



BIELSKIE CENTRUM
SZKOLENIOWE
SYLWIA
STASZEWSKA



Od Dialogu do Działań: Budowanie Relacji i Ekologicznych Postaw poprzez NVC

Numer usługi 2025/03/27/116501/2653117

📍 Zabrze / stacjonarna

🏠 Usługa szkoleniowa

🕒 21 h

📅 20.05.2025 do 26.05.2025

5 000,00 PLN brutto

5 000,00 PLN netto

238,10 PLN brutto/h

238,10 PLN netto/h

Informacje podstawowe

Kategoria	Biznes / Zarządzanie przedsiębiorstwem
Sposób dofinansowania	wsparcie dla osób indywidualnych
Grupa docelowa usługi	Szkolenie skierowane jest do osób, które chcą rozwijać swoje umiejętności komunikacyjne, jednocześnie wdrażając i promując zasady zrównoważonego rozwoju, odpowiedzialności społecznej i ekologicznej w organizacjach
Minimalna liczba uczestników	2
Maksymalna liczba uczestników	15
Data zakończenia rekrutacji	19-05-2025
Forma prowadzenia usługi	stacjonarna
Liczba godzin usługi	21
Podstawa uzyskania wpisu do BUR	Standard Usługi Szkoleniowo-Rozwojowej PIFS SUS 2.0

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
<p>Wiedza:</p> <p>Identyfikuje znaczenie komunikacji dla relacji międzyludzkich, procesów poznawczych oraz kształtowania postaw proekologicznych i zrównoważonych nawyków.</p> <p>Określa kluczowe zasady komunikacji bez przemocy w odniesieniu do zrównoważonego rozwoju i budowania relacji opartych na ekologicznej świadomości.</p>	<p>Wiedza:</p> <p>Uczestnik identyfikuje, w jaki sposób właściwie dobrana komunikacja sprzyja kształtowaniu proekologicznych nawyków takich jak oszczędzanie zasobów, redukcja zużycia energii czy segregacja odpadów.</p> <p>Uczestnik określa, jak zastosowanie NVC w komunikacji wspiera działania na rzecz zrównoważonego rozwoju, promuje odpowiedzialne gospodarowanie zasobami oraz zwiększa świadomość ekologiczną w różnych grupach społecznych.</p>	<p>Test teoretyczny</p>
<p>Umiejętności:</p> <p>Rozpoznaje trudne lub konfliktowe komunikaty dotyczące ochrony środowiska, takie jak sprzeciw wobec działań proekologicznych czy obawy związane ze zmianą stylu życia.</p> <p>Efektywnie stosuje model „4 kroki” (obserwacja, uczucia, potrzeby, prośba) w komunikacji na temat ochrony środowiska, zrównoważonego rozwoju i zachowań ekologicznych.</p>	<p>Umiejętności:</p> <p>Precyzyjnie identyfikuje sytuacje, w których pojawiają się sprzeczne lub trudne komunikaty dotyczące działań proekologicznych, takie jak opór wobec inicjatyw jak segregacja odpadów, redukcja plastiku, wprowadzanie energooszczędnych technologii, promowanie transportu publicznego, ograniczanie emisji CO2 oraz obawy związane ze zmianą stylu życia.</p> <p>Dokładnie i bez oceny przedstawia obserwacje dotyczące wyzwań ekologicznych (np. zanieczyszczenie, nadmierne zużycie zasobów) oraz formułuje konkretne, realistyczne prośby, które motywują do działań proekologicznych (np. redukcja plastiku, segregacja odpadów), uwzględniając potrzeby innych osób.</p>	<p>Analiza dowodów i deklaracji</p>
<p>Kompetencje społeczne:</p> <p>Buduje i podtrzymuje efektywne relacje interpersonalne, które wspierają zrównoważony rozwój oraz kształtowanie odpowiedzialnych postaw ekologicznych.</p>	<p>Kompetencje społeczne:</p> <p>Aktywnie uczestniczy w grupowych dyskusjach na temat zrównoważonego rozwoju oraz współpracuje w zespołach przy realizacji projektów ekologicznych.</p>	<p>Obserwacja w warunkach symulowanych</p>

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

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.

Szkolenie skierowane jest do osób, które chcą rozwijać swoje umiejętności komunikacyjne, jednocześnie wdrażając i promując zasady zrównoważonego rozwoju, odpowiedzialności społecznej i ekologicznej w organizacjach

Ramowy program usługi:

1. Kontrakt szkoleniowy oraz test "wejścia".
2. Definicja komunikacji – omówienie jej różnych form, roli w relacjach międzyludzkich oraz wpływu na rozwój umiejętności poznawczych. Związek komunikacji z promowaniem postaw proekologicznych i podejmowaniem odpowiedzialnych decyzji.
3. Techniki skupiania uwagi, ich znaczenie dla rozwoju komunikacji oraz zastosowanie w przekazywaniu jasnych informacji na temat ochrony środowiska.
4. Kluczowe aspekty komunikacji opartej na szacunku i empatii – ich rola w promowaniu idei zrównoważonego rozwoju oraz działań na rzecz ochrony przyrody.
5. Model „czterech kroków” w komunikacji opartej na empatii – wykorzystanie tego modelu do budowania świadomości ekologicznej i kształtowania pro-środowiskowych nawyków.
6. Wdrażanie elementów modelu komunikacji empatycznej do codziennych rozmów – jak skutecznie stosować je w interakcjach i w działaniach na rzecz środowiska.
7. Ćwiczenie umiejętności rozumienia perspektywy innych – rozwój empatii jako narzędzia skutecznej komunikacji proekologicznej.
8. Budowanie relacji opartych na wzajemnym szacunku – dlaczego zaufanie odgrywa kluczową rolę w działaniach na rzecz ochrony przyrody i zrównoważonego rozwoju.
9. Przegląd metod i narzędzi wspierających atmosferę zaufania w zespołach oraz grupach zaangażowanych w inicjatywy proekologiczne.
10. Wzmacnianie umiejętności empatycznego reagowania w sytuacjach dotyczących problemów środowiskowych.
11. Przekształcanie konfliktowych i trudnych rozmów dotyczących ekologii w konstruktywną wymianę myśli.
12. Tworzenie przestrzeni sprzyjającej otwartemu dialogowi i współpracy w kontekście ochrony środowiska.
13. Narzędzia oraz metody wspierające efektywne działania zespołowe, szczególnie w ramach inicjatyw ekologicznych.
14. Podsumowanie szkolenia, sesja Q & A
15. Walidacja efektów szkolenia - test "wyjścia", analiza zebranych dowodów i deklaracji.

Warunki organizacyjne:

1. Sala wykładowa, stoły i krzesła odpowiednie do przeprowadzenia szkolenia w grupie do 15 osób
2. Ekran, rzutnik, laptop do przeprowadzenia prezentacji podczas szkolenia
3. Podział na grupy - w zależności od ilości uczestników oraz charakteru ćwiczenia podczas szkolenia - podział na grupy 2-3 osobowe

Ilość godzin: 21 godzin dydaktycznych w sumie.

Godzina dydaktyczna - 45 minut

Część teoretyczna: 8 godziny dydaktycznych

Część praktyczna: 13 godzin dydaktycznych

Przerwy nie wliczają się w czas trwania szkolenia, uwzględnione w harmonogramie

Harmonogram

Liczba przedmiotów/zajęć: 20

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
1 z 20 1. Kontrakt szkoleniowy oraz test "wejścia".	Tomasz Tworek	20-05-2025	07:00	07:30	00:30
2 z 20 2. Definicja komunikacji – omówienie jej różnych form, roli w relacjach międzyludzkich oraz wpływu na rozwój umiejętności poznawczych. Związek komunikacji z promowaniem postaw proekologicznych	Tomasz Tworek	20-05-2025	07:30	08:00	00:30
3 z 20 3. Techniki skupiania uwagi, ich znaczenie dla rozwoju komunikacji oraz zastosowanie w przekazywaniu jasnych informacji na temat ochrony środowiska.	Tomasz Tworek	20-05-2025	08:00	09:00	01:00
4 z 20 Przerwa	Tomasz Tworek	20-05-2025	09:00	09:10	00:10

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
<p>5 z 20 4. Kluczowe aspekty komunikacji opartej na szacunku i empatii – ich rola w promowaniu idei zrównoważonego rozwoju oraz działań na rzecz ochrony przyrody.</p>	Tomasz Tworek	20-05-2025	09:10	10:40	01:30
<p>6 z 20 5. Model „czterech kroków” w komunikacji opartej na empatii – wykorzystanie tego modelu do budowania świadomości ekologicznej i kształtowania pro-środowiskowych nawyków.</p>	Tomasz Tworek	20-05-2025	10:40	11:40	01:00
<p>7 z 20 6. Wdrażanie elementów modelu komunikacji empatycznej do codziennych rozmów – jak skutecznie stosować je w interakcjach i w działaniach na rzecz środowiska.</p>	Tomasz Tworek	20-05-2025	11:40	12:40	01:00
<p>8 z 20 Przerwa</p>	Tomasz Tworek	20-05-2025	12:40	13:00	00:20

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
<p>9 z 20 6. Wdrażanie elementów modelu komunikacji empatycznej do codziennych rozmów – jak skutecznie stosować je w interakcjach i w działaniach na rzecz środowiska. C.D.</p>	Tomasz Tworek	20-05-2025	13:00	13:30	00:30
<p>10 z 20 7. Ćwiczenie umiejętności rozumienia perspektywy innych – rozwój empatii jako narzędzia skutecznej komunikacji proekologicznej.</p>	Tomasz Tworek	20-05-2025	13:30	14:30	01:00
<p>11 z 20 8. Budowanie relacji opartych na wzajemnym szacunku – dlaczego zaufanie odgrywa kluczową rolę w działaniach na rzecz ochrony przyrody i zrównoważonego rozwoju.</p>	Tomasz Tworek	20-05-2025	14:30	15:30	01:00
<p>12 z 20 9. Przegląd metod i narzędzi wspierających atmosferę zaufania w zespołach oraz grupach zaangażowanych w inicjatywy proekologiczne</p>	Tomasz Tworek	26-05-2025	07:30	08:30	01:00

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
13 z 20 10. Wzmacnianie umiejętności empatycznego reagowania w sytuacjach dotyczących problemów środowiskowych.	Tomasz Tworek	26-05-2025	08:30	10:30	02:00
14 z 20 Przerwa	Tomasz Tworek	26-05-2025	10:30	10:40	00:10
15 z 20 11. Przekształcanie konfliktowych i trudnych rozmów dotyczących ekologii w konstruktywną wymianę myśli.	Tomasz Tworek	26-05-2025	10:40	11:40	01:00
16 z 20 12. Tworzenie przestrzeni sprzyjającej otwartemu dialogowi i współpracy w kontekście ochrony środowiska.	Tomasz Tworek	26-05-2025	11:40	12:10	00:30
17 z 20 13.Narzędzia oraz metody wspierające efektywne działania zespołowe, szczególnie w ramach inicjatyw ekologicznych.	Tomasz Tworek	26-05-2025	12:10	13:10	01:00
18 z 20 Przerwa	Tomasz Tworek	26-05-2025	13:10	13:30	00:20
19 z 20 14.Podsumowanie szkolenia, sesja Q&A	Tomasz Tworek	26-05-2025	13:30	14:30	01:00

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
20 z 20 Walidacja efektów szkolenia - test "wyjścia", analiza zebranych dowodów i deklaracji.	DAWID GRZESIOWSKI	26-05-2025	14:30	15:45	01:15

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	238,10 PLN
Koszt osobogodziny netto	238,10 PLN

Prowadzący

Liczba prowadzących: 2



1 z 2

Tomasz Tworek

Obszar specjalizacji: Trener biznesu, Komunikacja; Współpraca w zespole; Konflikty i trudne sytuacje; Negocjacje; Asertywność; Udzielanie informacji zwrotnej; Odporność na stres; Budowanie zespołu i zaufania w grupie; i wiele innych

Ma szeroką wiedzę na temat ekologii, recyklingu oraz zarządzania odpadami. Działa na rzecz zrównoważonego wykorzystywania zasobów, takich jak energia i woda. Zajmuje się również minimalizowaniem negatywnego wpływu ludzkiej działalności na środowisko. Podczas szkoleń dzieli się swoją wiedzą o ekologii, recyklingu, gospodarowaniu odpadami oraz implementacji systemów oszczędzania energii.

Od 2012 roku do chwili obecnej aktywnie prowadzi i specjalizuje się w prowadzeniu szkoleń i złożonych projektów rozwojowych dla zespołów z obszaru szeroko rozumianych kompetencji miękkich: komunikacji, konfliktów, negocjacji. Przeprowadził około 4500 godzin szkoleń i treningów indywidualnych.

Od 2023 wykładowca akademicki Uniwersytet WSB Merito Opole

Wykształcenie:

Wyższa Szkoła Humanitas w Sosnowcu Instytut Psychologii, Kierunek Psychologia; - rozpoczęta w 2023 roku - pozostały trzy semestry do zdobycia dyplomu,

Uniwersytet Śląski w Katowicach Wydział Nauk Społecznych, Kierunek Politologia, Specjalność Dziennikarstwo i Komunikacja Społeczna; 2010
Certyfikowany trener biznesu - ukończył szkolenie „Prowadzenie Szkoleń”- Train the Trainer w ramach projektu trener sukcesu 2014; „Wspieram wymagam, czyli o rozmowie coachingowej”; Kurs menedżerski - Negocjacje handlowe



2 z 2

DAWID GRZESIOWSKI

Obszar specjalizacji: Techniki sprzedaży, negocjacji i skutecznej komunikacji, Kompleksowy kurs praktycznej socjotechniki, skuteczność i odpowiedzialność doradcy handlowego, Doświadczenie zawodowe: Trener i prowadzący warsztaty szkoleniowe BNI - Business Networking International (networking, rekomendacje, spotkania biznesowe 1-2-1, autoprezentacja, rozbuduj swoją sieć kontaktów, motywacja, coaching, komunikacja) prowadzenie edukacji networkingowych, mówca, motywator.

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.

Doświadczenie w świadczeniu tego typu usług: 28 lat doświadczenia zawodowego w sprzedaży 6 lat członkostwa BNI – prowadzenie certyfikowanych szkoleń dla członków BNI Wykształcenie: Wyższe (licencjat) - Wyższa Szkoła Ekonomiczno-Humanistyczna: Wydział zarządzania i komunikacji społecznej. Kurs trenerów i konsultantów Stowarzyszenie Konsultantów i Trenerów Zarządzania "MATRIK" Profi Competence Europe – stosowanie i analiza testów psychometrycznych PCT-A i PCT-Y w pracy z klientem, diagnozowanie odporności psychicznej PCT i stosowanie narzędzi diagnostycznych Ukończone szkolenie Train the Traine.

Informacje dodatkowe

Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Skrypt szkoleniowy

Warunki uczestnictwa

Ukończony 18-ty rok życia

Informacje dodatkowe

1. Informacja dotycząca uwzględnienia podatku VAT: zwolnienie z VAT na podstawie § 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 (tekst jednolity Dz.U. z 2020 r., poz. 1983) lub na podstawie art. 113 ust. 1 o podatku od towarów i usług: "Sprzedawca zwolniony podmiotowo z podatku od towarów i usług".

Przed zapisem na usługę szkoleniową proszę o kontakt pod numerem: 602 699 592.

Adres

ul. Wolności 347
41-800 Zabrze

woj. śląskie

sala konferencyjna w szkole językowej CLAN CITY

Kontakt



Sylwia Staszewska

E-mail syla.staszewska@gmail.com

Telefon (+48) 602 699 592