

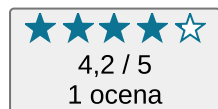
Możliwość dofinansowania

## Mistrzostwo w KOMUNIKACJI - szkolenie

Numer usługi 2025/08/30/184659/2973149



KINGA KLEJMENT ACADEMY



3 500,00 PLN

brutto

3 500,00 PLN

netto

140,00 PLN

brutto/h

140,00 PLN

netto/h

Usługa szkoleniowa

zdalna w czasie rzeczywistym

25:00 h

08.05.2026 do 10.05.2026

### Informacje podstawowe

- Kategoria  
Biznes / Zarządzanie zasobami ludzkimi
- Grupa docelowa usługi

Warsztaty „Mistrzostwo w KOMUNIKACJI” są skierowane do kobiet i mężczyzn, którzy pragną lepiej zrozumieć siebie i innych, budować skuteczniejsze relacje oraz zwiększyć swoją efektywność zarówno w życiu zawodowym, jak i prywatnym.

Te warsztaty są dla Ciebie, jeśli chcesz:

- Lepiej rozumieć siebie i innych.
- Skuteczniej porozumiewać się w relacjach zawodowych i prywatnych.
- Budować trwalsze, bardziej świadome i satysfakcjonujące więzi.
- Minimalna liczba uczestników  
3
- Maksymalna liczba uczestników  
20
- Data zakończenia rekrutacji  
30-04-2026
- Forma prowadzenia usługi  
zdalna w czasie rzeczywistym
- Liczba godzin usługi  
25
- Podstawa uzyskania wpisu do BUR  
Certyfikat systemu zarządzania jakością wg. ISO 9001:2015 (PN-EN ISO 9001:2015) - w zakresie usług szkoleniowych

## Cel

### Cel edukacyjny

Szkolenie przygotowuje do określenia swoich naturalnych talentów i poznania mechanizmów działania i myślenia, przygotowuje również do rozpoznawania i lepszego rozumienia współpracowników, członków zespołu.

Szkolenie uczy poprawnej komunikacji i zwiększenia samoświadomości oraz zapoznaje ze sposobami budowania relacji i rozwiązywania konfliktów.

Szkolenie zapoznaje z narzędziem STRUCTOGRAM® oraz wykorzystywaniem go w codziennym życiu zawodowym i osobistym.

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

Efekty uczenia się, kryteria weryfikacji i metody walidacji.

<b>Efekty uczenia się</b>	<b>Kryteria weryfikacji</b>	<b>Metoda walidacji</b>
Charakteryzuje koncepcję trzech mózgów i biostruktury według metody STRUCTOGRAM®	Definiuje funkcje pnia mózgu, międzymózgowia i kresomózgowia oraz ich wpływ na zachowanie człowieka	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
	Identyfikuje różnice biostruktur i wynikających z nich mocnych stron oraz ograniczeń	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie

<b>Efekty uczenia się</b>	<b>Kryteria weryfikacji</b>	<b>Metoda walidacji</b>
	Charakteryzuje główne motywatory poszczególnych dominant i dopasowuje argumentację do nich	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
	Rozróżnia biostrukturę i styl komunikacji osób z podanych przykładów	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
Stosuje zasady asertywności i komunikacji bez przemocy (NVC) w relacjach	Konstruuje komunikat asertywny według modelu, stosuje 4 kroki NVC w praktycznym ćwiczeniu	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
	Adaptuje swój styl komunikacji do stylu rozmówcy	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
Rozpoznaje i rozróżnia najczęstsze opory i nieporozumienia w komunikacji oraz dobiera sposoby ich przewycięzania	Identyfikuje typowe opory i proponuje co najmniej dwie strategie radzenia sobie z nimi	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
	Tworzy listę działań wdrożeniowych opartych na swoim profilu biostrukturalnym	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie

## **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**

Warsztaty „Mistrzostwo w KOMUNIKACJI” są skierowane do kobiet i mężczyzn, którzy pragną lepiej zrozumieć siebie i innych, budować skuteczniejsze relacje oraz zwiększyć swoją efektywność zarówno w życiu zawodowym, jak i prywatnym.

Plan Szkolenia: (3 dni)

Dzień 1: Klucz do Poznania Siebie

Moduł 1: Wprowadzenie do metody STRUCTOGRAM®

- Wprowadzenie do warsztatów i kontrakt.
- Poznajmy się: Kim jestem? Po co tu jestem? Czego chcę się nauczyć?
- Teoria trzech mózgów (Prof. Paul D. MacLean).
- Biostruktura a osobowość, charakter i zachowanie.
- Koncept stałości biostruktury vs. zmienności charakteru.

#### Moduł 2: Odkrywanie Własnej Biostruktury

- Szczegółowa analiza każdego z trzech mózgów:
  - Pień mózgu: instynkt samozachowawczy, intuicja, relacyjność, lęk przed zmianą, potrzeba innych ludzi, łatwość w nawiązywaniu kontaktu, gadatliwość, spóźnianie się.
  - Międzymózgowie: spontaniczne reakcje, koncentracja na JA, emocje, liderstwo, entuzjazm, energia, konkretność, praktyczność, działanie w ostatniej chwili, szybkie mówienie.
  - Kresomózgowie: samoświadomość, symbole, logiczne myślenie, planowanie, kontrola, skrytość, ciekawość, powolność, dokładność, punktualność.
- Indywidualna praca z narzędziem STRUCTOGRAM® 1.
- Dyskusja: naturalne talenty i ograniczenia wynikające z biostruktury.

#### Moduł 3: Samoświadomość i Przekonania

- Poziomy samoświadomości.
- Wpływ przekonań i historii osobistych na postawę.
- Cykl: Myśl – Emocja – Decyzja – Działanie – Rezultat.
- Jak przekształcać przekonania ograniczające w wspierające.
- Ćwiczenie: Praca nad osobistymi przekonaniami.

#### Moduł 4: Akceptacja Siebie i Swój Potencjał

- Rozwój osobisty w zgodzie z biostruktura.
- Wykorzystanie potencjału w życiu i pracy.
- Budowanie poczucia wartości i energii.
- Praktyczne sposoby dbania o siebie.
- Podsumowanie dnia i sesja Q&A.

#### Dzień 2: Klucz do Poznania Innych i Relacji

#### Moduł 5: Rozpoznawanie Biostruktur Innych

- Praca z narzędziem STRUCTOGRAM® 2.
- Obserwacja i identyfikacja biostruktur w praktyce.
- Różnice w stylach komunikacji wynikające z biostruktury.

- Ćwiczenie: Analiza przypadków i scenki.

#### Moduł 6: Komunikacja Asertywna i NVC w Relacjach

- Asertywność w relacjach: wyrażanie opinii, odmowa, reagowanie na manipulację.
- Model asertywnej wypowiedzi.
- Komunikacja bez przemocy (NVC) – 4 kroki.
- Ćwiczenie: praktyka asertywności i NVC.

#### Moduł 7: Adaptacja Stylu Komunikacji

- Jak dopasować komunikację do biostruktury rozmówcy.
- Rozpoznawanie sygnałów ostrzegawczych i szans w rozmowie.
- Ćwiczenia w parach: dopasowanie języka i argumentów.

#### Moduł 8: Trudne Sytuacje w Relacjach

- Radzenie sobie z konfliktem i napięciem.
- Sposoby reagowania w sytuacjach wysokiego stresu.
- Ćwiczenia: case study i symulacje rozmów.
- Podsumowanie dnia.

#### Dzień 3: Klucz do Praktycznego Zastosowania

#### Moduł 9: Triada Udanej Komunikacji

- Wprowadzenie: więcej sukcesu z ludźmi.
- Elementy Triady.
- Ćwiczenie 1: Sprawdź własną wiedzę na temat TRIOGRAMU.

#### Moduł 10: Czego Chcą Inni

- Przeważające motywy i oczekiwania.
- Strukturalny model komunikacji – fazy procesu rozmowy.
- Ćwiczenie 2: Reagowanie na potrzeby innych przy zachowaniu autentyczności.

#### Moduł 11: Rozmówcy według Dominant

- Ćwiczenie 3: Dominanta ZIELONA.
- Ćwiczenie 4: Dominanta CZERWONA.
- Ćwiczenie 5: Dominanta NIEBIESKA.
- Analiza różnic i strategii komunikacyjnych.

#### Moduł 12: Matryca Partnerstwa i Sygnały Komunikacyjne

- Sygnały sytuacyjne, produktowe i zadaniowe.

- Ćwiczenie 6: Sygnały produktowe.

- Ćwiczenie 7: Sygnały sytuacyjne.

Moduł 13: Argumentacja zorientowana na Motywatory

- Co motywuje każdą dominantę.
- Ćwiczenie 8: Motywatory dominanty ZIELONEJ.
- Ćwiczenie 9: Motywatory dominanty CZERWONEJ.
- Ćwiczenie 10: Motywatory dominanty NIEBIESKIEJ.

Moduł 14: Biokomunikacja

- Definicja i zasady.
- Ćwiczenie 11: Biokomunikacja.

Moduł 15: Słowniczek Dominant i Korespondencja

- Jak dominanta wpływa na komunikację pisemną.
- Ćwiczenie 12: Dopasowanie formy do dominanty.

Moduł 16: Najczęstsze Nieporozumienia i Opory

- Ćwiczenie 13: Opory dominanty ZIELONEJ.
- Ćwiczenie 14: Opory dominanty CZERWONEJ.
- Ćwiczenie 15: Opory dominanty NIEBIESKIEJ.

Moduł 17: Walidacja - egzamin - test wiedzy

Szkolenie trwa 25 godzin dydaktycznych, godzina dydaktyczna trwa 45 minut, w tym 17 godzin teoretycznych i 8 godzin praktycznych.

Przerwy w usłudze nie są wliczone w czas trwania usługi rozwojowej.

Szkolenie realizowane jest dla całej grupy uczestników szkolenia. Realizacja ćwiczeń w grupach 2, 3 lub 4 osobowych, w zależności od ćwiczenia praktycznego.

Warunki niezbędne do spełnienia, aby realizacja usługi pozwoliła na osiągnięcie celu głównego:

Po zakończeniu szkolenia przewidziana jest walidacja nabytej wiedzy w postaci jednego testu teoretycznego jednokrotnego wyboru, którego wynik generowany jest automatycznie. Walidacja efektów uczenia się jest wliczona w czas trwania szkolenia i zostanie przeprowadzona na zakończenie szkolenia w formie testu teoretycznego z wynikiem generowanym automatycznie.

Warunkiem zaliczenia szkolenia jest uzyskanie co najmniej 80% poprawnych odpowiedzi.

Z przyczyn niezależnych od Wykonawcy (np. losowych) harmonogram szkolenia może zostać nieznacznie zmieniony. Wszystkie informacje dostępne w jednostce szkolącej zostaną przekazane Operatorowi.

## **Harmonogram**

Liczba pozycji harmonogramu: 26

<b>Przedmiot / temat</b>	<b>Prowadzący</b>	<b>Data realizacji zajęć</b>	<b>Godzina rozpoczęcia</b>	<b>Godzina zakończenia</b>	<b>Liczba godzin</b>
1 z 26 Moduł 1: Wprowadzenie do metody STRUCTOGRAM® - rozmowa na żywo	Kinga Klejment	08-05-2026	10:00	11:30	01:30
2 z 26 Przerwa	Kinga Klejment	08-05-2026	11:30	11:45	00:15
3 z 26 Moduł 2: Odkrywanie Własnej Biostruktury - rozmowa na żywo, dyskusja, praca indywidualna	Kinga Klejment	08-05-2026	11:45	13:15	01:30
4 z 26 Przerwa obiadowa	Kinga Klejment	08-05-2026	13:15	13:45	00:30
5 z 26 Moduł 3: Samoświadomość i Przekonania - rozmowa na żywo, ćwiczenie	Kinga Klejment	08-05-2026	13:45	15:15	01:30
6 z 26 Przerwa	Kinga Klejment	08-05-2026	15:15	15:30	00:15
7 z 26 Moduł 4: Akceptacja Siebie i Swój Potencjał - rozmowa na żywo, dyskusja	Kinga Klejment	08-05-2026	15:30	17:00	01:30
8 z 26 Moduł 5: Rozpoznawanie Biostruktur Innych - rozmowa na żywo, ćwiczenie	Kinga Klejment	09-05-2026	09:00	11:15	02:15
9 z 26 Przerwa	Kinga Klejment	09-05-2026	11:15	11:30	00:15
10 z 26 Moduł 6: Komunikacja Asertywna i NVC w Relacjach - rozmowa na żywo, ćwiczenie	Kinga Klejment	09-05-2026	11:30	13:00	01:30
11 z 26 Przerwa obiadowa	Kinga Klejment	09-05-2026	13:00	13:30	00:30
12 z 26 Moduł 7: Adaptacja Stylu Komunikacji - rozmowa na żywo, ćwiczenie	Kinga Klejment	09-05-2026	13:30	15:00	01:30
13 z 26 Przerwa	Kinga Klejment	09-05-2026	15:00	15:15	00:15
14 z 26 Moduł 8: Trudne Sytuacje w Relacjach - rozmowa na żywo, ćwiczenie	Kinga Klejment	09-05-2026	15:15	16:45	01:30
15 z 26 Moduł 9: Triada Udanej Komunikacji - rozmowa na żywo, ćwiczenie	Kinga Klejment	10-05-2026	09:00	09:45	00:45
16 z 26 Moduł 10: Czego Chcą Inni - rozmowa na żywo, ćwiczenie	Kinga Klejment	10-05-2026	09:45	10:30	00:45
17 z 26 Przerwa	Kinga Klejment	10-05-2026	10:30	10:45	00:15
18 z 26 Moduł 11: Rozmówcy według Dominant - rozmowa na żywo, ćwiczenia	Kinga Klejment	10-05-2026	10:45	11:30	00:45
19 z 26 Moduł 12: Matryca Partnerstwa i Sygnały Komunikacyjne - rozmowa na żywo, ćwiczenia	Kinga Klejment	10-05-2026	11:30	12:15	00:45
20 z 26 Moduł 13: Argumentacja zorientowana na Motywatory - rozmowa na żywo, ćwiczenia	Kinga Klejment	10-05-2026	12:15	13:00	00:45
21 z 26 Przerwa	Kinga Klejment	10-05-2026	13:00	13:30	00:30
22 z 26 Moduł 14: Biokomunikacja - rozmowa na żywo, ćwiczenie	Kinga Klejment	10-05-2026	13:30	14:15	00:45
23 z 26 Moduł 15: Słowniczek Dominant i Korespondencja - rozmowa na żywo, ćwiczenie	Kinga Klejment	10-05-2026	14:15	14:45	00:30

<b>Przedmiot / temat</b>	<b>Prowadzący</b>	<b>Data realizacji zajęć</b>	<b>Godzina rozpoczęcia</b>	<b>Godzina zakończenia</b>	<b>Liczba godzin</b>
24 z 26 Przerwa	Kinga Klejment	10-05-2026	14:45	15:00	00:15
25 z 26 Moduł 16: Najczęstsze Nieporozumienia i Opory - ćwiczenia	Kinga Klejment	10-05-2026	15:00	15:45	00:45
26 z 26 Walidacja - test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie	Kinga Klejment	10-05-2026	15:45	16:00	00:15

## Cennik

### Cennik

- Rodzaj ceny  
Cena
- Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto  
3 500,00 PLN
- Koszt przypadający na 1 uczestnika netto  
3 500,00 PLN
- Koszt osobogodziny brutto  
140,00 PLN
- Koszt osobogodziny netto  
140,00 PLN

## Prowadzący

Liczba prowadzących: 1  
1 z 1

### Kinga Klejment

Doświadczona trenerka z ponad 15-letnim doświadczeniem w pracy z ludźmi. Specjalizuje się w rozwoju osobistym, technikach radzenia sobie ze stresem, budowaniu odporności psychicznej oraz zarządzaniu emocjami. Wspiera klientów w odzyskiwaniu kontroli nad swoim samopoczuciem, energią i jakością życia. Wierzy, że efektywne zarządzanie stresem jest kluczem do pełni potencjału, zarówno w życiu zawodowym, jak i prywatnym. Jej szkolenia charakteryzuje praktyczne podejście, empatia i dostosowanie do indywidualnych potrzeb uczestników, by każdy mógł znaleźć dla siebie skuteczne i trwałe rozwiązania.

Osoba prowadząca zajęcia spełnia warunek: doświadczenie zawodowe i kwalifikacje w zakresie powierzonych zadań zdobyte nie wcześniej niż 5 lat przed datą publikacji usługi w BUR.

## Informacje dodatkowe

### Informacje o materiałach dla uczestników usługi

W ramach szkolenia uczestnik otrzymuje autorskie materiały szkoleniowe (w formie elektronicznej):

- konspekty tematyczne,
- zestawy ćwiczeń.

### Informacje dodatkowe

Podstawa zwolnienia z VAT - art.43 ust. 1 pkt 29 ustawy o podatku od towarów i usług.

## **Warunki techniczne**

Forma szkolenia: Online, na żywo, z interaktywnym udziałem Trenerki.

Platforma: Profesjonalna platforma wideokonferencyjna (np. Zoom), zapewniająca stabilność i komfort komunikacji.

Minimalne wymagania techniczne: procesor 2-rdzeniowy 2GB pamięci RAM (lun 4-rdzeniowy)

System operacyjny Windows 8 (zalecany Windows 10) Mac wersja 10.13,

Przeglądarka internetowa GOOGLE Chrome, Mozilla,Firefox

Stałe łącze internetowe o prędkości 1,5 mbps

kamera, mikrofon i głośniki lub słuchawki,(ZOOM współpracuje z wszystkimi wbudowanymi w laptopy kamerami).Nie jest wymagana instalacja oprogramowania ani umiejętności informatyczne, aby dołączyć się do szkolenia.

Dołączenie następuje poprzez kliknięcie w indywidualny link wysłany mailem do uczestnika projektu przed szkoleniem. Uczestnik szkolenia każdorazowo przed zajęciami grupowymi otrzymuje zaproszenie na spotkanie online.

## **Kontakt**

**Kinga Klejment**

E-mail

kklejment11@gmail.com

Telefon

(+48) 514 112 159