



## Efektywna komunikacja w zespole: Kompetencje Miękkie - szkolenie.

Numer usługi 2025/03/17/153767/2629684

1 472,00 PLN brutto

1 472,00 PLN netto

184,00 PLN brutto/h

184,00 PLN netto/h

K2 CONSULTING  
SPÓŁKA Z  
OGRANICZONĄ  
ODPOWIEDZIALNOŚ  
CIĄ



📍 Klikawa / stacjonarna

🏠 Usługa szkoleniowa

🕒 8 h

📅 17.04.2025 do 17.04.2025

## Informacje podstawowe

<b>Kategoria</b>	Inne / Edukacja
<b>Sposób dofinansowania</b>	wsparcie dla pracodawców i ich pracowników
<b>Grupa docelowa usługi</b>	Grupą docelową są pracownicy przedsiębiorstwa niezależnie od zajmowanego stanowiska w pracy. Wymagany jest minimalny staż pracy - 1 miesiąc.
<b>Minimalna liczba uczestników</b>	1
<b>Maksymalna liczba uczestników</b>	12
<b>Forma prowadzenia usługi</b>	stacjonarna
<b>Liczba godzin usługi</b>	8
<b>Podstawa uzyskania wpisu do BUR</b>	Certyfikat systemu zarządzania jakością wg. ISO 9001:2015 (PN-EN ISO 9001:2015) - w zakresie usług szkoleniowych

## Cel

### Cel edukacyjny

Celem szkolenia jest rozwinięcie umiejętności efektywnej komunikacji w zespole, co przyczyni się do poprawy komunikacji w zespole, budowania zaangażowania z współpracownikami i klientami oraz radzenia sobie ze stresem. Uczestnicy poznają techniki komunikacji werbalnej, niewerbalnej parawerbalnej, budowania zaufania i relacji oraz rozwiązywania konfliktów.

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

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Uczestnik stosuje podstawy skutecznej komunikacji w zespole	Opisuje sytuację, w której zastosował podstawowe zasady komunikacji	Wywiad swobodny
Uczestnik aktywnie słucha współpracowników, poprawiając jakość komunikacji	Przywołuje konkretne przykłady, kiedy użył technik aktywnego słuchania (parafrazowanie, potwierdzanie zrozumienia)	Wywiad swobodny
Uczestnik wyraża swoje potrzeby i opinie w sposób asertywny, unikając konfliktów	Opisuje przykładową sytuację, w której mógłby zastosować asertywną komunikację, skutecznie przekazując swoje stanowisko bez wywoływania napięć w zespole	Wywiad swobodny
Uczestnik skutecznie rozwiązuje konflikty w zespole	Potrafi omówić przypadek, w którym zidentyfikował konflikt w zespole i zastosował techniki jego rozwiązywania (mediacja, kompromis), doprowadzając do satysfakcjonującego wszystkich rozwiązania	Wywiad swobodny
Uczestnik definiuje istotę budowania zaufania i współpracy w zespole	Przytacza przykłady działań, które można podjąć, aby wzmocnić zaufanie w zespole, np. dzielenie się informacjami, wspieranie innych w realizacji zadań.	Wywiad swobodny
Uczestnik udziela i przyjmuje konstruktywny feedback	Wymienia sposoby na udzielenie konstruktywnej informacji zwrotnej lub na jej przyjęcie	Wywiad swobodny
Uczestnik efektywnie komunikuje się w zespołach zdalnych	Wskazuje narzędzia i strategie, które można zastosować do poprawy komunikacji w zespole zdalnym, np. prowadzenie regularnych spotkań online, jasne ustalanie zadań	Wywiad swobodny
Uczestnik rozumie i szanuje różnice kulturowe w komunikacji zespołowej	Przytacza przykład sytuacji, w której można uwzględnić różnice kulturowe podczas komunikacji	Wywiad swobodny
Uczestnik rozwija empatię i lepiej rozumie perspektywy innych członków zespołu	Opisuje, jak stosowanie empatii wpływa na poprawę komunikacji w zespole	Wywiad swobodny

# Kwalifikacje

## Kompetencje

Usługa prowadzi do nabycia kompetencji.

### Warunki uznania kompetencji

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

Tak. Zaświadczenia wydawane uczestnikom po odbytych szkoleniach zawierają 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. Zaświadczenie o ukończeniu szkolenia potwierdza, że walidacja została przeprowadzona w oparciu o zdefiniowane kryteria weryfikacji.

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

Tak. Zaświadczeniu o ukończeniu szkolenia potwierdza, że zarówno proces szkolenia, jak i jego weryfikacja zostały przeprowadzone z uwzględnieniem środków zapewniających niezależność tych etapów.

# Program

## Moduł 1: Wprowadzenie do Komunikacji w Zespole

- Znaczenie komunikacji w pracy zespołowej.
- Kluczowe elementy skutecznej komunikacji.
- Omówienie celów szkolenia.

## Moduł 2: Podstawy Komunikacji Werbalnej i Niewerbalnej

- Rola języka werbalnego w zespole.
- Znaczenie komunikacji niewerbalnej: gesty, mimika, postawa ciała.
- Jak odczytywać i nadawać sygnały niewerbalne.

## Moduł 3: Aktywne Słuchanie i Jego Wpływ na Relacje Zespołowe

- Definicja i techniki aktywnego słuchania.
- Jak aktywne słuchanie wpływa na zrozumienie i współpracę.

## Moduł 4: Asertywna Komunikacja w Zespole

- Czym jest asertywność i jak ją stosować w pracy zespołowej.
- Różnice między asertywnością, agresywnością i uległością.
- Praktyczne ćwiczenia asertywnej komunikacji.

## Moduł 5: Zarządzanie Konfliktami: Strategie i Techniki

- Typowe źródła konfliktów w zespołach.
- Metody rozwiązywania konfliktów: unikanie, kompromis, współpraca.

## Moduł 6: Budowanie Zaufania w Zespole

- Rola zaufania w efektywnej komunikacji.
- Jak budować i utrzymywać zaufanie w zespole.

## Moduł 7: Sztuka Przekazywania i Przyjmowania Feedbacku

- Znaczenie konstruktywnej informacji zwrotnej.

- Techniki efektywnego udzielania i przyjmowania feedbacku.
- Ćwiczenia praktyczne: udzielanie feedbacku w grupach.

#### Moduł 8: Komunikacja w Zespołach Zdalnych

- Wyzwania komunikacji w pracy zdalnej.
- Narzędzia i techniki poprawiające współpracę online.
- Praktyczne wskazówki dotyczące prowadzenia efektywnych spotkań zdalnych.

#### Moduł 9: Komunikacja Interkulturowa w Zespole

- Zrozumienie różnic kulturowych w komunikacji.
- Techniki poprawy komunikacji w zróżnicowanych kulturowo zespołach.

#### Moduł 10: Rozwijanie Empatii i Zrozumienia w Zespole

- Znaczenie empatii w komunikacji zespołowej.
- Jak rozwijać umiejętność zrozumienia perspektywy innych.
- Ćwiczenia praktyczne na rozwijanie empatii.

#### Moduł 11: Komunikacja w Procesie Decyzyjnym

- Rola komunikacji w podejmowaniu decyzji zespołowych.
- Jak efektywnie dyskutować?

- 
- Szkolenie ma charakter praktyczny i aktywizujący w celu wypracowania najkorzystniejszego podejścia oraz rozwiązań dla organizacji.
  - Warunki niezbędne do spełnienia, aby realizacja usługi pozwoliła na osiągnięcie głównego celu: Aby osiągnąć główny cel usługi, uczestnicy muszą wziąć udział w całym szkoleniu (100% frekwencji), aktywnie uczestniczyć w szkoleniu.
  - Grupą docelową są pracownicy przedsiębiorstwa niezależnie od zajmowanego stanowiska w pracy. Wymagany jest minimalny staż pracy - 1 miesiąc.
  - Trener na bieżąco - w trakcie trwania usługi weryfikuje postępy i ocenia efekty uczenia. Po zakończonej usłudze zostaje przeprowadzona walidacja, oparta o założone kryteria weryfikacji efektów uczenia się, realizowana jest z zachowaniem rozdzielności funkcji.
  - W ramach realizacji szkolenia uczestnicy otrzymują materiały merytoryczne w formie prezentacji. Materiały wysyłane są na adresy mailowe uczestników szkolenia.
  - Usługa realizowana jest w godzinach zegarowych (1 godzina zegarowa = 60 minut).
  - Przerwy wliczone są w czas trwania szkolenia.

## Harmonogram

Liczba przedmiotów/zajęć: 12

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
<b>1 z 12</b> Moduł 1: Wprowadzenie do Komunikacji w Zespole	Małgorzata Adamczyk	17-04-2025	08:00	08:30	00:30
<b>2 z 12</b> Moduł 2: Podstawy Komunikacji Werbalnej i Niewerbalnej	Małgorzata Adamczyk	17-04-2025	08:30	09:30	01:00

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
<b>3 z 12</b> Moduł 3: Aktywne Słuchanie i Jego Wpływ na Relacje Zespołowe	Małgorzata Adamczyk	17-04-2025	09:30	10:15	00:45
<b>4 z 12</b> Moduł 4: Asertywna Komunikacja w Zespole	Małgorzata Adamczyk	17-04-2025	10:15	11:15	01:00
<b>5 z 12</b> Moduł 5: Zarządzanie Konfliktami: Strategie i Techniki	Małgorzata Adamczyk	17-04-2025	11:15	12:00	00:45
<b>6 z 12</b> Przerwa	Małgorzata Adamczyk	17-04-2025	12:00	12:15	00:15
<b>7 z 12</b> Moduł 6: Budowanie Zaufania w Zespole	Małgorzata Adamczyk	17-04-2025	12:15	13:00	00:45
<b>8 z 12</b> Moduł 7: Sztuka Przekazywania i Przyjmowania Feedbacku	Małgorzata Adamczyk	17-04-2025	13:00	13:30	00:30
<b>9 z 12</b> Moduł 8: Komunikacja w Zespołach Zdalnych	Małgorzata Adamczyk	17-04-2025	13:30	14:00	00:30
<b>10 z 12</b> Moduł 9: Komunikacja Interkulturowa w Zespole	Małgorzata Adamczyk	17-04-2025	14:00	14:45	00:45
<b>11 z 12</b> Moduł 10: Rozwijanie Empatii i Zrozumienia w Zespole	Małgorzata Adamczyk	17-04-2025	14:45	15:30	00:45
<b>12 z 12</b> Moduł 11: Komunikacja w Procesie Decyzyjnym	Małgorzata Adamczyk	17-04-2025	15:30	16:00	00:30

# Cennik

## Cennik

Rodzaj ceny	Cena
Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	1 472,00 PLN
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	1 472,00 PLN
Koszt osobogodziny brutto	184,00 PLN
Koszt osobogodziny netto	184,00 PLN

## Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



1 z 1

### Małgorzata Adamczyk

Trener z doświadczeniem zawodowym zdobytym w organizacjach oferujących usługi finansowe, bankowe, ubezpieczeniowe i porady prawne. Specjalizuje się w szkoleniach z zakresu sprzedaży, negocjacji, obsługi Klienta, zarządzania czy też z zakresu kompetencji uniwersalnych, takich jak: komunikacja, zarządzanie sobą w czasie, asertywność, radzenie sobie ze stresem. Strategiczny konsultant przedsiębiorstw, którym pomaga w wypracowaniu koncepcji strategicznego rozwoju firmy. Jako trener wewnętrzny oraz freelancer zrealizowała wiele godzin szkoleniowych z w/w tematyki - posiada co najmniej 250 godzin doświadczenia w realizacji szkoleń w podobnej tematyce zrealizowanych w ostatnich pięciu latach (60 miesiącach) wstecz od dnia rozpoczęcia szkolenia. Ukończyła liczne kursy, m.in.: Podstawy psychologii kryzysu i problemów emocjonalnych człowieka z technikami twórczego myślenia w procesie terapeutycznym, Poradnictwo zawodowe w warunkach izolacji – praca z osobami osadzonymi w zakładzie karnym, Trening Umiejętności Społecznych, Doradztwo zawodowe, edukacyjne i pośrednictwo pracy.

Absolwent Uniwersytetu Przyrodniczego w Lublinie – Wydział Biologii i Hodowli Zwierząt – stopień magister inżynier.

Absolwent Studiów Podyplomowych Wyższa Szkoła Społeczno-Przyrodnicza im. Wincentego Pola w Lublinie Wydział Nauk Społecznych kierunek Doradztwo Zawodowe, Edukacyjne i Pośrednictwo Pracy.

Student Collegium Humanum Szkoła Główna Menadżerska w Warszawie – jednolite studia magisterskie – kierunek psychologia

## Informacje dodatkowe

### Informacje o materiałach dla uczestników usługi

W ramach realizacji szkolenia uczestnicy otrzymują materiały merytoryczne w formie prezentacji. Materiały wysyłane są na adresy mailowe uczestników szkolenia.

## Warunki uczestnictwa

Grupą docelową są pracownicy przedsiębiorstwa niezależnie od zajmowanego stanowiska w pracy. Wymagany jest minimalny staż pracy - 1 miesiąc.

## Informacje dodatkowe

Koszt szkolenia nie zawiera kosztów dojazdu, zakwaterowania oraz wyżywienia, a także kosztów środków trwałych.

Przerwy przewidziane w harmonogramie są wliczone w czas szkolenia.

Szkolenie zwolnione jest z VAT na podstawie: §3 ust.1 pkt 14 rozporządzenia Ministra Finansów z dnia 20.12.2013 r. w sprawie zwolnień od podatku od towarów i usług oraz warunków stosowania tych zwolnień (Dz.U. z 2015 r., poz.736).

## Adres

ul. Leśna 5  
24-100 Klikawa  
woj. lubelskie

Szkolenie odbędzie się w siedzibie firmy ZPH Krzaczek Sp. z o. o.

## Udogodnienia w miejscu realizacji usługi

- Wi-fi

## Kontakt



**Kamil Kamola**

**E-mail** bur@k2c.com.pl

**Telefon** (+48) 533 552 510