



Centrum Doradcz-
Edukacyjne
ProEffecto dr
Marietta Blachnik-
Gęsiarz

Brak ocen dla tego dostawcy

Mosty zamiast murów - jak słuchać i mówić by być zrozumianym w codziennym życiu - szkolenie.

Numer usługi 2025/09/16/166091/3012586

📍 Bytom / stacjonarna
🏠 Usługa szkoleniowa
🕒 16 h
📅 27.11.2025 do 28.11.2025

5 200,00 PLN brutto
5 200,00 PLN netto
325,00 PLN brutto/h
325,00 PLN netto/h

Informacje podstawowe

Kategoria

Zdrowie i medycyna / Psychologia i rozwój osobisty

Grupa docelowa usługi

Szkolenie jest skierowane do wszystkich osób dorosłych, w szczególności pozostających bez pracy oraz osób zagrożonych wykluczeniem społecznym, które chcą podnieść swoje umiejętności komunikacji w celu lepszego funkcjonowania w sytuacjach dnia codziennego, w pracy lub podczas poszukiwania zatrudnienia. Szkolenie skierowane jest również do osób, które chcą rozwijać swoje kompetencje komunikacyjne w życiu codziennym i zawodowym oraz chcące zwiększyć swoją skuteczność w rozmowach (np. rodzinnych, towarzyskich, w sytuacjach społecznych).

Minimalna liczba uczestników

10

Maksymalna liczba uczestników

24

Data zakończenia rekrutacji

26-11-2025

Forma prowadzenia usługi

stacjonarna

Liczba godzin usługi

16

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

Usługa przygotowuje do stosowania skutecznej komunikacji interpersonalnej, w oparciu o komunikację werbalną i niewerbalną, techniki aktywnego słuchania oraz wyrażania potrzeb w relacjach interpersonalnych i sytuacjach konfliktowych doświadczanych w życiu codziennym.

Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Uczestnik charakteryzuje pojęcie komunikacji, jej kanały oraz bariery	- wymienia podstawowe kanały komunikacji - definiuje pojęcie komunikacji - wskazuje typowe bariery komunikacyjne	Test teoretyczny
Uczestnik rozróżnia komunikację werbalną i niewerbalną oraz opisuje znaczenie sygnałów niewerbalnych.	- rozróżnia komunikację werbalną i niewerbalną na podstawie przykładów sytuacji komunikacyjnych. - charakteryzuje funkcje i znaczenie głównych sygnałów niewerbalnych (mimika, gesty, postawa, kontakt wzrokowy) - wskazuje sytuacje, w których komunikacja niewerbalna wzmacnia lub zmienia przekaz werbalny.	Test teoretyczny
Uczestnik komunikuje się z wykorzystaniem zasad aktywnego słuchania, i parafrazy	- definiuje podstawowe zasady aktywnego słuchania - charakteryzuje znaczenie parafrazy w procesie komunikacji - identyfikuje zasady komunikacji transformującej i jej wpływ na skuteczność rozmowy - formułuje parafrazę zgodnie z zasadami skutecznej komunikacji.	Test teoretyczny
Uczestnik charakteryzuje sposoby wyrażania emocji i potrzeb oraz radzenia sobie w trudnych sytuacjach komunikacyjnych.	- charakteryzuje sposoby wyrażania własnych emocji i potrzeb - wskazuje strategie radzenia sobie w trudnych sytuacjach - uzasadnia jak odpowiednie formułowanie komunikatów wpływa na skuteczność rozmowy w sytuacjach konfliktowych.	Test teoretyczny

Kwalifikacje

Inne kwalifikacje

Uznane kwalifikacje

Pytanie 4. Czy dokument potwierdzający uzyskanie kwalifikacji jest rozpoznawalny i uznawalny w danej branży/sektorze (czy certyfikat otrzymał pozytywne rekomendacje od co najmniej 5 pracodawców danej branży/sektorów lub związku branżowego, zrzeszającego pracodawców danej branży/sektorów)?

TAK

Informacje

Podstawa prawna dla Podmiotów / kategorii Podmiotów	uprawnione do realizacji procesów walidacji i certyfikowania na mocy innych przepisów prawa
Nazwa Podmiotu prowadzącego walidację	Centrum Doradczo-Edukacyjne ProEffecto dr Marietta Blachnik-Gęsiarz
Podmiot prowadzący walidację jest zarejestrowany w BUR	Tak
Nazwa Podmiotu certyfikującego	Fundacja My Personality Skills
Podmiot certyfikujący jest zarejestrowany w BUR	Tak

Program

Uczestnik podczas szkolenia pozna zasady skutecznej komunikacji interpersonalnej, w oparciu o komunikację werbalną i niewerbalną, techniki aktywnego słuchania oraz wyrażania potrzeb w relacjach interpersonalnych i sytuacjach konfliktowych doświadczanych w życiu codziennym.

Szkolenie trwa 16 godzin zegarowych .

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

Organizator zastrzega, że harmonogram może ulec niewielkiemu przesunięciu ze względu na charakter szkolenia, tempo pracy uczestników i wykonywane ćwiczenia praktyczne.

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

Walidacja wliczona jest do czasu trwania szkolenia.

Szkolenie prowadzi do nabycia kwalifikacji: **Specjalista ds. komunikacji interpersonalnej**

Zajęcia kończą się testem wiedzy. Walidacja stanowi podstawę do otrzymania certyfikatu ukończenia szkolenia i nabycia kwalifikacji.

Szkolenie obejmuje część teoretyczną i praktyczną:

- Zajęcia teoretyczne trwają 9,45 h
- Zajęcia praktyczne wynoszą 4,15 h
- walidacja 0,5h

Szkolenie realizowane w formie stacjonarnej (2 dni szkoleniowe).

Liczba stanowisk jest zależna od finalnej liczby zapisanych uczestników (maksymalnie 24) , każdemu uczestnikowi przysługuje miejsce przy dwuosobowym stoliku (maksymalnie 12 stolików), krzesło, zestaw materiałów szkoleniowych - skrypt, długopis, karty pracy - co stanowi samodzielne stanowisko pracy. Ćwiczenia odbywać się będą w grupach 2 - 4 osobowych w zależności od ćwiczenia. Do dyspozycji prowadzącego i uczestników rzutnik i prezentacja.

DZIEŃ 1: Komunikacja podstawą relacji międzyludzkich

Część teoretyczna:

- Czym jest komunikacja? (kanały, bariery, znaczenie)
- Komunikacja werbalna i niewerbalna – co mówi ciało?
- Aktywne słuchanie i parafraza
- Komunikacja transformująca
- Słuchanie na 3 poziomach, pytania otwierające

Część praktyczna:

- Jak się przedstawiać i mówić o sobie w prosty sposób .
- Aktywne słuchanie i parafraza
- Komunikacja transformująca

DZIEŃ 2: Komunikacja w życiu codziennym

Część teoretyczna:

- Wyrażanie potrzeb i emocji bez konfliktu
- Jak radzić sobie w trudnych rozmowach (z urzędnikiem, pracodawcą, bliskimi itp)
- Komunikacja emocjonalna

Część praktyczna:

- Wyrażanie potrzeb i emocji bez konfliktu
- Symulacje rozmów – w urzędzie, u pracodawcy, z bliskimi - ćwiczenia
- Scenki rozmowa kwalifikacyjna, pierwsze spotkanie z pracodawcą - ćwiczenia

Harmonogram

Liczba przedmiotów/zajęć: 25

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
1 z 25 Powitanie, przedstawienie się uczestników, zasady współpracy	JOANNA BONCZYK	27-11-2025	08:00	08:30	00:30

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
2 z 25 Czym jest komunikacja? (kanały, bariery, znaczenie)	JOANNA BONCZYK	27-11-2025	08:30	09:30	01:00
3 z 25 Jak się przedstawiać i mówić o sobie w prosty sposób - ćwiczenia	JOANNA BONCZYK	27-11-2025	09:30	10:15	00:45
4 z 25 Przerwa	JOANNA BONCZYK	27-11-2025	10:15	10:30	00:15
5 z 25 Komunikacja werbalna i niewerbalna – co mówi ciało?	JOANNA BONCZYK	27-11-2025	10:30	11:15	00:45
6 z 25 Aktywne słuchanie i parafraza	JOANNA BONCZYK	27-11-2025	11:15	12:00	00:45
7 z 25 Aktywne słuchanie i parafraza - ćwiczenia	JOANNA BONCZYK	27-11-2025	12:00	12:30	00:30
8 z 25 Przerwa	JOANNA BONCZYK	27-11-2025	12:30	13:00	00:30
9 z 25 Komunikacja transformująca	JOANNA BONCZYK	27-11-2025	13:00	13:45	00:45
10 z 25 Słuchanie na 3 poziomach, pytania otwierające	JOANNA BONCZYK	27-11-2025	13:45	14:15	00:30
11 z 25 Komunikacja transformująca - ćwiczenia	JOANNA BONCZYK	27-11-2025	14:15	14:45	00:30
12 z 25 Przerwa	JOANNA BONCZYK	27-11-2025	14:45	15:00	00:15

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
13 z 25 Podsumowanie dnia: co odkryłem o sobie w komunikacji?	JOANNA BONCZYK	27-11-2025	15:00	16:00	01:00
14 z 25 Rozgrzewka komunikacyjna, refleksje po dniu pierwszym	JOANNA BONCZYK	28-11-2025	08:00	08:30	00:30
15 z 25 Wyrażanie potrzeb i emocji bez konfliktu	JOANNA BONCZYK	28-11-2025	08:30	09:30	01:00
16 z 25 Wyrażanie potrzeb i emocji bez konfliktu - ćwiczenia	JOANNA BONCZYK	28-11-2025	09:30	10:15	00:45
17 z 25 Przerwa	JOANNA BONCZYK	28-11-2025	10:15	10:30	00:15
18 z 25 Jak radzić sobie w trudnych rozmowach (z urzędnikiem, pracodawcą, bliskimi itp)	JOANNA BONCZYK	28-11-2025	10:30	11:30	01:00
19 z 25 Symulacje rozmów – w urzędzie, u pracodawcy, z bliskimi - ćwiczenia	JOANNA BONCZYK	28-11-2025	11:30	12:30	01:00
20 z 25 Przerwa obiadowa	JOANNA BONCZYK	28-11-2025	12:30	13:00	00:30
21 z 25 Komunikacja emocjonalna	JOANNA BONCZYK	28-11-2025	13:00	14:00	01:00
22 z 25 Scenki rozmowa kwalifikacyjna, pierwsze spotkanie z pracodawcą - ćwiczenia	JOANNA BONCZYK	28-11-2025	14:00	14:45	00:45

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
23 z 25 Przerwa	JOANNA BONCZYK	28-11-2025	14:45	15:00	00:15
24 z 25 Podsumowanie szkolenia	JOANNA BONCZYK	28-11-2025	15:00	15:30	00:30
25 z 25 Walidacja	-	28-11-2025	15:30	16:00	00:30

Cennik

Cennik

Rodzaj ceny	Cena
Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	5 200,00 PLN
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	5 200,00 PLN
Koszt osobogodziny brutto	325,00 PLN
Koszt osobogodziny netto	325,00 PLN
W tym koszt walidacji brutto	125,00 PLN
W tym koszt walidacji netto	125,00 PLN
W tym koszt certyfikowania brutto	125,00 PLN
W tym koszt certyfikowania netto	125,00 PLN

Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



1 z 1

JOANNA BONCZYK

Jestem trenerką kompetencji psychospołecznych, absolwentką Uniwersytetu SWPS na kierunku psychologia w biznesie, coachem. Swoje doświadczenie zdobywałam w czasie kilkunastoletniej pracy w działach handlowych oraz w pracy w marketingu. Obsługiwałam kontrahentów w całym kraju, promując znane, zagraniczne i polskie marki. Mam doświadczenie w kierowaniu działaniami

handlowymi, w budowaniu zespołów. Doświadczenie z ostatnich 5 lat: ponad 700 h szkoleń z zakresu sprzedaży, komunikacji i psychologicznych aspektów radzenia sobie z emocjami i ze stresem. Moją największą pasją są ludzie. Ogromną radość sprawia mi uczestnictwo we wzroście i rozwoju moich klientów zarówno na sali szkoleniowej jak i w pracy jeden na jeden w trakcie sesji coachingowych. Specjalizuję się w pracy z emocjami. Swoje warsztaty prowadzę opierając się na wartościach i rozwoju mentalnym uczestników.

Informacje dodatkowe

Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Uczestnik otrzyma materiały szkoleniowe w formie wydrukowanego skryptu oraz certyfikat ukończenia szkolenia. Do dyspozycji prowadzącego i uczestników rzutnik i prezentacja.

Informacje dodatkowe

Zastosowano zwolnienie z podatku VAT dla Uczestników, których poziom dofinansowania wynosi co najmniej 70% (na podstawie § 3 ust. 1 pkt 14 Rozporządzenia Ministra Finansów z dnia 20 grudnia 2013 r. w sprawie zwolnień od podatku od towarów i usług oraz warunków stosowania tych zwolnień (tekst jednolity Dz.U. z 2020 r., poz. 1983)).

Adres

ul. Świętochłowska 5/14
41-909 Bytom
woj. śląskie

Sala szkoleniowa jest przestronna i jasna, zapewniająca komfortowe warunki do nauki. Wyposażona jest w stoły i krzesła ustawione tak, aby sprzyjały interakcji i pracy w grupach. Na wyposażeniu znajduje się projektor multimedialny, ekran oraz niezbędne materiały biurowe. Sala jest dobrze wentylowana, co zapewnia komfort uczestnikom przez cały czas trwania szkolenia. W pobliżu miejsca szkolenia znajdują się przystanki autobusowe, co zapewnia łatwy dojazd komunikacją miejską.

Udogodnienia w miejscu realizacji usługi

- darmowy parking

Kontakt



Wioletta Kolodziejczyk

E-mail wk.kinko@wp.pl

Telefon (+48) 696 234 448