



JUNGLE JUNGLE  
SPÓŁKA Z  
OGRANICZONĄ  
ODPOWIEDZIALNOŚ  
CIĄ

★★★★★ 5,0 / 5

61 ocen

## Zarządzanie zasobami ludzkimi w ramach budowania i utrzymywania relacji pomiędzy kadrą kierowniczą a pracownikami oraz między pracownikami: "Efektywna komunikacja"

Numer usługi 2025/05/12/177084/2740994

📍 Radom / stacjonarna

🏠 Usługa szkoleniowa

🕒 60 h

📅 20.10.2025 do 27.10.2025

11 300,00 PLN brutto

9 186,99 PLN netto

188,33 PLN brutto/h

153,12 PLN netto/h

## Informacje podstawowe

|                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
|----------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Kategoria</b>                       | Biznes / Zarządzanie zasobami ludzkimi                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
| <b>Grupa docelowa usługi</b>           | <ul style="list-style-type: none"><li>• właściciele MŚP,</li><li>• pracownicy MŚP zatrudnieni na stanowiskach kierowniczych,</li><li>• pracownicy przewidziani do objęcia stanowiska kierowniczego z mikro, małych lub średnich przedsiębiorstw</li><li>• pracownicy biurowi/administracyjni</li><li>• pracownicy produkcji</li></ul> |
| <b>Minimalna liczba uczestników</b>    | 1                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
| <b>Maksymalna liczba uczestników</b>   | 30                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
| <b>Data zakończenia rekrutacji</b>     | 19-10-2025                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
| <b>Forma prowadzenia usługi</b>        | stacjonarna                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
| <b>Liczba godzin usługi</b>            | 60                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
| <b>Podstawa uzyskania wpisu do BUR</b> | Znak Jakości Małopolskich Standardów Usług Edukacyjno-Szkoleniowych (MSUES) - wersja 2.0                                                                                                                                                                                                                                              |

## Cel

### Cel edukacyjny

Uczestnik usługi będzie przygotowany do efektywnej komunikacji w miejscu pracy, dzięki czemu poprawi współpracę zespołową, zrozumienie i realizację zadań.

Uczestnik usługi będzie wyposażony w konkretne narzędzia i techniki, które pozwolą na bardziej płynny przepływ informacji oraz lepszą współpracę w zespołach oraz na różnych szczeblach zarządzania.

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

| Efekty uczenia się                                                                                                                         | Kryteria weryfikacji                                                                                                                                                                                  | Metoda walidacji                                      |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------|
| Wiedza: Uczestnik wymienia zasady efektywnej komunikacji.                                                                                  | Uczestnik wymienia co najmniej 5kluczowych zasad efektywnejkomunikacji, takich jak słuchanieaktywne, jasność przekazu, empatia,unikanie barier komunikacyjnych i dostosowanie komunikatu do odbiorcy. | Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie |
| Wiedza: Uczestnik wymienia zasady formułowania poprawnie wypowiedzi.                                                                       | Uczestnik wymienia co najmniej 3zasady, takie jak jasność, zwięzłość oraz logiczny układ wypowiedzi.                                                                                                  | Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie |
| Wiedza: Uczestnik aktywnie słucha i zadaje pytania.                                                                                        | Uczestnik zadaje co najmniej 2 pytania, które są adekwatne do treści wypowiedzi rozmówcy, wykazując zrozumienie i zaangażowanie.                                                                      | Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie |
| Wiedza: Uczestnik propaguje wiedzę na temat poprawnego pisania (ortografia, gramatyka, interpunkcja itd.)                                  | Uczestnik udziela co najmniej 2 poprawnych wskazówek dotyczących zasad ortografii, gramatyki lub interpunkcji podczas rozmowy lub w materiałach edukacyjnych.                                         | Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie |
| Wiedza: Uczestnik wykorzystuje różne sposoby przekazywania informacji.                                                                     | Uczestnik używa co najmniej 2 różnych metod komunikacji, takich jak prezentacje wizualne, komunikaty ustne lub pisemne, dostosowując je do odbiorców.                                                 | Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie |
| Umiejętności: Uczestnik promuje wiedzę o znaczeniu komunikacji niewerbalnej w przekazie informacji.                                        | Uczestnik wymienia co najmniej 2 przykłady elementów komunikacji niewerbalnej, takich jak gesty lub mimika, oraz wyjaśnia ich wpływ na zrozumienie przekazu.                                          | Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie |
| Umiejętności: Uczestnik informacje przekazuje jasno, klarownie i zrozumiale, panuje nad emocjami.                                          | Uczestnik formułuje komunikaty bez zbędnych dygresji, używając prostego języka, oraz zachowuje spokój i opanowanie nawet w sytuacjach stresowych.                                                     | Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie |
| Umiejętności: Uczestnik rozumie potrzeby komunikowane przez rozmówcę i wykazuje w stosunku do niego empatię, prezentuje postawę otwartości | Uczestnik parafrazuje wypowiedzi rozmówcy, aby potwierdzić zrozumienie,oraz reaguje z szacunkiem i otwartością na różne punkty widzenia, wykazując empatyczne podejście.                              | Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie |

| Efekty uczenia się                                                                                                                           | Kryteria weryfikacji                                                                                                                                                                                                 | Metoda walidacji                                      |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------|
| Umiejętności: Uczestnik rozumie sens wypowiedzi rozmówcy, potrafi ją przeanalizować i podsumowywać wykorzystując parafrazę                   | Uczestnik dokonuje parafrazy wypowiedzi rozmówcy, podsumowując kluczowe punkty w sposób, który pokazuje zrozumienie i analizy treści, a także odnosi się do najważniejszych elementów rozmowy.                       | Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie |
| Umiejętności: Uczestnik dopytuje zawsze, szczególnie w przypadku niejasności wypowiedzi, aby mieć pewność jak zrozumiał komunikat            | Uczestnik zadaje co najmniej jedno pytanie wyjaśniające, gdy napotyka na niejasności w wypowiedzi rozmówcy, co potwierdza jego aktywne zaangażowanie w zrozumienie przekazu.                                         | Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie |
| Umiejętności: Uczestnik komunikuje się ustnie i pisemnie (maile, komunikatory, komunikaty pisane) swobodnie i z łatwością w każdej sytuacji  | Uczestnik skutecznie i płynnie przekazuje informacje zarówno w formie ustnej, jak i pisemnej, dostosowując ton, styl oraz treść komunikatu do kontekstu oraz odbiorcy, bez potrzeby długich przygotowań.             | Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie |
| Kompetencje społeczne: Uczestnika wyróżnia profesjonalizm w kontaktach interpersonalnych, odpowiedzialność i rzetelność w wykonywanej pracy. | Uczestnik wskazuje 5 cech dobrej komunikacji międzypersonalnej                                                                                                                                                       | Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie |
| Kompetencje społeczne: Uczestnik szerzy etyczne postępowanie.                                                                                | Uczestnik wymienia działania promujące etyczne standardy w pracy, takie jak wskazywanie przykładów właściwego zachowania oraz reagowanie na nieetyczne sytuacje, co potwierdzają obserwacje innych członków zespołu. | Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie |

## 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

## WSTĘP

- Kontraktowanie pracy
- Oczekiwania co ma się zmienić
- Wyznaczanie obszaru wpływu

## O procesie komunikacji

- Schemat procesu komunikacyjnego;
- Kanały komunikacji – rola, sposoby dopasowania się;
- Komunikacja jednostronna i dwustronna;
- Komunikacja werbalna i niewerbalna – kiedy jedno jest wrogiem drugiego

## MODEL KOMUNIKACJI SCHULZA VON THUNA - "USZY VON THUNA"

- Cztery usta, cztery uszy – jak znaleźć właściwe z odbiorcą
- Cztery płaszczyzny wypowiedzi (rzeczowa, apelu, relacji i samoprezentacji)
- Praktyczne konsekwencje wypowiedzi

## JAK SŁUCHAĆ, ABY INNI CHCIELI Z NAMI ROZMAWIAĆ?

- Cechy i umiejętności wytrawnego słuchacza;
- Asertywność w relacjach: Typy postaw, zachowań oraz techniki asertywności- wykład
- Zachowanie: agresywne, bierne, manipulacyjne, asertywne - warsztat
- Techniki asertywności - ćwiczenia w grupie z podziałem na role
- Skuteczność komunikacyjna w sytuacjach problemowych - komunikacja w kryzysie - studia przypadków
- Efektywna współpraca i komunikacja między pracownikami - praca w grupie z podziałem na role/wymiana ról
- Odpowiedzialność za komunikat – po czyjej leży stronie;
- Aktywne słuchanie
- Bańka
- Technika pytań
- Kluczowe narzędzia kontroli rozmowy

**Walidacja** - test teoretyczny wiedzy i umiejętności z zakresu tematycznego szkolenia (test wyboru + otwarte zadanie sytuacyjne)

Podsumowanie i dyskusja nad wdrożeniem działań w praktyce (dyskusja grupowa)

## Format Szkolenia:

- Wykłady i prezentacje ekspertów z dziedziny zarządzania zasobami ludzkimi.
- Warsztaty praktyczne i case studies umożliwiające aplikację wiedzy w realnym środowisku pracy.
- Dyskusje grupowe służące refleksji i wymianie doświadczeń
- Analiza
- Test wiedzy.

## Walidacja:

Test online

-czas przeznaczony na wykonanie testu: 30 minut

-próg zaliczenia 50%

-metoda testu: 10 zadań - test wyboru (1pkt),

1 godzina dydaktyczna = 45 min. (przerwy nie są wliczane w koszt realizacji usługi)

#### Warunki organizacyjne dla przeprowadzanej usługi:

- praca indywidualna
- praca w grupach (grupy 4 lub 5 osobowe w zależności od ilości uczestników)
- praca przy użyciu materiałów biurowych (kartki, mazaki, długopisy, flipczart)
- praca przy użyciu narzędzi elektronicznych (komputer)

Przed rozpoczęciem szkolenia, uczestnik może skorzystać z różnych form, metod i narzędzi, aby uzupełnić i uporządkować dotychczasową wiedzę.

Oto kilka sugestii:

#### 1. Wstępne Materiały Edukacyjne

Podręczniki i publikacje: Uczestnik może zapoznać się z rekomendowanymi książkami, artykułami naukowymi lub publikacjami branżowymi, które wprowadzą go w tematykę szkolenia.

#### 2. Kursy Online

Platformy edukacyjne: Skorzystanie z kursów online dostępnych na platformach takich jak Akademia PARP(<https://www.parp.gov.pl/component/site/site/kursy-online>), które pozwalają na uporządkowanie podstawowej wiedzy z zakresu tematu szkolenia.

## Harmonogram

Liczba przedmiotów/zajęć: 28

| Przedmiot / temat zajęć                                                     | Prowadzący | Data realizacji zajęć | Godzina rozpoczęcia | Godzina zakończenia | Liczba godzin |
|-----------------------------------------------------------------------------|------------|-----------------------|---------------------|---------------------|---------------|
| <b>1 z 28</b><br>Kontraktowanie pracy - warsztat                            | ANNA PAŁKA | 20-10-2025            | 08:00               | 10:00               | 02:00         |
| <b>2 z 28</b><br>Oczekiwanie co ma się zmienić - dyskusja                   | ANNA PAŁKA | 20-10-2025            | 10:00               | 12:00               | 02:00         |
| <b>3 z 28</b> Przerwa                                                       | ANNA PAŁKA | 20-10-2025            | 12:00               | 12:30               | 00:30         |
| <b>4 z 28</b><br>Wyznaczanie obszaru wpływu - warsztat                      | ANNA PAŁKA | 20-10-2025            | 12:30               | 14:30               | 02:00         |
| <b>5 z 28</b> Schemat procesu komunikacyjnego - case study                  | ANNA PAŁKA | 20-10-2025            | 14:30               | 16:00               | 01:30         |
| <b>6 z 28</b> Kanały komunikacji – rola, sposoby dopasowania się - warsztat | ANNA PAŁKA | 21-10-2025            | 07:00               | 09:00               | 02:00         |

| Przedmiot / temat zajęć                                                                                          | Prowadzący | Data realizacji zajęć | Godzina rozpoczęcia | Godzina zakończenia | Liczba godzin |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------|-----------------------|---------------------|---------------------|---------------|
| <div>7 z 28</div> Komunikacja werbalna i niewerbalna – kiedy jedno jest wrogiem drugiego - case study + warsztat | ANNA PAŁKA | 21-10-2025            | 09:00               | 11:00               | 02:00         |
| <div>8 z 28</div> Przerwa                                                                                        | ANNA PAŁKA | 21-10-2025            | 11:00               | 11:30               | 00:30         |
| <div>9 z 28</div> Cztery usta, cztery uszy – jak znaleźć właściwy model komunikacji z odbiorcą                   | ANNA PAŁKA | 21-10-2025            | 11:30               | 13:00               | 01:30         |
| <div>10 z 28</div> Cztery płaszczyzny wypowiedzi (rzeczowa, apelu, relacji i samoprezentacji) - case study       | ANNA PAŁKA | 21-10-2025            | 13:00               | 15:00               | 02:00         |
| <div>11 z 28</div> Praktyczne konsekwencje wypowiedzi - dyskusja                                                 | ANNA PAŁKA | 22-10-2025            | 07:00               | 09:00               | 02:00         |
| <div>12 z 28</div> Cechy i umiejętności wytrawnego słuchacza - warsztat                                          | ANNA PAŁKA | 22-10-2025            | 09:00               | 11:00               | 02:00         |
| <div>13 z 28</div> Przerwa                                                                                       | ANNA PAŁKA | 22-10-2025            | 11:00               | 11:30               | 00:30         |
| <div>14 z 28</div> Asertywność w relacjach: Typy postaw, zachowań oraz techniki asertywności- wykład             | ANNA PAŁKA | 22-10-2025            | 11:30               | 15:00               | 03:30         |

| Przedmiot / temat zajęć                                                                                         | Prowadzący | Data realizacji zajęć | Godzina rozpoczęcia | Godzina zakończenia | Liczba godzin |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------|-----------------------|---------------------|---------------------|---------------|
| 15 z 28<br>Zachowanie: agresywne, bierne, manipulacyjne, asertywne - warsztat                                   | ANNA PAŁKA | 23-10-2025            | 07:00               | 09:00               | 02:00         |
| 16 z 28 Techniki asertywności - ćwiczenia w grupie z podziałem na role                                          | ANNA PAŁKA | 23-10-2025            | 09:00               | 11:00               | 02:00         |
| 17 z 28 Przerwa                                                                                                 | ANNA PAŁKA | 23-10-2025            | 11:00               | 11:30               | 00:30         |
| 18 z 28<br>Skuteczność komunikacyjna w sytuacjach problemowych - komunikacja w kryzysie - studia przypadków     | ANNA PAŁKA | 23-10-2025            | 11:30               | 15:00               | 03:30         |
| 19 z 28 Efektywna współpraca i komunikacja między pracownikami - praca w grupie z podziałem na role/wymiana ról | ANNA PAŁKA | 24-10-2025            | 07:00               | 09:00               | 02:00         |
| 20 z 28<br>Odpowiedzialność za komunikat – po czyjej leży stronie - dyskusja + warsztat                         | ANNA PAŁKA | 24-10-2025            | 09:00               | 11:00               | 02:00         |
| 21 z 28 Przerwa                                                                                                 | ANNA PAŁKA | 24-10-2025            | 11:00               | 11:30               | 00:30         |
| 22 z 28 Aktywne słuchanie - ćwiczenia w grupie                                                                  | ANNA PAŁKA | 24-10-2025            | 11:30               | 13:15               | 01:45         |
| 23 z 28 Bańka - warsztat                                                                                        | ANNA PAŁKA | 24-10-2025            | 13:15               | 15:00               | 01:45         |

| Przedmiot / temat zajęć                                                                     | Prowadzący | Data realizacji zajęć | Godzina rozpoczęcia | Godzina zakończenia | Liczba godzin |
|---------------------------------------------------------------------------------------------|------------|-----------------------|---------------------|---------------------|---------------|
| <b>24 z 28</b> Technika pytań - warsztat, praca w grupie                                    | ANNA PAŁKA | 27-10-2025            | 06:00               | 10:00               | 04:00         |
| <b>25 z 28</b> Przerwa                                                                      | ANNA PAŁKA | 27-10-2025            | 10:00               | 10:30               | 00:30         |
| <b>26 z 28</b> Kluczowe narzędzia kontroli rozmowy - case study + warsztat                  | ANNA PAŁKA | 27-10-2025            | 10:30               | 13:00               | 02:30         |
| <b>27 z 28</b> Walidacja - test online                                                      | -          | 27-10-2025            | 13:00               | 13:30               | 00:30         |
| <b>28 z 28</b> Podsumowanie i dyskusja nad wdrożeniem działań w praktyce (dyskusja grupowa) | ANNA PAŁKA | 27-10-2025            | 13:30               | 14:00               | 00:30         |

## Cennik

### Cennik

| Rodzaj ceny                               | Cena          |
|-------------------------------------------|---------------|
| Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto | 11 300,00 PLN |
| Koszt przypadający na 1 uczestnika netto  | 9 186,99 PLN  |
| Koszt osobogodziny brutto                 | 188,33 PLN    |
| Koszt osobogodziny netto                  | 153,12 PLN    |

## Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



**1 z 1**  
**ANNA PAŁKA**



Szkolenia i doradztwo z zakresu strategii przedsiębiorstwa (zarządzanie, prawo) Doświadczenie uzyskane przede wszystkim jako prężnie działający przedsiębiorca, który nie boi się zmian. Dzięki zdobytym umiejętnościom skutecznie doradzam by firmy mogły osiągać zamierzone cele biznesowe oraz być konkurencyjne na rynku. Wykształcenie wyższe - studia magisterskie z zakresu zarządzania firmą. Ukończone studia podyplomowe - MBA. Ukończone kursy z zakresu: Księgowości, Ślad węglowy w organizacji, Motywowanie i radzenie sobie ze stresem, Efektywne i asertywne komunikowanie się, Zarządzanie kapitałem ludzkim przedsiębiorstwa gospodarki odpadami w oparciu o kompetencje, Zarządzanie czasem i organizacją pracy własnej. Wieloletni praktyk w ramach BDO i GOZ.

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

Przeprowadzone szkolenia w zakresie: zarządzanie przedsiębiorstwem (m. in. HR, komunikacja, sprzedaż, marketing), strategia i rozwój MŚP, Zielona Transformacja (GOZ), cyfryzacja przedsiębiorstw, szkolenia sektorowe.

## Informacje dodatkowe

### Informacje o materiałach dla uczestników usługi

1. Prezentacje w formie papierowej
2. Prezentacje w postaci projekcji na projektorze (opcjonalnie)
3. Program szkolenia
4. Flipchart

### Warunki uczestnictwa

Uczestnik po zakończeniu usługi otrzymuje odpowiednie zaświadczenie/certyfikat. Warunkiem uzyskania zaświadczenia/certyfikatu jest: uczestnictwo w co najmniej 80% zajęć oraz zaliczenie testu końcowego.

## Adres

ul. Stanisława Wernera 54

26-600 Radom

woj. mazowieckie

Stanisława Wernera 54, 26-600 Radom

### Udogodnienia w miejscu realizacji usługi

- Klimatyzacja
- Wi-fi

## Kontakt

**Dawid Ogrodnik**

**E-mail** [dawid.ogrodnik@junglejungle.pl](mailto:dawid.ogrodnik@junglejungle.pl)



**Telefon** (+48) 517 365 191