



Akademia Nauki
Ewelina Zalewska



Szkolenie z kompetencji miękkich. "Kierunek Rozwój" WUP Toruń. Usługa stacjonarna.

Numer usługi 2025/04/04/163474/2670694

📍 Toruń / stacjonarna

🏠 Usługa szkoleniowa

🕒 23 h

📅 23.05.2025 do 20.06.2025

2 700,00 PLN brutto

2 700,00 PLN netto

117,39 PLN brutto/h

117,39 PLN netto/h

Informacje podstawowe

Kategoria	Inne / Edukacja
Identyfikator projektu	Kierunek - Rozwój
Sposób dofinansowania	wsparcie dla osób indywidualnych
Grupa docelowa usługi	Projekt dla osób dorosłych z dofinansowaniem unijnym (90%) skierowany do osób dorosłych zamieszkałych, uczących się, pracujących na terenie województwa kujawsko-pomorskiego. • Warunkiem udziału w projekcie jest spełnienie kryteriów kwalifikacyjnych określonych na stronie www.zainwestujwsiebie.pl • Dostęp do usług mają Uczestnicy Projektu realizowanego przez WUP w Toruniu; • Każdy uczestnik jest objęty usługą doradztwa edukacyjno-zawodowego, podczas którego określane są kierunki rozwoju i sporządzany Indywidualny Plan Rozwoju; • Każdy uczestnik sam dokonuje wyboru usługi (zgodnie z kierunkami określonymi w IPR) spośród ofert dedykowanych z Bazy Usług Rozwojowych. • Usługa adresowana również do uczestników projektu "Kierunek-Rozwój".
Minimalna liczba uczestników	3
Maksymalna liczba uczestników	6
Data zakończenia rekrutacji	22-05-2025
Forma prowadzenia usługi	stacjonarna

Cel

Cel edukacyjny

Usługa ma cel edukacyjny i przygotowuje uczestników do skutecznego działania w środowisku zawodowym poprzez rozwój kompetencji psychospołecznych. Uczestnik zdobywa wiedzę oraz praktyczne umiejętności w obszarze komunikacji, współpracy zespołowej, wystąpień publicznych, negocjacji i asertywności.

Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Planuje i prowadzi wystąpienie publiczne z zachowaniem przejrzystej struktury i świadomym wykorzystaniem mowy ciała.	Opracowuje logiczny plan wypowiedzi i prowadzi krótkie wystąpienie z wykorzystaniem technik autoprezentacyjnych.	Wywiad swobodny
		Test teoretyczny
Identyfikuje własne reakcje stresowe i stosuje techniki zarządzania stresem w sytuacjach zawodowych.	Dobiera i stosuje wybraną technikę redukcji napięcia psychofizycznego.	Wywiad swobodny
Komunikuje się w sposób skuteczny i dostosowany do różnorodnych stylów funkcjonowania członków zespołu.	Stosuje zasady jasnego i otwartego komunikatu oraz Rozpoznaje i nazywa style pracy oraz preferencje komunikacyjne innych.	Wywiad swobodny
		Test teoretyczny
Rozwiązuje sytuacje konfliktowe w zespole z użyciem narzędzi komunikacyjnych i proceduralnych.	Analizuje przyczyny konfliktu, proponuje sposób rozwiązania sytuacji w oparciu o wybrane narzędzie i uzasadnia wybór metody działania.	Wywiad swobodny
		Test teoretyczny
Stosuje komunikaty asertywne w sytuacjach zawodowych wymagających stawiania granic i obrony własnego zdania.	Formułuje komunikaty zgodne z zasadami asertywności oraz odróżnia zachowania asertywne od uległych i agresywnych.	Wywiad swobodny
		Test teoretyczny

Kwalifikacje

Kompetencje

Usługa prowadzi do nabycia kompetencji.

Warunki uznania kompetencji

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

Zaświadczenie o odbyciu kursu zawiera opis efektów.

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

Tak, walidacja potwierdza, że została przeprowadzona w oparciu o zdefiniowane kryteria.

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

Tak, potwierdza.

Program

Usługa obejmuje 23 godziny dydaktyczne i jest podzielona na poszczególne bloki tematyczne. Czas trwania jednej godziny dydaktycznej to 45 minut. Przerwy nie są wliczone w czas trwania usługi.

Usługa nie ma charakteru coachingowego – jej treść koncentruje się na przekazywaniu wiedzy oraz rozwijaniu konkretnych umiejętności psychospołecznych w oparciu o metody szkoleniowe, a nie proces coachingowy.

Walidacja odbywa się podczas ostatniej godziny ostatnich zajęć i jest w formie testu teoretycznego jednokrotnego wyboru i wywiadu swobodnego.

Harmonogram

Liczba przedmiotów/zajęć: 12

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
1 z 12 Wystąpienia publiczne – zasady, narzędzia, ćwiczenia	Agnieszka Sokołowska	23-05-2025	14:30	16:00	01:30
2 z 12 Zachowania niewerbalne i techniczne aspekty wystąpień	Agnieszka Sokołowska	23-05-2025	16:10	17:40	01:30
3 z 12 Efektywna współpraca w zespole	Agnieszka Sokołowska	23-05-2025	17:50	19:20	01:30

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
4 z 12 Rola i odpowiedzialność członków zespołu w realizacji wspólnych celów	Agnieszka Sokołowska	30-05-2025	14:30	16:00	01:30
5 z 12 Zróżnicowanie osobowościowe w środowisku zawodowym	Agnieszka Sokołowska	30-05-2025	16:10	17:40	01:30
6 z 12 Różnice osobowościowe a preferencje komunikacyjne i styl współpracy	Agnieszka Sokołowska	30-05-2025	17:50	19:20	01:30
7 z 12 Moje prawa, Twoje prawa - o asertywnym stawianiu granic	Agnieszka Sokołowska	06-06-2025	14:30	16:00	01:30
8 z 12 Komunikat asertywny - struktura i język / czym jest a czym nie?	Agnieszka Sokołowska	06-06-2025	16:10	17:40	01:30
9 z 12 Wprowadzenie do negocjacji w biznesie – fundamenty i przekonania	Agnieszka Sokołowska	06-06-2025	17:50	19:20	01:30
10 z 12 Strategie i komunikacja w trakcie negocjacji	Agnieszka Sokołowska	13-06-2025	14:30	16:00	01:30
11 z 12 Zarządzanie sobą w czasie i zadaniach	Agnieszka Sokołowska	13-06-2025	16:10	17:40	01:30
12 z 12 Walidacja	-	20-06-2025	17:50	18:35	00:45

Cennik

Cennik

Rodzaj ceny	Cena
Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	2 700,00 PLN
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	2 700,00 PLN
Koszt osobogodziny brutto	117,39 PLN
Koszt osobogodziny netto	117,39 PLN

Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



1 z 1

Agnieszka Sokołowska

Psycholog, w trakcie kursu psychoterapii poznawczo-behawioralnej CBT, doświadczenie w grupach warsztatowych i socjoterapeutycznych.

Doświadczenie zawodowe zdobyte nie wcześniej niż 5 lat przed datą wprowadzenia szczegółowych danych dotyczących oferowanej usługi.

Informacje dodatkowe

Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Materiały zostaną zapewnione przez organizatora szkolenia.

- pliki dokumentów przygotowane w dowolnym formacie
- skrypty

Informacje dodatkowe

Zawarto umowę z WUP w Toruniu w ramach projektu "Kierunek-Rozwój".

Adres

ul. św. Katarzyny 4

87-100 Toruń

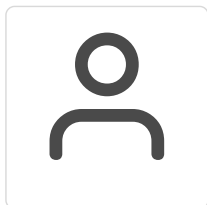
woj. kujawsko-pomorskie

Akademia Nauki

Udogodnienia w miejscu realizacji usługi

- Wi-fi

Kontakt



Ewelina Zalewska

E-mail sekretariat@torunakn.pl

Telefon (+48) 726 775 767