



Szkolenie z komunikacji interpersonalnej

Numer usługi 2025/04/26/182360/2711732

1 586,70 PLN brutto
1 290,00 PLN netto
198,34 PLN brutto/h
161,25 PLN netto/h

JKR TRAINING
SZKOLENIA &
DORADZTWO
SPÓŁKA JAWNA
IWONA
MAZELANIK, JAROS
ŁAW DRZAZGA

Katowice
 Usługa szkoleniowa
 stacjonarna
 Zajęcia grupowe

★★★★★ 5,0 / 5

08:00 h

1 ocena

10.09.2026 do 10.09.2026

Informacje podstawowe

Kategoria	Zdrowie i medycyna / Psychologia i rozwój osobisty
Grupa docelowa usługi	Szkolenie dedykowane jest tym wszystkim, którzy chcą skutecznie komunikować się z innymi i dzięki temu dbać o dobre relacje interpersonalne.
Minimalna liczba uczestników	7
Maksymalna liczba uczestników	12
Data zakończenia rekrutacji	03-09-2026
Forma prowadzenia usługi	stacjonarna
Liczba godzin usługi	8
Podstawa uzyskania wpisu do BUR	Standard Usługi Szkoleniowo-Rozwojowej PIFS SUS 2.0

Cel

Cel edukacyjny

Szkolenie z komunikacji interpersonalnej rozwija umiejętności efektywnego porozumiewania się w różnych kontekstach społecznych oraz zawodowych.

Uczestnicy szkolenia mają szansę na zdobycie wiedzy na temat podstawowych zasad komunikacji, a także na

praktyczne ćwiczenia, które umożliwią im zastosowanie nabytych umiejętności w rzeczywistych sytuacjach. Uczestnicy będą mieli okazję do analizy własnych stylów komunikacji oraz identyfikacji obszarów do rozwoju.

Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Uczestnik wie czym jest komunikacja interpersonalna	Uczestnik dokonuje charakterystyki procesu komunikacji. Opisuje model komunikacji – nadawca i odbiorca komunikatu oraz kanały komunikacyjne. Uczestnik wymienia i charakteryzuje zniekształcenia informacji w procesie komunikacji oraz określa rolę schematów myślowych w procesie komunikacji.	Test teoretyczny
Uczestnik zna techniki komunikacyjne budujące efektywną komunikację	Uczestnik poprawnie charakteryzuje: aktywne słuchanie, pytania, parafraza.	Test teoretyczny
Uczestnik stosuje techniki komunikacyjne wspierające efektywną komunikację	Uczestnik rozpoznaje i formułuje pytania zamknięte i pytania otwarte. Uczestnik dokonuje parafrazy wypowiedzi.	Test teoretyczny

Kwalifikacje

Kompetencje

Usługa prowadzi do nabycia kompetencji.

Warunki uznania kompetencji

Pytanie 1. Czy dokument potwierdzający uzyskanie kompetencji lub wyraźnie z nim powiązane inne dokumenty związane ze wsparciem zawierają opis efektów uczenia się?

TAK

Pytanie 2. Czy dokument lub wyraźnie z nim powiązane inne dokumenty związane ze wsparciem potwierdzają, że walidacja została przeprowadzona w oparciu o zdefiniowane w efektach uczenia się kryteria ich weryfikacji i zgodnie z zaplanowanymi metodami walidacji?

TAK

Pytanie 3. Czy dokument lub wyraźnie z nim powiązane inne dokumenty związane ze wsparciem potwierdzają zastosowanie rozwiązań zapewniających rozdzielenie procesów kształcenia i szkolenia od walidacji?

TAK

Program

Szkolenie odbywa się w grupach od 7 do 12 osób w sali szkoleniowej wyposażonej w stanowisko dla każdego z uczestników, projektor, flipcharty, markery.

Szkolenie trwa 8 godzin dydaktycznych.

W harmonogramie uwzględniono przerwy, które nie wliczają się do czasu trwania szkolenia.

Wymiar przerw 2 x 15 min i 1x30min / 1 dzień szkoleniowy.

Walidacja wliczona jest do czasu trwania szkolenia.

Szkolenie obejmuje część teoretyczną i praktyczną:

- Zajęcia teoretyczne trwają 1,5 godz. dydaktycznej
- Zajęcia praktyczne wynoszą 6,5 godz. dydaktycznych
- w tym walidacja 1 godz. dydaktyczna

przerwy 1 godz. zegarowa

MODUŁ I WPROWADZENIE DO GŁÓWNEGO TEMATU SZKOLENIA - osobiste doświadczenia uczestników związane z komunikowaniem się z innymi

1. Wprowadzenie w tematykę szkolenia
2. Otwarcie szkolenie
3. Przedstawienie celów szkolenia i agendy
4. Przedstawienie się uczestników
5. Osobiste doświadczenia uczestników związane z komunikowaniem się z innymi

MODUŁ II KOMUNIKACJA INTERPERSONALNA

1. Charakterystyka procesu komunikacji
 - a. Model komunikacji – nadawca i odbiorca komunikatu oraz kanały komunikacyjne
 - b. Zniekształcenia informacji w procesie komunikacji
 - c. Rola schematów myślowych w procesie komunikacji

MODUŁ III KOMUNIKACJA WERBALNA I NIEWERBALNA

1. Komunikaty w procesie komunikacji
 - a. Sposoby formułowania komunikatów zapobiegające zniekształceniom informacji
 - b. Bariery komunikacyjne
2. Rola mowy ciała w procesie komunikacji
 - a. Z perspektywy nadawcy komunikatu
 - b. Z perspektywy odbiorcy komunikatu

MODUŁ IV WALIDACJA EFEKTÓW SZKOLENIA

1. Test teoretyczny
2. Ankieta - KOS
3. Podsumowanie szkolenia

Harmonogram

Liczba pozycji harmonogramu: 9

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
1 z 9 MODUŁ I WPROWADZENIE DO GŁÓWNEGO TEMATU SZKOLENIA - osobiste doświadczenia uczestników związane z komunikowanie m się z innymi	Iwona Mazelanik	10-09-2026	09:00	10:15	01:15
2 z 9 Przerwa	Iwona Mazelanik	10-09-2026	10:15	10:30	00:15
3 z 9 MODUŁ II KOMUNIKACJA INTERPERSONAL NA cz.1	Iwona Mazelanik	10-09-2026	10:30	11:30	01:00
4 z 9 MODUŁ II KOMUNIKACJA INTERPERSONAL NA cz.2	Iwona Mazelanik	10-09-2026	11:30	12:00	00:30
5 z 9 MODUŁ III KOMUNIKACJA WERBALNA I NIEWERBALNA cz.1	Iwona Mazelanik	10-09-2026	12:00	13:00	01:00
6 z 9 Przerwa	Iwona Mazelanik	10-09-2026	13:00	13:30	00:30
7 z 9 MODUŁ III KOMUNIKACJA WERBALNA I NIEWERBALNA cz.2	Iwona Mazelanik	10-09-2026	13:30	15:00	01:30
8 z 9 Przerwa	Iwona Mazelanik	10-09-2026	15:00	15:15	00:15
9 z 9 MODUŁ IV WALIDACJA EFEKTÓW SZKOLENIA	-	10-09-2026	15:15	16:00	00:45

Cennik

Cennik

Rodzaj ceny	Cena
Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	1 586,70 PLN
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	1 290,00 PLN
Koszt osobogodziny brutto	198,34 PLN
Koszt osobogodziny netto	161,25 PLN

Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



1 z 1

Iwona Mazelanik

Doświadczenie zawodowe

25 lat doświadczenia w obszarze HR, jako specjalista i praktyk w zakresie czasu pracy, organizacji szkoleń, prowadzenia rekrutacji oraz obsługi kadrowej i płacowej; w tym:

4 lata - doradca w obszarze HR - praca na stanowisku HR Biznes Partnera

4 lata - doświadczenie menedżerskie – praca na stanowisku kierownika w obszarze HR - dział zajmujący się obsługą kierowców

22 lata doświadczenia jako trener kompetencji menadżerskich i miękkich

17 lat doświadczenia jako współlnik spółki jawnej zajmującej się szkoleniem i doradztwem w zakresie rozwoju pracowników

Specjalizuje się w szkoleniach z zakresu zarządzania, wykorzystania AI w zarządzaniu czasem, motywowania pracowników, komunikacji w zespole, budowania zespołu, asertywności, radzenia sobie ze stresem oraz przeciwdziałania mobbingowi w miejscu pracy, prawa pracy, czasu pracy i czasu pracy kierowców.

Zrealizowała ponad 1500 godzin szkoleniowych w ciągu ostatnich 5 lat i przeszkoliła ponad 1200 osób.

Informacje dodatkowe

Informacje o materiałach dla uczestników usługi

PO SZKOLENIU UCZESTNICZY:

- otrzymują skrypt z materiałami do samodzielnego utrwalenia materiału wraz z zadaniem wdrożeniowym
- mogą skorzystać z jednego spotkania grupowego on-line z trenerem do miesiąca od zakończenia szkolenia mającego na celu zebranie informacji zwrotnych o wdrożeniu zadania indywidualnego, sukcesach/trudnościach we wdrożeniu zadania

3. mogą skorzystać z jednego spotkania indywidualnego on-line z trenerem do miesiąca od ukończenia szkolenia dającego możliwość uzyskania wsparcia indywidualnego w formie mentoringu w obszarze zadania wdrożeniowego

Warunki uczestnictwa

Wymogi unijne związane z realizacją szkolenia z dofinansowaniem:

- Warunkiem uzyskania dofinansowania jest uczestnictwo w co najmniej 80% - 100% (w zależności od programu dofinansowania i podpisanej umowy z Operatorem) zajęć usługi rozwojowej

Informacje dodatkowe

PODSTAWA ZWOLNIENIA Z VAT (w przypadku szkoleń z dofinansowaniem):

Podstawa prawna zwolnienia to art.43 ust. 1 pkt 29 lit. c ustawy o podatku od towarów i usług (Dz. U. z 2011 r. Nr 177, poz. 1054, z późn. zm.) w zw. z § 3 ust. 1 pkt 14 rozporządzenia Ministra Finansów z dnia 20 grudnia 2013 roku w sprawie zwolnień od podatku od towarów i usług oraz warunków stosowania tych zwolnień (Dz. U. z dnia 31 grudnia 2013 r. Poz. 1722).

Możemy przygotować szkolenie zamknięte, w którym wezmą udział pracownicy tylko jednej firmy, a program szkolenia oraz miejsce realizacji mogą zostać dostosowane do indywidualnych potrzeb zamawiającego.

W razie dodatkowych pytań związanych ze szkoleniami zamkniętymi prosimy o kontakt pod nr tel.: 608052658

Adres

ul. Tadeusza Boya Żeleńskiego 83
40-750 Katowice
woj. śląskie

Kontakt



Iwona Mazelanik

E-mail iwona.mazelanik@jkrtraining.pl

Telefon (+48) 608 052 658