



BiS Groups sp. z  
o.o.

★★★★★ 4,6 / 5

221 ocen

## Trener Umiejętności Społecznych (TUS) dla seniorów. Szkolenie TUS stopień III

Numer usługi 2025/04/11/53144/2685232

📍 zdalna w czasie rzeczywistym

🏠 Usługa szkoleniowa

🕒 24 h

📅 07.01.2026 do 11.02.2026

1 920,00 PLN brutto

1 920,00 PLN netto

80,00 PLN brutto/h

80,00 PLN netto/h

## Informacje podstawowe

| Kategoria                       | Inne / Edukacja                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
|---------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Grupa docelowa usługi           | Szkolenie jest przeznaczone dla psychologów, pedagogów, terapeutów, trenerów TUS, pracowników domów dziennego pobytu i placówek dla seniorów oraz innych osób odpowiedzialnych za planowanie i realizację zajęć aktywizujących dla osób w wieku 65+.<br><br>"Usługa adresowana również dla uczestników projektu „Kierunek – Rozwój” |
| Minimalna liczba uczestników    | 10                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
| Maksymalna liczba uczestników   | 30                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
| Data zakończenia rekrutacji     | 03-01-2026                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
| Forma prowadzenia usługi        | zdalna w czasie rzeczywistym                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
| Liczba godzin usługi            | 24                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
| Podstawa uzyskania wpisu do BUR | Standard Usługi Szkoleniowo-Rozwojowej PIFS SUS 2.0                                                                                                                                                                                                                                                                                 |

## Cel

### Cel edukacyjny

Szkolenie przygotowuje uczestników do samodzielnego projektowania, prowadzenia i ewaluowania Treningu Umiejętności Społecznych (TUS) dla zróżnicowanych grup seniorów (65+), z uwzględnieniem specyfiki funkcjonowania osób starszych, ich potrzeb emocjonalnych i społecznych oraz zasad bezpieczeństwa i etyki pracy z osobą w wieku podeszłym.

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

| Efekty uczenia się                                                                                                      | Kryteria weryfikacji                                                                                                                                                   | Metoda walidacji                    |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------|
| Prowadzi ćwiczenia rozwijające umiejętności komunikacji i współpracy w grupie seniorów.                                 | 1. Moderuje dyskusję grupową, stosując zasady komunikacji wspierającej (parafraza, klaryfikacja, podsumowanie).                                                        | Obserwacja w warunkach symulowanych |
|                                                                                                                         | 2. Organizuje ćwiczenia w parach i małych grupach w obszarze aktywnego słuchania, wyrażania potrzeb i stawiania granic.                                                | Obserwacja w warunkach symulowanych |
|                                                                                                                         | 3. Udziela uczestnikom informacji zwrotnej w sposób wspierający i dostosowany do możliwości poznawczych seniorów.                                                      | Obserwacja w warunkach symulowanych |
| Projektuje program cyklu zajęć TUS dla zróżnicowanych grup seniorów (65+, 75+, 80+)                                     | 1. Opracowuje cele ogólne i szczegółowe cyklu obejmującego co najmniej 8–10 spotkań.                                                                                   | Obserwacja w warunkach symulowanych |
|                                                                                                                         | 2. Dobiera do każdego spotkania metody i techniki pracy (np. ćwiczenia integracyjne, scenki, praca w podgrupach) adekwatne do możliwości psychofizycznych uczestników. | Obserwacja w warunkach symulowanych |
|                                                                                                                         | 3. Formułuje oczekiwane efekty uczenia się dla uczestników zajęć.                                                                                                      | Obserwacja w warunkach symulowanych |
|                                                                                                                         | 4. Uwzględnia w programie zasady bezpieczeństwa, komfortu i higieny pracy z osobą starszą.                                                                             | Obserwacja w warunkach symulowanych |
| Analizuje specyfikę funkcjonowania społecznego seniorów oraz cele Treningu Umiejętności Społecznych (TUS) dla osób 65+. | 1. Charakteryzuje typowe wyzwania w obszarze relacji i komunikacji osób starszych (np. samotność, zależność od opiekunów, utrata ról społecznych).                     | Obserwacja w warunkach symulowanych |
|                                                                                                                         | 2. Opisuje cele TUS w kontekście poprawy jakości życia i aktywności społecznej seniorów.                                                                               | Obserwacja w warunkach symulowanych |
|                                                                                                                         | 3. Wskazuje różnice między TUS dla dzieci/młodzieży a TUS dla seniorów w zakresie metod, języka i organizacji zajęć.                                                   | Obserwacja w warunkach symulowanych |

| Efekty uczenia się                                                                         | Kryteria weryfikacji                                                                                                                   | Metoda walidacji                    |
|--------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------|
| Organizuje działania sprzyjające budowaniu sieci wsparcia i integracji społecznej seniorów | 1. Dobiera ćwiczenia integracyjne i zadania grupowe wzmacniające poczucie przynależności i bezpieczeństwa w grupie seniorów.           | Obserwacja w warunkach symulowanych |
|                                                                                            | 2. Planuje aktywności angażujące seniorów poza salą treningową (np. mini-projekty, spotkania tematyczne, działania międzypokoleniowe). | Obserwacja w warunkach symulowanych |
|                                                                                            | 3. Identyfikuje sytuacje wykluczenia lub wycofania uczestników i proponuje strategie ich ponownego włączenia do pracy grupy.           | Obserwacja w warunkach symulowanych |

## Kwalifikacje

### Kompetencje

Usługa prowadzi do nabycia kompetencji.

#### Warunki uznania kompetencji

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

TAK

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

TAK

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

TAK

## Program

**Stopień III:**

**Trener Umiejętności Społecznych dla SENIORÓW**

**Moduł 1. Wprowadzenie do Treningu Umiejętności Społecznych dla seniorów**

1. Specyfika funkcjonowania emocjonalnego i społecznego osób starszych.
2. Różnice między TUS dla dzieci/młodzieży a TUS dla seniorów.
3. Ćwiczenia analizy studiów przypadków seniorów (praca w grupach).

## **Moduł 2. Komunikacja interpersonalna w pracy z grupą seniorów**

1. Bariery komunikacyjne w wieku starszym (słuch, pamięć, tempo przetwarzania informacji, obniżony nastrój).
2. Zasady komunikacji wspierającej (parafraza, klaryfikacja, podsumowanie, komunikaty „ja”).
3. Ćwiczenia z moderowania dyskusji grupowych, pracy w parach i małych grupach.

## **Moduł 3. Budowanie i utrzymywanie relacji oraz sieci wsparcia**

1. Rola grupy w przeciwdziałaniu samotności i wykluczeniu społecznemu seniorów.
2. Metody wzmacniania więzi i zaufania w grupie.
3. Planowanie działań sprzyjających powstawaniu sieci wsparcia (np. mini-projekty, spotkania tematyczne, działania międzypokoleniowe).
4. Warsztat: projektowanie ćwiczeń budujących relacje i przynależność w grupie TUS.

## **Moduł 4. Praktyczne aspekty życia społecznego seniorów**

1. Rozwiązywanie konfliktów w relacjach rodzinnych i rówieśniczych w wieku senioralnym.
2. Wzmacnianie sprawczości i poczucia wpływu seniorów na własne życie.
3. Ćwiczenia scenkowe dotyczące codziennych sytuacji społecznych (np. wizyta u lekarza, sprawy urzędowe, korzystanie z usług).
4. Tworzenie propozycji aktywności społecznych możliwych do realizacji po zakończeniu cyklu TUS.

## **Moduł 5. Podsumowanie, autoewaluacja i walidacja programu TUS dla seniorów**

1. Omówienie efektów uczenia się i ich powiązanie z praktyką uczestników.
2. Przygotowanie i dopracowanie programu cyklu 8–10 spotkań TUS dla wybranej grupy seniorów (65+, 75+ lub 80+).
3. Walidacja: prezentacja programu TUS przez uczestników. Wypracowanie indywidualnych planów wdrożenia TUS dla seniorów.

Łączny wymiar szkolenia: 24 godziny dydaktyczne (po 45 minut), w tym:

- 10 godzin zajęć teoretycznych (wykład interaktywny, omówienie przykładów),
- 14 godzin zajęć praktycznych (warsztaty, ćwiczenia w parach i grupach, praca projektowa nad programem TUS, symulacje, prezentacje uczestników. Walidacja).

**Usługa realizowana jest w godzinach dydaktycznych tj. za godzinę usługi szkoleniowej rozumie się 45 minut.**

- Przerwy nie wliczają się w ilość godzin dydaktycznych.
- Jednostka lekcyjna to 45 min.
- Grupa liczy maksymalnie 30 osób.
- Podczas pracy warsztatowej liczba osób nie przekracza 4 w jednej grupie warsztatowej.
- Jedna osoba korzysta z jednego nośnika (komputer/laptop/tablet/telefon).
- Nie dopuszcza się udziału dwóch osób przy jednym urządzeniu (komputer/laptop/tablet/telefon).

Zajęcia podzielone są na część praktyczną oraz teoretyczną.

Trener prowadzący zajęcia podąża za grupą i pracą grupy. Kluczowa w tym zakresie jest liczebność grupy oraz doświadczenie zawodowe uczestników szkolenia: zupełnie inaczej pracuje się z grupą składającą się z osób z przygotowaniem pedagogicznym (psychologicznym) i zupełnie inaczej, kiedy uczestnicy nie mają pojęcia (lub posiadają znikome) o strukturze zajęć, ilości materiału, który jest w stanie przyjąć senior 65 - 70 - 80 plus.

Walidacja polega na przedstawieniu/zaprezentowaniu programu cyklu 10 zajęć dla losowo wybranej grupy:

- seniorów 65 plus lub
- seniorów 75 plus lub
- seniorów 80 plus

Szczegóły opisano w efektach kształcenia w punkcie 5.

Walidacja zostanie przeprowadzona z zastosowaniem rozwiązań zapewniających rozdzielenie procesu kształcenia i szkolenia od procesu walidacji.

# Harmonogram

Liczba przedmiotów/zajęć: 13

| Przedmiot / temat zajęć                                                                                 | Prowadzący          | Data realizacji zajęć | Godzina rozpoczęcia | Godzina zakończenia | Liczba godzin |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------|-----------------------|---------------------|---------------------|---------------|
| 1 z 13 Moduł 1.<br>Wprowadzenie do Treningu Umiejętności Społecznych dla seniorów - Wykład/Chat/Rozmowa | Paulina Kaczmarczyk | 07-01-2026            | 17:00               | 18:30               | 01:30         |
| 2 z 13 Moduł 1.<br>Wprowadzenie do Treningu Umiejętności Społecznych dla seniorów - Wykład/Chat/Rozmowa | Paulina Kaczmarczyk | 07-01-2026            | 18:45               | 20:15               | 01:30         |
| 3 z 13 Moduł 2.<br>Komunikacja interpersonalna w pracy z grupą seniorów - Wykład/Chat/Warsztaty         | Paulina Kaczmarczyk | 14-01-2026            | 17:00               | 18:30               | 01:30         |
| 4 z 13 Moduł 2.<br>Komunikacja interpersonalna w pracy z grupą seniorów - Wykład/Chat/Warsztaty         | Paulina Kaczmarczyk | 14-01-2026            | 18:45               | 20:15               | 01:30         |
| 5 z 13 Moduł 2.<br>Komunikacja interpersonalna w pracy z grupą seniorów - Wykład/Chat/Warsztaty         | Paulina Kaczmarczyk | 21-01-2026            | 17:00               | 18:30               | 01:30         |

| Przedmiot / temat zajęć                                                                                            | Prowadzący          | Data realizacji zajęć | Godzina rozpoczęcia | Godzina zakończenia | Liczba godzin |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------|-----------------------|---------------------|---------------------|---------------|
| <b>6 z 13</b> Moduł 3.<br>Budowanie i utrzymywanie relacji oraz sieci wsparcia - Wykład/Chat/Warsztaty             | Paulina Kaczmarczyk | 21-01-2026            | 18:45               | 20:15               | 01:30         |
| <b>7 z 13</b> Moduł 3.<br>Budowanie i utrzymywanie relacji oraz sieci wsparcia - Wykład/Chat/Warsztaty             | Paulina Kaczmarczyk | 28-01-2026            | 17:00               | 18:30               | 01:30         |
| <b>8 z 13</b> Moduł 3.<br>Budowanie i utrzymywanie relacji oraz sieci wsparcia - Wykład/Chat/Warsztaty             | Paulina Kaczmarczyk | 28-01-2026            | 18:45               | 20:15               | 01:30         |
| <b>9 z 13</b> Moduł 4.<br>Praktyczne aspekty życia społecznego seniorów - Wykład/Chat/Warsztaty                    | Paulina Kaczmarczyk | 04-02-2026            | 17:00               | 18:30               | 01:30         |
| <b>10 z 13</b> Moduł 4.<br>Praktyczne aspekty życia społecznego seniorów - Wykład/Chat/Warsztaty                   | Paulina Kaczmarczyk | 04-02-2026            | 18:45               | 20:15               | 01:30         |
| <b>11 z 13</b> Moduł 5.<br>Podsumowanie, autoewaluacja i walidacja programu TUS dla seniorów - Wykład/Chat/Rozmowa | Paulina Kaczmarczyk | 11-02-2026            | 17:00               | 18:30               | 01:30         |

| Przedmiot / temat zajęć                                                                                  | Prowadzący          | Data realizacji zajęć | Godzina rozpoczęcia | Godzina zakończenia | Liczba godzin |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------|-----------------------|---------------------|---------------------|---------------|
| 12 z 13 Moduł 5. Podsumowanie, autoewaluacja i walidacja programu TUS dla seniorów - Wykład/Chat/Rozmowa | Paulina Kaczmarczyk | 11-02-2026            | 18:45               | 19:30               | 00:45         |
| 13 z 13 Moduł 5. Podsumowanie, autoewaluacja i walidacja programu TUS dla seniorów - Wykład/Chat/Rozmowa | -                   | 11-02-2026            | 19:30               | 20:15               | 00:45         |

## Cennik

### Cennik

| Rodzaj ceny                               | Cena         |
|-------------------------------------------|--------------|
| Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto | 1 920,00 PLN |
| Koszt przypadający na 1 uczestnika netto  | 1 920,00 PLN |
| Koszt osobogodziny brutto                 | 80,00 PLN    |
| Koszt osobogodziny netto                  | 80,00 PLN    |

## Prowadzący

Liczba prowadzących: 2



1 z 2

### Sylwia Cuber

Magister pedagogiki specjalność: edukacja przedszkolna i wczesnoszkolna, oligofrenopedagogika, edukacja elementarna z dodatkowym językiem angielskim, czynny pedagog specjalny w szkole podstawowej, specjalista ORE w zakresie edukacji włączającej, trener treningu umiejętności społecznych (TUS) dzieci ze spektrum autyzmu, edukacja i terapia osób ze spektrum autyzmu. Wykładowca studiów podyplomowych z zakresu pedagogiki specjalnej.

Doświadczenie osoby prowadzącej szkolenie nie jest przerwane w przeciągu ostatnich 5 lat.  
Zachowuje ciągłość na termin prowadzenia szkolenia.



2 z 2

## Paulina Kaczmarczyk

Psycholog, trener TUS, terapeuta dzieci.

Doświadczenie osoby prowadzącej szkolenie nie jest przerwane w przeciągu ostatnich 5 lat.  
Zachowuje ciągłość na termin prowadzenia szkolenia.

# Informacje dodatkowe

## Informacje o materiałach dla uczestników usługi

### Uczestnicy otrzymują:

- skrypt szkoleniowy z omówieniem założeń Treningu Umiejętności Społecznych dla seniorów,
- zestaw scenariuszy i konspektów zajęć TUS dla seniorów do wykorzystania w praktyce,
- wzory kart obserwacji i arkuszy ewaluacyjnych pracy z grupą seniorów,
- zestaw wzorów dokumentów przydatnych w organizacji TUS dla seniorów (np. zgody, regulaminy, formularze informacji zwrotnej dla uczestników)

## Warunki uczestnictwa

### Informacja dla uczestników korzystających z dofinansowania:

W przypadku osób korzystających z dofinansowania udziału w szkoleniu, wymagane jest spełnienie następujących warunków:

- Obecność na zajęciach na poziomie **co najmniej 80% czasu trwania szkolenia**.
- **Obowiązkowe potwierdzanie obecności** – w formie **raportów logowania** lub **list obecności**.

Usługodawca nie ma wpływu na wysokość wkładu własnego ani na liczbę bonów przyznanych uczestnikowi – te kwestie należą do kompetencji Operatora. Pełną decyzję uczestnictwa w szkoleniu ponosi uczestnik szkolenia po zapoznaniu się z umową pomiędzy sobą samym jako uczestnikiem usługi rozwojowej oraz Operatorem, który w umowie określa wysokość dofinansowania i wnoszenia ewentualnego wkładu własnego.

Osoby finansujące szkolenie poprzez bony szkoleniowe mają obowiązek przekazania wszystkich koniecznych informacji do rezerwacji bonów najpóźniej na 72 godziny PRZED rozpoczęciem szkolenia/usługi rozwojowej.

## Informacje dodatkowe

Usługa rozwojowa nie jest świadczona przez podmiot pełniący funkcję Operatora lub Partnera Operatora w danym projekcie PSF lub w którymkolwiek Regionalnym Programie lub FERS albo przez podmiot powiązany z Operatorem lub Partnerem kapitałowo lub osobowo.

Cena usługi nie obejmuje kosztów niezwiązanych bezpośrednio z usługą rozwojową, w szczególności kosztów środków trwałych przekazywanych Uczestnikom/-czkom projektu, kosztów dojazdu i zakwaterowania.

Usługa szkoleniowa jest zwolniona z podatku VAT na podstawie art. 43 ust. 1 pkt 26 lit. a ustawy z dnia 11 marca 2004 r. o podatku od towarów i usług (Dz.U. z 2023 r. poz. 1570, z późn. zm.) w związku z § 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 (Dz.U. z 2023 r. poz. 102).

Zwolnienie dotyczy usług kształcenia zawodowego finansowanych w co najmniej 70% ze środków publicznych.

# Warunki techniczne

- Dostęp do platformy Livewebinar
- Komputer stacjonarny/laptop, kamera wbudowana/na USB, mikrofon, słuchawki/ głośniki, system operacyjny minimum Windows XP/MacOS High Sierra, min 2 GB pamięci RAM, pamięć dysku minimum 10GB, łącze internetowe minimum 10 kb/s,
- Oprogramowanie: Pakiet MS Office lub Open Office dla Windows/Linux lub Key Note lub Pages dla MacOS.
- Przeglądarka internetowa: Windows: Internet Explorer 11+, Edge 12+, Firefox 27+,
- Chrome 30+, MacOS: Safari 7+, Firefox 27+, Chrome 30+, Linux: Firefox 27+, Chrome 30+.

Łącze internetowe: prędkość pobierania min 512 kbps.

Podstawą do rozliczenia usługi, jest wygenerowanie z systemu raportu, umożliwiającego identyfikację wszystkich uczestników oraz zastosowanego narzędzia.

**Uczestnicy PROSZENI SĄ o logowanie się na szkolenie z komputera stacjonarnego lub laptopa. Logowanie się z urządzeń mobilnych (telefon, tablet) BARDZO CZĘSTO powoduje u uczestników nagminne wylogowanie się/rozłączenie/ z systemu konferencyjno-szkoleniowego, co utrudnia i zakłóca prowadzenie zajęć.**

**Trener prowadzi szkolenie i jest skupiony na treściach oraz współudziale uczestników usługi rozwojowej w zajęciach. Nie sprawdza co 10 minut poczekalni ani wylogowanych uczestników.**

Urządzenia mobilne często skonfigurowane są by wchodzić w stan uśpienia przy braku aktywnej interakcji użytkownika z ekranem urządzenia, nawet jeśli w przeglądarce pojawiają się treści audiowizualne, czy mikrofon użytkownika jest włączony. Stan ten wyłącza ekran urządzenia, i prowadzi do wylogowania użytkownika.

Pokój zamykany jest 15 minut po rozpoczęciu zajęć, dlatego raz jeszcze uprzejmie prosimy o logowanie się z urządzeń, które nie powodują notorycznego wylogowania z zajęć, co zakłóca zarówno Państwa odbiór treści merytorycznych jak i przerywa tryb szkolenia. Dziękujemy.

## Kontakt



**Beata Czogalla**

**E-mail** beczogalla@gmail.com

**Telefon** (+48) 502 162 365