



Wyższa Szkoła
Gospodarki w
Bydgoszczy

★★★★★ 4,8 / 5

710 ocen

Autoprezentacja i wystąpienia publiczne

Numer usługi 2025/07/28/10567/2907542

670,00 PLN brutto

670,00 PLN netto

33,50 PLN brutto/h

33,50 PLN netto/h

📍 Chojnice / stacjonarna

🏠 Usługa szkoleniowa

🕒 20 h

📅 22.11.2025 do 23.11.2025

Informacje podstawowe

Kategoria

Inne / Edukacja

Grupa docelowa usługi

Adresatami są wszystkie osoby, które na co dzień muszą występować publicznie w różnych kontekstach i chcą robić to lepiej (np. prezentując produkty/usługi, prowadząc zebrania, audyty, zajęcia dydaktyczne, wykłady na konferencjach, networking itp.). W tej grupie znajdują się m.in. przedsiębiorcy, handlowcy, menadżerowie, dyrektorzy i właściciele firm, wykładowcy, studenci. Osoby zainteresowane świadomym budowaniem wizerunku w oparciu o wiedzę potwierdzoną w praktyce oraz rozwojem kompetencji mówczych wedle sprawdzonych modeli.

Minimalna liczba uczestników

1

Maksymalna liczba uczestników

12

Data zakończenia rekrutacji

20-11-2025

Forma prowadzenia usługi

stacjonarna

Liczba godzin usługi

20

Podstawa uzyskania wpisu do BUR

art. 163 ust. 1 ustawy z dnia 20 lipca 2018 r. Prawo o szkolnictwie wyższym i nauce (t.j. Dz. U. z 2023 r. poz. 742, z późn. zm.)

Zakres uprawnień

Kursy i szkolenia

Cel

Cel edukacyjny

Celem jest wzmocnienie kompetencji w obszarze sztuki autoprezentacji oraz wystąpień publicznych. Zrozumienie znaczenia mowy ciała, pracy głosem, tworzenia struktury przemówienia. Praca na mocnych stronach, diagnoza obszarów do poprawy. Poznanie technik autoprezentacji, tworzenia wizerunku przekonującego mówcy, radzenia sobie z treścią, nawiązywania kontaktu z publicznością. Elementy perswazji w przemówieniach.

Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
- rozumie znaczenie mowy ciała, pracy głosem, tworzenia struktury przemówienia	- aktywny udział w zajęciach na poziomie 80%	Obserwacja w warunkach symulowanych
- zna techniki autoprezentacji, tworzenia wizerunku przekonującego mówcy, radzenia sobie z treścią, nawiązywania kontaktu z publicznością	- aktywny udział w zajęciach na poziomie 80%	Obserwacja w warunkach symulowanych
- zna najważniejsze elementy tworzenia udanego wystąpienia	- aktywny udział w zajęciach na poziomie 80%	Obserwacja w warunkach symulowanych
- buduje i rozwija własne kompetencje i umiejętności w zakresie wzmocnienia kompetencji w obszarze sztuki autoprezentacji oraz wystąpień publicznych	- aktywny udział w zajęciach na poziomie 80%	Deбата swobodna

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

Teoria

1. Najkrótszy model autoprezentacji.
2. Budowanie mowy na wszelkie okazje.
3. Efekt dobrego pierwszego wrażenia.
4. Elementy zewnętrzne i wewnętrzne, jak się przygotować.
5. Mowa ciała - gesty, mimika, postawa, ruch sceniczny.
6. Operowanie głosem Intonacja, dykcja, tempo mówienia, głośność, praca z pauzą.
7. Struktura przemówienia Najważniejsze elementy tworzenia udanego wystąpienia.
8. Praca z treścią Jak ujarzmić stres przed wystąpieniem przed i w trakcie.
9. Przygotowanie do wystąpienia Na czym polega, jak je realizować by przyniosło zamierzony skutek.
10. Interakcja Elementy budowanie więzi z publicznością.
11. Czynniki afektywne Praca z emocjami, siła przesłania, afektywne sprzężenie zwrotne.
12. Perswazja a cel Jak tworzyć przemówienie, które wpływa a nie drażni nachalnością.

Praktyka - praca w parach, trening indywidualny, próbki wystąpień, feedback moderowany grupowy, ewaluacja trenera, dyskusja, wskazanie i implementacja elementów do poprawy, praca z treścią i przekazem, praca z głosem i mową ciała, autoprezentacja.

Harmonogram

Liczba przedmiotów/zajęć: 0

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
Brak wyników.					

Cennik

Cennik

Rodzaj ceny	Cena
Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	670,00 PLN
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	670,00 PLN
Koszt osobogodziny brutto	33,50 PLN

Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



1 z 1

Michał Wlaźlinski

wykształcenie wyższe 2023 – 2024 | WSB-NLU Psychotraumatologia | podyplomowe 2021 – 2021 | Extended DISC® Konsultant Extended DISC | certyfikacja 2020 – 2025 | WSB-NLU Psychologia, specjalność Psychologia Kliniczna i Osobowości oraz Neuropsychologia | magisterium 2019 – 2020 | WSG Bydgoszcz Przygotowanie Pedagogiczne | podyplomowe 2017 – 2017 | AXCELOS PRINCE2® Foundation Certificate in Project Management | certyfikacja 2016 – 2017 | PG Gdańsk Lider Projektów, Lean Six Sigma Black Belt | podyplomowe 2011 – 2011 | PIKW Audytor Wewnętrzny II Stopnia | certyfikacja 2010 – 2011 | SSW Sopot Audyt i Kontrola Wewnętrzna Wewnętrzna w Gospodarce Gospodarce i Administracji Administracji | podyplomowe podyplomowe 2006 – 2008 | WSHE Łódź Pedagogika Resocjalizacyjna | podyplomowe 2004 – 2006 | WSHE Łódź Zarządzanie i Marketing, Zarządzanie Firmą | magisterium 2001 – 2004 | WSP TWP W-wa Politologia, Polityka Społeczna | licencjat 2023 – do dziś | Ekspert ds. Ekspansji, Specjalista ds. Ekspansji i Trener, MAKRO Cash and Carry Polska S.A 2024 – 2024 | Koordynator projektu w Polsce_projekt, Program HeadApp – Rehabilitacja Neuropsychologiczna_projekt, Promente Sp. z o.o. 2023 – 2023 | Manager ds. Rozwoju_projekt, Bydgoski Zakład Doskonalenia zawodowego Stowarzyszenie Oświatowo-Techniczne 2022 – 2022 | Manager ds. Rozwoju, Centrum Zaopatrzenia Budownictwa CEZAR Sp. z o.o. 2021 – 2022 | Trener Biznesu, HR Biznes Partner, CUK Ubezpieczenia Sp. z o.o. Sp. k. 2020 – 2021 | Dyrektor Zarządza

Informacje dodatkowe

Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Materiały w wersji papierowej i elektronicznej.

Adres

ul. Świętopelka 3
89-600 Chojnice
woj. pomorskie

Udogodnienia w miejscu realizacji usługi

- Wi-fi

Kontakt



Kolegium Nauk Stosowanych Filia w Chojnicach



E-mail chojnice@byd.pl

Telefon (+48) 534 893 777