



SENSE
CONSULTING
SPÓŁKA Z
OGRANICZONĄ
ODPOWIEDZIALNOŚĆ
CIĄ
★★★★★

Szkolenie: Jeden zespół, wiele talentów - siła efektywności i synergii zespołowej.

Numer usługi 2025/05/05/7327/2724431

📍 Poznań / stacjonarna
🏠 Usługa szkoleniowa
🕒 39 h
📅 26.06.2025 do 17.07.2025

6 918,75 PLN brutto
5 625,00 PLN netto
177,40 PLN brutto/h
144,23 PLN netto/h

Informacje podstawowe

Kategoria	Biznes / Zarządzanie zasobami ludzkimi
Sposób dofinansowania	wsparcie dla pracodawców i ich pracowników
Grupa docelowa usługi	Usługa kierowana do pracowników CUBE SYSTEMS Sp. z o.o zatrudnionych na stanowiskach : • Project manager • Specjalista ds. konstrukcji i montażu maszyn • Konstruktor • Specjalista ds. automatyki • Mechanik • Automatyk
Minimalna liczba uczestników	6
Maksymalna liczba uczestników	12
Data zakończenia rekrutacji	25-06-2025
Forma prowadzenia usługi	stacjonarna
Liczba godzin usługi	39
Podstawa uzyskania wpisu do BUR	Standard Usługi Szkoleniowo-Rozwojowej PIFS SUS 2.0

Cel

Cel edukacyjny

Usługa przygotowuje od samodzielnego budowania efektywnego i synergicznego zespołu, poprzez zrozumienie różnych stylów myślenia, skuteczne zarządzanie komunikacją, konfliktami oraz informacją zwrotną, a także doskonalenie umiejętności zarządzania sobą w czasie.

Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Buduje zespół	stosuje zasady budowania zespołu	Test teoretyczny
	rozpoznaje mocne i słabe strony członków zespołu	Test teoretyczny
	identyfikuje style myślenia FRIS®	Test teoretyczny
	udziela informacji zwrotnej	Analiza dowodów i deklaracji
	wyznacza cele i wartości	Test teoretyczny
Efektywnie komunikuje się w zespole	rozpoznaje perspektywę innych członków zespołu	Test teoretyczny
	stosuje narzędzia komunikacji	Test teoretyczny
	angażuje członków zespołu do współpracy	Analiza dowodów i deklaracji
	rozwiązuje konflikty	Analiza dowodów i deklaracji
Zarządza emocjami	rozpoznaje typowe style zachowań	Analiza dowodów i deklaracji
	buduje otwartą postawę	Analiza dowodów i deklaracji
	buduje odporność na stres i konflikty	Analiza dowodów i deklaracji

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?

Dokument potwierdza, że zostały zastosowane rozwiązania zapewniające rozdzielenie procesów kształcenia i szkolenia od walidacji tzn. osoba prowadząca usługę, nie dokonuje weryfikacji efektów uczenia się uczestników usługi.

Program

Dzień I - Budowanie zespołu i komunikacja - różnorodność stylów myślenia

1. Kiedy wiemy, że jesteśmy zespołem? - nasz wpływ na budowanie partnerstwa zespołowego
2. Skąd się biorą nieporozumienia w komunikacji? – siła założeń, racjonalizacja, projekcja.
3. Moc w naszej różnorodności – Co możemy zrobić, aby zapraszać się do poznania innych perspektyw?
4. Wstęp do FRIS® - jak różne style myślenia wpływają na jakość naszych relacji oraz codzienną komunikację i współpracę.
5. Za co doceniamy dany styl myślenia a z czym bywa nam trudno.

Dzień II - Skuteczna współpraca - komunikacja i mocne strony w zespole

1. Jak angażować do współpracy osoby o innym stylu myślenia niż nasz własny.
2. Narzędzia komunikacji OK-OK – Komunikat JA, parafraza, klaryfikacja, zasada DDI.
3. Siła mocnych stron członków zespołu - uświadomienie sobie mocnych stron, które posiada każda z osób w zespole oraz wartość jaką wnosi do pracy innych.
4. Proces FRIS – w jakiego rodzaju działaniach czujesz się jak „ryba w wodzie

Dzień III - Konflikt w zespole - zrozumienie, zarządzanie i budowanie odporności

1. Konflikt jako element współpracy - destrukcyjny vs konstruktywny. Mechanizmy powstawania konfliktu - Typowe schematy eskalacji: fakty → interpretacje → emocje → reakcje
2. 4 postawy życiowe i ich wpływ na konflikt. Typowe style zachowań w konflikcie (modele zachowań konfliktowych)
3. Zarządzanie emocjami w konflikcie
4. Budowanie zespołowej odporności na konflikty

Dzień IV – Informacja zwrotna - fundament odpowiedzialnej współpracy

1. Dlaczego informacja zwrotna ma znaczenie? Co myślę o dawaniu i przyjmowaniu informacji zwrotnej? Powiązanie feedbacku z odpowiedzialnością: Jak jedno wzmacnia drugie?
2. Mechanizmy działania informacji zwrotnej - Model 4 poziomów reakcji na feedback (ignorowanie, obrona, przyjęcie, wdrożenie) Dlaczego czasem trudno przyjąć informację zwrotną? (psychologia mechanizmów obronnych)
3. Modele jakościowej informacji zwrotnej – praca na sytuacjach z organizacji.
4. Trudne sytuacje – jak reagować, gdy informacja zwrotna jest trudna emocjonalnie?

Dzień V - Cele i wartości zespołowe - klucz do wspólnego sukcesu

1. Ustalanie celów jako klucz do osiągnięcia wspólnego sukcesu.
2. Czym jest wspólny cel zespołowy? – jaki mamy wpływ na jego realizację?
3. Cele zespołowe vs. cele indywidualne.
4. Praca na postawach, wartościach, przekonaniach i emocjach jako determinant skutecznej realizacji działań i celów.

Dzień VI - Zarządzanie sobą w czasie - od priorytetów do skuteczności

1. Techniki organizacji i zarządzania sobą w czasie.
2. Mit wielozadaniowości, a priorytetyzacja zadań, czyli jak „to wszystko ogarnąć”?
3. Błędy w zarządzaniu czasem. Zjawisko prokrastynacji. Pożeracze czasu – identyfikacja własnych pożeraczy czasu i przyczyn niekonsekwencji.

4. Jak wyznaczać priorytety – narzędzia i modele zarządzania czasem.

WALIDACJA USŁUGI

Wypożyczenie sali szkoleniowej i warunki organizacyjne: sala wyposażona jest w stoły i krzesła z możliwością ich przestawiania na czas zadań grupowych lub indywidualnych. Wyposażona jest w rzutnik (potrzebny na czas prezentacji) oraz przestrzeń do prezentowania zadań przez uczestników przed grupą.

Przerwy i czas walidacji są wliczone w czas usługi rozwojowej

Szkolenie składa się z zajęć praktycznych oraz zajęć teoretycznych, szczegółowa plan zajęć znajduje się w harmonogramie.

Program szkolenia jest dostosowany do określonej w karcie grupy docelowej, celu usługi i czasu jej trwania.

Udział w szkoleniu nie wymaga posiadania przez uczestników szczegółowej wiedzy w zakresie usługi.

Harmonogram

Liczba przedmiotów/zajęć: 32

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
1 z 32 Kiedy wiemy, że jesteśmy zespołem? - nasz wpływ na budowanie partnerstwa zespołowego	Marta Sosińska-Piotr	26-06-2025	09:00	10:30	01:30
2 z 32 Skąd się biorą nieporozumienia w komunikacji? – siła założeń, racjonalizacja, projekcja.	Marta Sosińska-Piotr	26-06-2025	10:30	12:00	01:30
3 z 32 Przerwa	Marta Sosińska-Piotr	26-06-2025	12:00	12:30	00:30
4 z 32 Moc w naszej różnorodności – Co możemy zrobić, aby zapraszać się do poznania innych perspektyw?	Marta Sosińska-Piotr	26-06-2025	12:30	13:15	00:45

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
5 z 32 Wstęp do FRIS® - jak różne style myślenia wpływają na jakość naszych relacji oraz codzienną komunikację i współpracę.	Marta Sosińska-Piotr	26-06-2025	13:15	14:30	01:15
6 z 32 Za co doceniamy dany styl myślenia a z czym bywa nam trudno.	Marta Sosińska-Piotr	26-06-2025	14:30	15:30	01:00
7 z 32 Jak angażować do współpracy osoby o innym stylu myślenia niż nasz własny.	Marta Sosińska-Piotr	27-06-2025	09:00	10:30	01:30
8 z 32 Narzędzia komunikacji OK-OK – Komunikat JA, parafraza, klaryfikacja, zasada DDI.	Marta Sosińska-Piotr	27-06-2025	10:30	12:00	01:30
9 z 32 Przerwa	Marta Sosińska-Piotr	27-06-2025	12:00	12:30	00:30
10 z 32 Siła mocnych stron członków zespołu - uświadomienie sobie mocnych stron, które posiada każda z osób w zespole oraz wartość jaką wnosi do pracy innych.	Marta Sosińska-Piotr	27-06-2025	12:30	14:00	01:30
11 z 32 Proces FRIS – w jakiego rodzaju działaniach czujesz się jak „ryba w wodzie	Marta Sosińska-Piotr	27-06-2025	14:00	15:30	01:30

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
12 z 32 Konflikt jako element współpracy - destrukcyjny vs konstruktywny. Mechanizmy powstawania konfliktu - Typowe schematy eskalacji: fakty → interpretacje → emocje → reakcje	Marta Sosińska-Piotr	03-07-2025	09:00	10:30	01:30
13 z 32 4 postawy życiowe i ich wpływ na konflikt. Typowe style zachowań w konflikcie (modele zachowań konfliktowych)	Marta Sosińska-Piotr	03-07-2025	10:30	12:00	01:30
14 z 32 Przerwa	Marta Sosińska-Piotr	03-07-2025	12:00	12:30	00:30
15 z 32 Zarządzanie emocjami w konflikcie	Marta Sosińska-Piotr	03-07-2025	12:30	14:00	01:30
16 z 32 Budowanie zespołowej odporności na konflikty	Marta Sosińska-Piotr	03-07-2025	14:00	15:30	01:30
17 z 32 Dlaczego informacja zwrotna ma znaczenie? Co myślę o dawaniu i przyjmowaniu informacji zwrotnej? Powiązanie feedbacku z odpowiedzialnością: Jak jedno wzmacnia drugie?	Marta Sosińska-Piotr	04-07-2025	09:00	10:30	01:30

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
18 z 32 Mechanizmy działania informacji zwrotnej - Model 4 poziomów reakcji na feedback (ignorowanie, obrona, przyjęcie, wdrożenie) Dlaczego czasem trudno przyjąć informację zwrotną?	Marta Sosińska-Piotr	04-07-2025	10:30	12:00	01:30
19 z 32 Przerwa	Marta Sosińska-Piotr	04-07-2025	12:00	12:30	00:30
20 z 32 Modele jakościowej informacji zwrotnej – praca na sytuacjach z organizacji.	Marta Sosińska-Piotr	04-07-2025	12:30	14:00	01:30
21 z 32 Trudne sytuacje – jak reagować, gdy informacja zwrotna jest trudna emocjonalnie?	Marta Sosińska-Piotr	04-07-2025	14:00	15:30	01:30
22 z 32 Ustalanie celów jako klucz do osiągnięcia wspólnego sukcesu.	Marta Sosińska-Piotr	16-07-2025	09:00	10:30	01:30
23 z 32 Czym jest wspólny cel zespołowy? – jaki mamy wpływ na jego realizację?	Marta Sosińska-Piotr	16-07-2025	10:30	12:00	01:30
24 z 32 Przerwa	Marta Sosińska-Piotr	16-07-2025	12:00	12:30	00:30
25 z 32 Cele zespołowe vs. cele indywidualne.	Marta Sosińska-Piotr	16-07-2025	12:30	14:00	01:30

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
26 z 32 Praca na postawach, wartościach, przekonaniach i emocjach jako determinant skutecznej realizacji działań i celów.	Marta Sosińska-Piotr	16-07-2025	14:00	15:30	01:30
27 z 32 Techniki organizacji i zarządzania sobą w czasie.	Marta Sosińska-Piotr	17-07-2025	09:00	10:30	01:30
28 z 32 Mit wielozadaniowości, a priorytetyzacja zadań, czyli jak „to wszystko ogarnąć”?	Marta Sosińska-Piotr	17-07-2025	10:30	12:00	01:30
29 z 32 Przerwa	Marta Sosińska-Piotr	17-07-2025	12:00	12:30	00:30
30 z 32 Błędy w zarządzaniu czasem. Zjawisko prokrastynacji. Pożeracze czasu – identyfikacja własnych pożeraczy czasu i przyczyn niekonsekwencji.	Marta Sosińska-Piotr	17-07-2025	12:30	13:30	01:00
31 z 32 Jak wyznaczać priorytety – narzędzia i modele zarządzania czasem.	Marta Sosińska-Piotr	17-07-2025	13:30	15:00	01:30
32 z 32 WALIDACJA	-	17-07-2025	15:00	15:30	00:30

Cennik

Cennik

Rodzaj ceny	Cena
Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	6 918,75 PLN
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	5 625,00 PLN
Koszt osobogodziny brutto	177,40 PLN
Koszt osobogodziny netto	144,23 PLN

Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



1 z 1

Marta Sosińska-Piotr

Trener Biznesu, Certyfikowany trener FRIS, Ekspert HR, Facylitator Reiss Profile Master. Od 16 lat związana z zarządzaniem zasobami ludzkimi w organizacjach na stanowiskach HR Biznes Partnera, czy specjalisty w obszarze HR. Miłośniczka wykorzystywania nowych technologii w rozwoju pracowników w tym projektowania gier szkoleniowych. Pasjonatka procesów Assessment i Development Center z wykorzystaniem najnowszych technik badających talenty pracowników. Specjalizuje się w prowadzeniu szkoleń i kompleksowym doradztwa w zakresie HRM oraz rozwoju umiejętności menedżerskich. Coach biznesowy oraz doradca zawodowy. Posiada co najmniej 120 godzin doświadczenia w prowadzeniu szkoleń o podobnej tematyce dla osób dorosłych w ostatnich dwóch latach (24 miesiącach) wstecz od dnia rozpoczęcia szkolenia. Posiada również doświadczenie w ocenie kompetencji kandydatów w procesach rekrutacyjnych oraz pracowników w procesach rozwojowych z wykorzystaniem różnych metod, takich jak: testy teoretyczne, testy kompetencyjne, wywiad ustrukturyzowany, ocena prezentacji oraz obserwacja w warunkach symulowanych.

Informacje dodatkowe

Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Każdy uczestnik otrzyma na szkoleniu: materiały szkoleniowe: skrypt, prezentację, ćwiczenia w formie online oraz zaświadczenie o ukończeniu szkolenia.

Warunki uczestnictwa

1. Uczestnictwo w co najmniej 80% zajęć usługi rozwojowej, potwierdzone przez uczestnika własnoręcznym podpisem złożonym na udostępnionej przez organizatora szkolenia liście obecności.
2. Udział w walidacji oraz potwierdzone na etapie walidacji nabycia przewidzianych dla usługi efektów uczenia się poprzez pozytywne zaliczenie testu.
3. Fakt uczestnictwa w każdym dniu usługi rozwojowej musi zostać potwierdzony przez uczestnika własnoręcznym podpisem złożonym na udostępnionej przez organizatora liście obecności.
4. Przynależność do grupy docelowej usługi.

Informacje dodatkowe

1. Usługa nie jest świadczona przez podmiot, z którym pracodawca lub delegowany pracownik korzystający ze wsparcia są powiązani kapitałowo lub osobowo.
2. Usługa nie jest świadczona przez podmiot pełniący funkcję Beneficjenta lub partnera w danym projekcie oraz przez podmiot powiązany z Beneficjentem lub partnerem kapitałowo lub osobowo.
3. Usługodawca nie jest podmiotem jednocześnie korzystającym z usług rozwojowych o zbliżonej tematyce
4. Usługa nie obejmuje kosztów niezwiązanych bezpośrednio z usługą rozwojową, w szczególności kosztów środków trwałych przekazywanych przedsiębiorcom lub ich pracownikom.
5. Forma prowadzenia zajęć: szkolenie o charakterze warsztatowym, prowadzone metodami interaktywnymi i aktywizującymi, tj. praca z case study, ćwiczenia grupowe, prezentacja, dyskusja moderowana.
6. Usługodawca oświadcza, że proces walidacji jest zgodny z wytycznymi BUR.

Adres

ul. św. Michała 58
60-005 Poznań
woj. wielkopolskie

Kontakt



Magdalena Brzychcy

E-mail m.brzychcy@senseconsulting.pl

Telefon (+48) 532 608 522