rozwoju oraz współpraca w zespołach przy projektach ekologicznych.	Test teoretyczny

Kwalifikacje

Inne kwalifikacje

Uznane kwalifikacje

Pytanie 4. Czy dokument potwierdzający uzyskanie kwalifikacji jest rozpoznawalny i uznawalny w danej branży/sektorze (czy certyfikat otrzymał pozytywne rekomendacje od co najmniej 5 pracodawców danej branży/

sektorów lub związku branżowego, zrzeszającego pracodawców danej branży/sektorów)?

Tak, dokument potwierdzający uzyskanie kwalifikacji jest rozpoznawalny i uznawalny w danej branży/sektorze.

Informacje

Podstawa prawna dla Podmiotów / kategorii Podmiotów	uprawnione do realizacji procesów walidacji i certyfikowania na mocy innych przepisów prawa
Nazwa/Kategoria Podmiotu prowadzącego walidację	Jagoda Gajda
Podmiot prowadzący walidację jest zarejestrowany w BUR	Tak
Nazwa/Kategoria Podmiotu certyfikującego	VERSO Śląskie Studium Psychoterapii Psychoanalitycznej Instytut Zdrowia JUSTYNA RUTKOWSKA
Podmiot certyfikujący jest zarejestrowany w BUR	Nie

Program

Warunki organizacyjne: sala gotowa na przyjęcie do 17 osób, krzesła, przestrzeń do rozłożenia pomocy szkoleniowych. Usługa realizowana jest w godzinach zegarowych. Przerwy wliczone w czas trwania szkolenia. Aby uczestniczyć w szkoleniu, nie jest wymagana wiedza z zakresu psychologii, natomiast wymagana jest praca w zespole większym niż 2 osoby. Czas trwania usługi to 16 godzin. 6 godzin to zajęcia teoretyczne i 10 praktyczne.

Dzień pierwszy:

1. Przywitanie się, ustalenie zasad współpracy
2. Czym jest komunikacja. Rodzaje komunikacji, wpływ komunikacji na relacje i zdolności poznawcze oraz wspieranie ekologicznych postaw i odpowiedzialnych decyzji
3. Metody koncentracji uwagi i ich wpływ na rozwój i sposoby komunikacji oraz ich zastosowanie w komunikacji proekologicznej i w tworzeniu zrozumiałych przekazów dotyczących ochrony środowiska
4. Podstawowe założenia komunikacji bez przemocy z uwzględnieniem ich zastosowania w kontekście działań na rzecz zrównoważonego rozwoju i ochrony środowiska
5. Model "4 kroki" komunikacji bez przemocy i jego wykorzystanie do promowania proekologicznych zachowań oraz zrozumienia potrzeb środowiska

Dzień drugi:

1. Wprowadzanie elementów modelu do codziennej komunikacji i zastosowanie go w relacjach z dziećmi i współpracownikami w kontekście działań na rzecz środowiska
2. Techniki rozwijania empatii w kontekście komunikacji proekologicznej, aby lepiej rozumieć zachowania i potrzeby związane z ochroną środowiska
3. Jak budować szacunek i zaufanie? Rola zaufania w relacjach interpersonalnych oraz jego znaczenie w kontekście działań proekologicznych i zrównoważonego rozwoju
4. Techniki i narzędzia wspierające budowanie zaufania w zespole oraz w społecznościach zaangażowanych w działania proekologiczne
5. Jak rozwijać empatię w kontekście problemów środowiskowych i zrównoważonego rozwoju?
6. Strategie przekształcania trudnych lub konfliktowych komunikatów związanych z ochroną środowiska w konstruktywne rozmowy
7. Techniki tworzenia przestrzeni dla współpracy i dialogu w kontekście działań na rzecz ochrony środowiska
8. Narzędzia i metody wspierające współpracę, w tym działania proekologiczne
9. Walidacja
10. Podsumowanie i rozdanie certyfikatów

Harmonogram

Liczba przedmiotów/zajęć: 18

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
1 z 18 Przywitanie się, ustalenie zasad współpracy	Aleksandra Suchowiejko	20-05-2025	10:00	10:30	00:30
2 z 18 Czym jest komunikacja. Rodzaje komunikacji, wpływ komunikacji na relacje i zdolności poznawcze oraz wspieranie ekologicznych postaw i odpowiedzialnych decyzji	Aleksandra Suchowiejko	20-05-2025	10:30	11:00	00:30
3 z 18 Metody koncentracji uwagi i ich wpływ na rozwój i sposoby komunikacji oraz ich zastosowanie w komunikacji proekologicznej i w tworzeniu zrozumiałych przekazów dotyczących ochrony środowiska.	Aleksandra Suchowiejko	20-05-2025	11:00	12:00	01:00
4 z 18 Przerwa obiadowa	Aleksandra Suchowiejko	20-05-2025	12:00	12:30	00:30

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
5 z 18 Podstawowe założenia komunikacji bez przemocy z uwzględnieniem ich zastosowania w kontekście działań na rzecz zrównoważonego rozwoju i ochrony środowiska.	Aleksandra Suchowiejko	20-05-2025	12:30	14:00	01:30
6 z 18 Model "4 kroki" komunikacji bez przemocy i jego wykorzystanie do promowania proekologicznych zachowań oraz zrozumienia potrzeb środowiska.	Aleksandra Suchowiejko	22-05-2025	10:00	11:00	01:00
7 z 18 Wprowadzanie elementów modelu do codziennej komunikacji i zastosowanie go w relacjach z dziećmi i współpracownikami w kontekście działań na rzecz środowiska.	Aleksandra Suchowiejko	22-05-2025	11:00	12:30	01:30
8 z 18 Przerwa obiadowa	Aleksandra Suchowiejko	22-05-2025	12:30	13:00	00:30
9 z 18 Techniki rozwijania empatii w kontekście komunikacji proekologicznej, aby lepiej rozumieć zachowania i potrzeby związane z ochroną środowiska.	Aleksandra Suchowiejko	22-05-2025	13:00	14:00	01:00

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
10 z 18 Jak budować szacunek i zaufanie? Rola zaufania w relacjach interpersonalnych oraz jego znaczenie w kontekście działań proekologicznych i zrównoważonego rozwoju	Aleksandra Suchowiejko	27-05-2025	08:00	09:00	01:00
11 z 18 Techniki i narzędzia wspierające budowanie zaufania w zespole oraz w społecznościach zaangażowanych w działania proekologiczne	Aleksandra Suchowiejko	27-05-2025	09:00	10:00	01:00
12 z 18 Jak rozwijać empatię w kontekście problemów środowiskowych i zrównoważonego rozwoju?	Aleksandra Suchowiejko	27-05-2025	10:00	12:00	02:00
13 z 18 Strategie przekształcania trudnych lub konfliktowych komunikatów związanych z ochroną środowiska w konstruktywne rozmowy	Aleksandra Suchowiejko	27-05-2025	12:00	13:00	01:00
14 z 18 Przerwa obiadowa	Aleksandra Suchowiejko	27-05-2025	13:00	13:30	00:30

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
15 z 18 Techniki tworzenia przestrzeni dla współpracy i dialogu w kontekście działań na rzecz ochrony środowiska	Aleksandra Suchowiejko	27-05-2025	13:30	14:00	00:30
16 z 18 Narzędzia i metody wspierające współpracę, w tym działania proekologiczne.	Aleksandra Suchowiejko	27-05-2025	14:00	15:00	01:00
17 z 18 Walidacja	-	27-05-2025	15:00	15:30	00:30
18 z 18 Podsumowanie i rozdanie certyfikatów	Aleksandra Suchowiejko	27-05-2025	15:30	16:00	00:30

Cennik

Cennik

Rodzaj ceny	Cena
Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	5 000,00 PLN
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	5 000,00 PLN
Koszt osobogodziny brutto	312,50 PLN
Koszt osobogodziny netto	312,50 PLN
W tym koszt walidacji brutto	100,00 PLN
W tym koszt walidacji netto	100,00 PLN
W tym koszt certyfikowania brutto	200,00 PLN
W tym koszt certyfikowania netto	200,00 PLN

Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



1 z 1

Aleksandra Suchowiejko

Pracuje z kobietami, wychowawcami przedszkolnymi i szkolnymi z zakresu komunikacji bez przemocy, asertywności, pozytywnej dyscypliny, radzenia sobie ze stresem, budowania dobrostanu psychicznego i fizycznego, oraz kreatywności. Edukatorka arteterapii, artystka, malarka. W branży szkoleniowej od ponad 20 lat, od 2008 trener oraz coach. Brała udział w licznych projektach dofinansowanych przez UE, prowadząc warsztaty z zakresu motywowania, rozwoju osobistego i efektywności, komunikacji, asertywności, autoprezentacji, radzenia sobie ze stresem i kreatywności. Od 2013 roku wspiera aktywnie kobiety w nabywaniu umiejętności właściwego komunikowania się i asertywności oraz przekazywania tych cech dzieciom. Ornitolog i Obrączkarz.

Posiada wiedzę z zakresu ekologii. Chętnie dzieli się nią na sali warsztatowej. Podaje przykłady rozwiązań jak oszczędzać energię, redukować odpady czy stosować odnawialne źródła energii. W ostatnich 5 latach na sali warsztatowej spędziła ponad 400 godzin prowadząc szkolenia dedykowane branży edukacyjnej.

Wyróżnia się przede wszystkim świadomym podejściem do swojego codziennego stylu życia oraz odpowiedzialnością za wpływ, jaki jej działania mają na planetę. Wybiera rozwiązania, które minimalizują negatywny wpływ na środowisko, jak oszczędzanie energii, redukcja odpadów czy stosowanie odnawialnych źródeł energii. Dbą również o zrównoważone korzystanie z zasobów naturalnych, promując recykling i ograniczając konsumpcję.

Informacje dodatkowe

Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Materiały w których opisany jest program szkolenia wraz z zadaniami.

Informacje dodatkowe

Podstawa prawna zwolnienia od podatku:

Paragraf 3, ust. 1, pkt 14 Rozporządzenia Ministra Finansów z dnia 20 grudnia 2013 r. w sprawie zwolnień od podatku od towarów i usług oraz warunków stosowania tych zwolnień.

Usługodawca zwolniony podmiotowo z podatku od towarów i usług na podstawie art. 113 ust. 1 ustawy o VAT.

Adres

al. Aleja Bielska 29
43-100 Tychy
woj. śląskie

Kontakt



Tobiasz Suchowiejko



E-mail tobiasz.suchowiejko@rozwojorganizacji.com

Telefon (+48) 574 748 237