



UNICO SP. Z O.O.

★★★★★ 4,9 / 5
331 ocen

Unico Rozwój: Efektywna komunikacja – warsztaty praktyczne z aktywnego słuchania, informacji zwrotnej i rozwiązywania konfliktów. Szkolenie online prowadzi Renata Rybacka.

Numer usługi 2025/10/09/160223/3068620

📍 zdalna w czasie rzeczywistym

🏠 Usługa szkoleniowa

🕒 18 h

📅 01.12.2025 do 08.12.2025

3 060,00 PLN brutto

3 060,00 PLN netto

170,00 PLN brutto/h

170,00 PLN netto/h

Informacje podstawowe

Kategoria

Biznes / Zarządzanie zasobami ludzkimi

Grupa docelowa usługi

Szkolenie skierowane jest do osób, które chcą poprawić swoje umiejętności komunikacyjne w różnych kontekstach zawodowych i osobistych. W szczególności polecane jest liderom zespołów, menedżerom, osobom pracującym w trybie zdalnym oraz każdemu, kto chce świadomie porozumiewać się z innymi i budować relacje oparte na zaufaniu i zrozumieniu.

Minimalna liczba uczestników

1

Maksymalna liczba uczestników

10

Data zakończenia rekrutacji

30-11-2025

Forma prowadzenia usługi

zdalna w czasie rzeczywistym

Liczba godzin usługi

18

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 samodzielnego i skutecznego prowadzenia rozmów interpersonalnych w środowisku zawodowym i prywatnym. Szkolenie przygotowuje do stosowania technik aktywnego słuchania, udzielania

konstruktywnej informacji zwrotnej, wykorzystywania mowy niewerbalnej oraz dopasowywania stylu komunikacji do odbiorcy. Szkolenie przygotowuje także do stosowania narzędzi komunikacyjnych w sytuacjach konfliktowych oraz w relacjach zespołowych.

Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Rozpoznaje i stosuje różne style komunikacji	Potrafi dopasować sposób rozmowy do odbiorcy	Wywiad ustrukturyzowany
Stosuje aktywne słuchanie i parafrazę	Wskazuje poprawne przykłady aktywnego słuchania	Wywiad ustrukturyzowany
Udziela konstruktywnej informacji zwrotnej	Formułuje wypowiedzi zgodnie z modelem feedbacku	Wywiad ustrukturyzowany
Wykorzystuje mowę niewerbalną i głos do wzmacniania przekazu	Rozpoznaje elementy mowy ciała w przykładowych sytuacjach	Wywiad ustrukturyzowany
Radzi sobie w trudnych rozmowach i sytuacjach konfliktowych	Wybiera odpowiednie strategie komunikacyjne	Wywiad ustrukturyzowany
Posługuje się językiem perswazji i technikami motywującymi	Identyfikuje narzędzia językowe w podanych przykładach	Wywiad ustrukturyzowany
Buduje relacje w zespole oparte na zaufaniu i zrozumieniu	Wskazuje sposoby wzmacniania współpracy	Wywiad ustrukturyzowany

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

Dzień 1

- Style komunikacji i ich dopasowanie do rozmówcy
- Mowa ciała i głos w komunikacji
- Aktywne słuchanie – ćwiczenia praktyczne
- Budowanie relacji i zaufania w rozmowie

Dzień 2

- Konstruktywna informacja zwrotna – model i ćwiczenia
- Techniki perswazji i jasnego przekazu
- Radzenie sobie w trudnych rozmowach
- Rozwiązywanie konfliktów i komunikacja przywódcza

Walidacja efektów uczenia się

- Szkolenie prowadzone jest w grupach od 1 do 10 osób
- Uczestnik posiada samodzielne stanowisko pracy.
- Warunkiem koniecznym do osiągnięcia celu szkolenia jest 100% frekwencja oraz zaangażowanie Uczestnika.
- Usługa realizowana jest w 18 godzinach dydaktycznych (godzina dydaktyczna = 45 minut).
- Zajęcia praktyczne: 4 godziny dydaktyczne / zajęcia teoretyczne: 14 godzin dydaktycznych
- Przerwy nie wliczają się do godzin usługi.
- Metoda weryfikacji obecności Uczestnika: eksport raportu logowań aplikacji Zoom.

Harmonogram

Liczba przedmiotów/zajęć: 10

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
1 z 10 Style komunikacji i ich dopasowanie (teoria)	Renata Rybacka	01-12-2025	10:00	11:30	01:30
2 z 10 Mowa ciała i głos w komunikacji (teoria)	Renata Rybacka	01-12-2025	11:45	13:15	01:30
3 z 10 Aktywne słuchanie – ćwiczenia praktyczne (praktyka)	Renata Rybacka	01-12-2025	13:45	15:15	01:30
4 z 10 Budowanie relacji i zaufania w rozmowie (teoria)	Renata Rybacka	01-12-2025	15:30	17:45	02:15

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
5 z 10 Konstruktywna informacja zwrotna (teoria)	Renata Rybacka	08-12-2025	10:00	11:30	01:30
6 z 10 Techniki perswazji i jasnego przekazu (teoria)	Renata Rybacka	08-12-2025	11:45	13:15	01:30
7 z 10 Radzenie sobie w trudnych rozmowach (teoria)	Renata Rybacka	08-12-2025	13:45	15:15	01:30
8 z 10 Rozwiązywanie konfliktów i komunikacja przywódcza (teoria)	Renata Rybacka	08-12-2025	15:30	16:15	00:45
9 z 10 Rozwiązywanie konfliktów – ćwiczenia praktyczne (praktyka)	Renata Rybacka	08-12-2025	16:15	17:15	01:00
10 z 10 Walidacja efektów uczenia się	-	08-12-2025	17:15	17:45	00:30

Cennik

Cennik

Rodzaj ceny	Cena
Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	3 060,00 PLN
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	3 060,00 PLN
Koszt osobogodziny brutto	170,00 PLN
Koszt osobogodziny netto	170,00 PLN

Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



1 z 1

Renata Rybacka

Dr Renata Rybacka – doktor nauk społecznych w specjalizacji nauk o bezpieczeństwie, wykładowca Uczelni Łukaszewski w Warszawie, gdzie prowadzi zajęcia na studiach magisterskich, podyplomowych, MBA, DBA oraz kursach Mediator Sądowy. Członkini Rady Społeczno-Gospodarczej przy Uczelni Łukaszewski. Absolwentka studiów pedagogicznych, psychotraumatologii, psychologii i filozofii, przywództwa i coachingu oraz licznych kursów.

Autorka kilkunastu artykułów naukowych i psychologicznych oraz książek. Założycielka firmy SZTUKA KOMUNIKACJI, która oferuje szkolenia z komunikacji w oparciu nie tylko o wiedzę teoretyczną, ale także praktyczne doświadczenie w pracy w biznesie. Dzięki temu uczestnicy mają możliwość zdobycia wiedzy i umiejętności, które będą dla nich przydatne w codziennej pracy. Dyrektor Centrum Edukacji Nowych Technologii (CENT), organizującego konferencje naukowe i promującego bezpieczeństwo w świecie nowych technologii.

Certyfikowany Coach ACC, Trener Neurolingwistycznego Programowania, Mediator Sądowy i Mentor, specjalizuje się w budowaniu skutecznych relacji i rozwoju osobistym. W ciągu ostatnich 5 lat przeprowadziła liczne szkolenia z metody Neurolingwistycznego Programowania, w tym ponad 3000 godzin szkoleniowych w 2024 roku. Laureatka nagród, m.in. Business Woman & life 2024, Medal Przedsiębiorczości 2024 oraz wyróżnień „Jestem kobietą i sięgam po więcej” oraz SUPER WOMAN 2024.

Informacje dodatkowe

Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Materiały szkoleniowe w formie PDF (prezentacje) są udostępniane uczestnikom drogą elektroniczną.

Warunki uczestnictwa

Uczestnik powinien posiadać:

- komputer/laptop z dostępem do Internetu,
- kamerę, mikrofon i słuchawki/głośniki,
- aktualną przeglądarkę (zalecane: Chrome/Firefox),
- możliwość instalacji aplikacji Zoom.

Informacje dodatkowe

Usługa szkoleniowa jest zwolniona z podatku VAT, pod warunkiem że dofinansowanie pokrywa co najmniej 70% kosztów szkolenia. W przypadku mniejszego wsparcia finansowego, do ceny netto usługi dodawany jest podatek VAT w wysokości 23%.

Przepis na podstawie którego stosowane jest zwolnienie od podatku: Zwolnienie z podatku VAT 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 2025 r. poz. 832).

Warunki techniczne

Platforma / rodzaj komunikatora, za pośrednictwem którego prowadzona będzie usługa

- Platforma Zoom (<https://zoom.us/>)

Minimalne wymagania sprzętowe, jakie musi spełniać komputer uczestnika lub inne urządzenie do zdalnej komunikacji

- Komputer, laptop lub tablet z dostępem do internetu.
- Procesor: Minimalnie jednordzeniowy 1 GHz, zalecany dwurdzeniowy 2 GHz lub lepszy (np. Intel i3/i5/i7 lub AMD ekwiwalent).
- Pamięć RAM: Minimalnie 2 GB, zalecane 4 GB lub więcej.

Minimalne wymagania dotyczące parametrów łącza sieciowego, jakim musi dysponować uczestnik

- Minimalna prędkość łącza: 600 kb/s dla wideo wysokiej jakości, zalecane minimum 1,2 Mb/s dla wideo 720p i 3,8 Mb/s dla wideo 1080p.

Niezbędne oprogramowanie umożliwiające uczestnikom dostęp do prezentowanych treści i materiałów

- System operacyjny: Windows 7 lub nowszy, macOS 10.10 lub nowszy, Linux, iOS, Android.
- Zainstalowana aktualna wersja jednej z przeglądarek: Google Chrome, Mozilla Firefox, Safari, Edge lub Opera.
- Nie ma potrzeby instalowania specjalnego oprogramowania, ale dostęp do aplikacji Zoom może poprawić jakość połączenia.

Okres ważności linku umożliwiającego uczestnictwo w spotkaniu online

- Link jest ważny do momentu zakończenia spotkania lub webinaru.

Zalecane parametry łącza internetowego

- Łącze internetowe o minimalnej przepustowości 600 kb/s dla wideo wysokiej jakości, zalecane minimum 1,2 Mb/s dla wideo 720p i 3,8 Mb/s dla wideo 1080p. Dla grupowych połączeń wideo zalecane 1,0 Mb/s dla wideo wysokiej jakości i do 3,8 Mb/s dla wideo 1080p. Udostępnianie ekranu bez miniaturki wideo wymaga 50–75 kb/s, z miniaturką 50–150 kb/s. Audio VoIP: 60–80 kb/s, Zoom Phone: 60–100 kb/s.

Kontakt



Rafał Lisser

E-mail kontakt@unico.org.pl

Telefon (+48) 724 787 771