



CENTRUM
PORADNICTWA
PSYCHOLOGICZNE
GO Alicja
MAZIAREK

Brak ocen dla tego dostawcy

Kosmiczna komunikacja z wykorzystaniem VR- szkolenie

Numer usługi 2025/04/12/177557/2686781

📍 Olsztyn / stacjonarna
🏠 Usługa szkoleniowa
🕒 16 h
📅 05.06.2025 do 06.06.2025

2 950,00 PLN brutto
2 950,00 PLN netto
184,38 PLN brutto/h
184,38 PLN netto/h

Informacje podstawowe

Kategoria	Zdrowie i medycyna / Psychologia i rozwój osobisty
Sposób dofinansowania	wsparcie dla osób indywidualnych wsparcie dla pracodawców i ich pracowników
Grupa docelowa usługi	Szkolenie skierowane jest do pracowników instytucji, osób pracujących w zespołach, w tym zespołach rozproszonych, kadry menadżerskiej wysokiego i średniego szczebla, właścicieli firm Pracowników u których współpraca zespołowa jest kluczowa do osiągnięcia wysokiej efektywności biznesowej. Usługa jest skierowana do osób i firm zainteresowanych zdobyciem umiejętności w zakresie efektywnej komunikacji, rozwiązywaniu i zapobieganiu sytuacji konfliktowych w miejscu pracy, motywowaniu pozafinansowym pracowników i współpracowników, efektywnego komunikowania wyznaczonych zadań, celów, podstaw udzielania informacji zwrotnych.
Minimalna liczba uczestników	4
Maksymalna liczba uczestników	12
Data zakończenia rekrutacji	31-05-2025
Forma prowadzenia usługi	stacjonarna
Liczba godzin usługi	16
Podstawa uzyskania wpisu do BUR	Certyfikat VCC Akademia Edukacyjna

Cel

Cel edukacyjny

Szkolenie przygotowuje uczestników do umiejętnego korzystania z narzędzi komunikacji interpersonalnej niezbędnych we współpracy zespołowej.

Uczestnicy zdobędą podstawową i zaawansowaną wiedzę oraz rozwiną swoje umiejętności dotyczące roli emocji w komunikacji. Pozną swój styl interpersonalny oraz nauczą się efektywnie komunikować w celu zwiększenia skuteczności zespołu oraz wyeliminowaniu konfliktów wewnątrz zespołu. Nauczą się świadomie komunikować swoje cele i granice.

Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Uczestnik wpływa na efektywną komunikację w miejscu pracy, co podnosi efektywność współpracy w zespole	Jasno i zrozumiale przekazuje informacje co zwiększa klarowność komunikacji.	Test teoretyczny
	Trafnie interpretuje wpływ emocji na przekazywanie informacji dla współpracowników i pracowników	Test teoretyczny
	Wykorzystuje wiedzę dotyczącą różnic interpersonalnych i umiejętnie dostosowuje komunikaty do odbiorcy.	Test teoretyczny
Uczestnik doskonali umiejętności komunikacji interpersonalnej. Precyzyjnie określa cele i potrafi je umiejętnie przekazać współpracownikom.	Charakteryzuje różne sposoby komunikacji i dobiera odpowiednie techniki komunikacyjne do sytuacji w zespole	Test teoretyczny
	Określa precyzyjne cele i zadania członkom zespołu	Test teoretyczny
	Klaryfikuje i tłumaczy zadania zespołowe , tak aby były zrozumiałe dla współpracowników	Test teoretyczny
	Słucha aktywnie i konstruuje pytania otwarte	Test teoretyczny
	Stawia granice wykorzystując asertywne techniki komunikacyjne	Test teoretyczny
	Wyraża swoje opinie i obiekcje w sytuacjach konfliktu.	Test teoretyczny
Uczestnik aktywnie wpływa na efektywność, jakość komunikacji w zespole.		

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

I. Wymogi szczególne- brak

II. Zakres merytoryczny programu: **Kosmiczna komunikacja z wykorzystaniem VR- szkolenie**

1. Wprowadzenie do komunikacji w kontekście kosmicznym i wirtualnym

- Rola komunikacji w pracy zespołowej w ekstremalnych warunkach.
- Wyjątkowe wyzwania komunikacyjne w środowisku symulacji warunków kosmicznych. Zapoznanie ze środowiskiem VR – wykorzystując aplikację Księżyc uczestnicy wyszukują istotne dla nich czynniki wpływające na komunikację w trudnych warunkach

2. Przedstawienie różnych stylów interpersonalnych

- Analiza podstawowych stylów: dominujący, wspierający, analityczny, ekspresyjny.
- Zrozumienie wpływu stylów interpersonalnych na współpracę.
- Rozpoznawanie różnych stylów w warunkach symulacji księżycowych.

3. Poznanie własnego typu psychologicznego

- Testy psychologiczne do określenia własnego stylu komunikacji i zachowań.
- Refleksja nad własnymi mocnymi stronami i obszarami do rozwoju.
- Ćwiczenia z rozpoznawania typów psychologicznych w zespole.

4. Nauka dostosowywania komunikatów do konkretnego typu w celu usprawnienia komunikacji

- Jak budować mosty między różnymi stylami komunikacyjnymi.
- Ćwiczenia z formułowania przekazów dopasowanych do specyfiki odbiorcy.
- Case study: Rozwiązywanie konfliktów w zespole zróżnicowanym typologicznie.
- Style interpersonalne na Księżycu – zadanie grywalizacyjne polegające na zestawieniu sformułowań typowych dla poszczególnych stylów (zadanie w VR)

5. Komunikacja w warunkach izolacji i ograniczonych zasobów

- Radzenie sobie z emocjami w sytuacjach stresu i izolacji.
- Techniki wspierające zachowanie spójności zespołu.
- Rozwiązywanie problemów komunikacyjnych w sytuacjach kryzysowych.

7. Rozwijanie empatii i inteligencji emocjonalnej w komunikacji

- Empatia jako narzędzie budowania zaufania w zespole.
- Rozpoznawanie emocji u siebie i innych.
- Ćwiczenia na rozwijanie inteligencji emocjonalnej.

8. Współpraca w zróżnicowanych zespołach oparta na skutecznej komunikacji

- Komunikacja międzykulturowa i jej znaczenie w międzynarodowych zespołach.
- Dostosowanie stylów komunikacji do różnych modeli pracy zespołowej.
- Zadanie w VR (Aplikacja Księżyc): misja księżycowa z różnorodnym zespołem.

10. Podsumowanie i planowanie dalszego rozwoju komunikacyjnego

- Tworzenie indywidualnego planu doskonalenia umiejętności komunikacyjnych.
- Wnioski z warsztatów i refleksje nad ich zastosowaniem w praktyce.
- Dyskusja i wymiana doświadczeń uczestników.

III. Usługa realizowana w godzinach zegarowych, przerwy nie są wliczone w czas godzin szkolenia.

IV. Liczba godzin na uczestnika: praktycznych 12h, teoretycznych 3,5h, walidacja 0,5h.

V. Usługa jest realizowana z wykorzystaniem licencji na aplikację szkoleniową VR „Księżyc” sfinansowanej w ramach projektu pt. „USŁUGIROZWOJOWE 4.0 - wsparcie podmiotów BUR w obszarze tworzenia, rozwoju i sprzedaży nowych form usług rozwojowych lub wykorzystaniu nowych technologii” realizowanego w ramach Programu Fundusze Europejskie dla Rozwoju Społecznego 2021 2027,Działanie 1.3 Kadry nowoczesnej gospodarki, projekt realizowany przez GRUPĘ ODITK.

Harmonogram

Liczba przedmiotów/zajęć: 13

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
1 z 13 Wprowadzenie do komunikacji w kontekście kosmicznym i wirtualnym	Alicja Maziarek	05-06-2025	08:00	09:00	01:00
2 z 13 Prezentowanie różnych stylów interpersonalnych	Alicja Maziarek	05-06-2025	09:00	11:00	02:00
3 z 13 przerwa kawowa	Alicja Maziarek	05-06-2025	11:00	11:15	00:15
4 z 13 Poznanie własnego typu psychologicznego	Alicja Maziarek	05-06-2025	11:15	13:15	02:00
5 z 13 przerwa kawowa	Alicja Maziarek	05-06-2025	13:15	13:30	00:15

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
6 z 13 Nauka dostosowywania komunikatów do konkretnego typu w celu usprawnienia komunikacji	Alicja Maziarek	05-06-2025	13:30	16:30	03:00
7 z 13 Komunikacja w warunkach izolacji i ograniczonych zasobów	Alicja Maziarek	06-06-2025	08:00	10:00	02:00
8 z 13 Rozwijanie empatii i inteligencji emocjonalnej w komunikacji	Alicja Maziarek	06-06-2025	10:00	12:00	02:00
9 z 13 przerwa kawowa	Alicja Maziarek	06-06-2025	12:00	12:15	00:15
10 z 13 Współpraca w zróżnicowanych zespołach oparta na skutecznej komunikacji	Alicja Maziarek	06-06-2025	12:15	14:30	02:15
11 z 13 Podsumowanie i planowanie dalszego rozwoju komunikacyjnego	Alicja Maziarek	06-06-2025	14:30	15:45	01:15
12 z 13 przerwa kawowa	Alicja Maziarek	06-06-2025	15:45	16:00	00:15
13 z 13 walidacja usługi	-	06-06-2025	16:00	16:30	00:30

Cennik

Cennik

Rodzaj ceny	Cena
-------------	------

Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	2 950,00 PLN
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	2 950,00 PLN
Koszt osobogodziny brutto	184,38 PLN
Koszt osobogodziny netto	184,38 PLN

Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



1 z 1

Alicja Maziarek

Od ponad 15 lat wspieram rozwój kompetencji psychospołecznych, prowadząc szkolenia i warsztaty dla zespołów, kadry menedżerskiej oraz osób indywidualnych. Specjalizuję się w tematyce odporności psychicznej, komunikacji interpersonalnej, zarządzania stresem, energią i emocjami, profilaktyki wypalenia zawodowego oraz budowania relacji w zespole.

Łączę wiedzę psychologiczną z praktycznym doświadczeniem – zarówno jako psycholog w placówkach oświatowych i medycznych, jak i trener w projektach rozwojowych dla organizacji społecznych i biznesowych. Prowadzę własne Centrum Poradnictwa Psychologicznego.

Wyróżnia mnie konkretność, zaangażowanie i umiejętność pracy z grupą – od warsztatów aktywizujących po interwencje kryzysowe i procesy wspierające zespoły w zmianie.

Informacje dodatkowe

Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Uczestnicy otrzymują konspekt usługi z miejscem do notowania i długopis

Warunki uczestnictwa

Dla jednostek budżetowych finansujących udział w szkoleniu w minimum 70% lub w całości ze środków publicznych stawka podatku VAT = zw.

Informacje dodatkowe

W przypadku zajęć trwających jednego dnia dłużej niż 4h przewidziana jest przynajmniej jedna przerwa trwająca 15 minut, Masz dostęp do konsultacji poszkoleniowych w formie e-mail do 4 tygodni po zrealizowanym szkoleniu.

Adres

ul. Wyzwolenia 9/1

10-001 Olsztyn

woj. warmińsko-mazurskie

Sala szkoleniowa na parterze (Centrum Rozwoju i Wsparcia W Sensie)

Kontakt



Alicja Maziarek

E-mail cpp.maziarek@gmail.com

Telefon (+48) 111 935 353