



Petra Consulting
Sylwia Petryna

★★★★★ 4,8 / 5

592 oceny

Trening interpersonalny

Numer usługi 2025/10/08/5795/3066339

📍 Wrocław / stacjonarna

🏠 Usługa szkoleniowa

🕒 40 h

📅 06.03.2026 do 08.03.2026

2 829,00 PLN brutto

2 300,00 PLN netto

70,73 PLN brutto/h

57,50 PLN netto/h

Informacje podstawowe

Kategoria

Biznes / Zarządzanie zasobami ludzkimi

Grupa docelowa usługi

Program adresujemy do wszystkich, którzy chcą pogłębić swoją wiedzę i efektywność kontaktu z ludźmi w pracy i życiu prywatnym. Zachęcamy do udziału przede wszystkim trenerów praktykujących, właścicieli/współwłaścicieli firm szkoleniowych, trenerów wewnętrznych, freelancerów, nauczycieli, menadżerów zarządzających zespołami i prowadzących spotkania grupowe, animatorów lokalnych inicjatyw społecznych, trenerów organizacji pozarządowych.

Minimalna liczba uczestników

8

Maksymalna liczba uczestników

12

Data zakończenia rekrutacji

05-03-2026

Forma prowadzenia usługi

stacjonarna

Liczba godzin usługi

40

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

Uczestnik rozumie siebie i swój sposób funkcjonowania w świecie, poprzez badanie siebie w bezpiecznym otoczeniu. Potrafi dokonać zmiany zachowań które przeszkadzają w budowaniu i utrzymywaniu dobrych relacji z innymi ludźmi.

Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Uczestnik posługuje się wiedzą na temat udzielania informacji zwrotnej, swoich reakcji oraz metod radzenia sobie ze stresem.	1. Obdarza refleksją swój proces komunikacji. 2. Udziela konstruktywnej informacji zwrotnej.	Obserwacja w warunkach symulowanych
Uczestnik posiada umiejętności zrozumienia siebie i innych ludzi, zmiany zachowań, które przeszkadzają w budowaniu i utrzymywaniu dobrych relacji z innymi.	1. Cechuje się samoświadomością w obszarze swoich zachowań, potrafi je nazwać oraz adekwatnie zastosować do zaistniałej sytuacji.	Obserwacja w warunkach symulowanych
Uczestnik posiada kompetencje skupienia się na problemie i działaniu, a nie na wartościowaniu osoby.	1. Prezentuje asertywną postawę. 2. Okazuje szacunek innym osobom.	Obserwacja w warunkach symulowanych

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

Trening interpersonalny – 40 godz. edukacyjnych obejmuje zagadnienia:

- Integracja z grupą warsztatową
- Doskonalenie umiejętności i zachowań komunikacyjnych, w tym nauka otrzymywania i udzielania informacji zwrotnej
- Weryfikacja i możliwość zmiany swoich zachowań i utrwalonych niepożądanych nawyków, które przeszkadzają w budowaniu i utrzymywaniu dobrych relacji z innymi ludźmi
- Poznanie reakcji swoich i innych osób na sytuacje konfliktowe i nauka radzenia sobie z konfliktem i w sytuacji konfliktu

Szkolenie kończy się walidacją prowadzoną przez walidatora (rozdzielczość funkcji z osobą trenera).

1 godzina dydaktyczna = 45 min zegarowych, w zależności od procesu grupowego realizowane są przerwy.

Trening interpersonalny to specyficzna forma pracy z rozwojem kompetencji – uczenie poprzez doświadczenie, im trwa dłużej, tym uczestnik ma mniej blokad a więcej zrozumienia dla procesu grupowego, w którym sam uczestniczy. Dzięki temu uczy się zarządzać sobą w procesie grupowym oraz zarządzania grupą.

Prosimy uczestników o wygodny strój, zaopatrzenie się w miękką poduchę i ew. koc.

Harmonogram

Liczba przedmiotów/zajęć: 3

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
1 z 3 Sesja I (14 godz. edukacyjnych wraz z przerwami)	Justyna Czempik	06-03-2026	09:00	20:00	11:00
2 z 3 Sesja II (14 godz. edukacyjnych wraz z przerwami)	Justyna Czempik	07-03-2026	09:00	20:00	11:00
3 z 3 Sesja III (12 godz. edukacyjnych wraz z przerwami)	Justyna Czempik	08-03-2026	09:00	18:30	09:30

Cennik

Cennik

Rodzaj ceny	Cena
Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	2 829,00 PLN
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	2 300,00 PLN
Koszt osobogodziny brutto	70,73 PLN
Koszt osobogodziny netto	57,50 PLN

Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



1 z 1

Justyna Czempik

Akredytowana Coach MCC w IFC a także w VCC oraz jako Trenerka w VCC. Posiada akredytację w zakresie bycia trenerem Kompetencji Społecznych. Uczy coachingu, prowadzi treningi interpersonalne, zajmuje się wdrażaniem zmian indywidualnie, zespołowo, organizacyjnie. Posiada certyfikat AgilePM, Scrum Master II, Management 3.0,

Prowadzi szkolenia z zarządzania sobą w czasie, komunikacji, konfliktu, odporności psychicznej, budowania zespołu, tworzenia realistycznych planów i strategii. Pracuje nad zmianami postaw. Facylituje.

Posiada wieloletnie doświadczenie jako trener biznesu i coach, oraz coach zespołowy pomagający innym w rozwoju kompetencji. Prowadzi również warsztaty dla coachów i trenerów. Uczy na wyższych uczelniach. Certyfikowana nauczycielka jogi.

Informacje dodatkowe

Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Trening interpersonalny jest specyficzną formą warsztatową. Uczestnicy nie dostają materiałów, doświadczają siebie w procesie grupowym.

Informacje dodatkowe

Trening interpersonalny jako specyficzna forma pracy z rozwojem kompetencji – uczenie poprzez doświadczenie, im trwa dłużej, tym uczestnik ma mniej blokad a więcej zrozumienia dla procesu grupowego, w którym sam uczestniczy. Dzięki temu uczy się zarządzać sobą w procesie grupowym oraz zarządzania grupą.

Prosimy uczestników o wygodny strój, zaopatrzenie się w miękką poduchę i ew. koc.

1 godzina dydaktyczna = 45 min zegarowych

Adres

Wrocław

Wrocław

woj. dolnośląskie

Szczegółowa lokalizacja zostanie podana na tydzień przed szkoleniem. Trening odbywa się na Dolnym Śląsku, okolice Wałbrzycha lub Wrocławia.

Udogodnienia w miejscu realizacji usługi

- Klimatyzacja
- Wi-fi

Kontakt



Sylwia Petryna

E-mail biuro@petraconsulting.pl

Telefon (+48) 507 057 730