



Dropout na uczelniach. Jak zapobiegać rezygnacji ze studiów - wspieranie studentów na ścieżce akademickiej

Numer usługi 2025/10/23/189394/3100296

1 968,00 PLN brutto
1 600,00 PLN netto
164,00 PLN brutto/h
133,33 PLN netto/h

Optima Centrum

Rozwoju i

Kształcenia Kadr

Spółka cywilna

Agata Schilf, Izabela

Białasik

Brak ocen dla tego dostawcy

📍 Gdańsk / stacjonarna

🏠 Usługa szkoleniowa

🕒 12 h

📅 15.12.2025 do 16.12.2025

Informacje podstawowe

Kategoria	Inne / Edukacja
Grupa docelowa usługi	Kadra dydaktyczna, opiekunowie akademicki, doradcy studenccy, administracja uczelni.
Minimalna liczba uczestników	1
Maksymalna liczba uczestników	12
Data zakończenia rekrutacji	05-12-2025
Forma prowadzenia usługi	stacjonarna
Liczba godzin usługi	12
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

Celem szkolenia przygotowanie kadry uczelni do wspierania studentów w pokonywaniu trudności związanych z przeciążeniem nauką, wypaleniem akademickim i brakiem motywacji, poprzez promowanie nowych podejść do zdobywania wiedzy oraz budowanie środowiska sprzyjającego ich sukcesowi i satysfakcji ze studiów.

Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Wiedza: Uczestnik zna główne przyczyny rezygnacji ze studiów oraz czynniki ryzyka, takie jak przeciążenie nauką, brak wsparcia społecznego, trudności adaptacyjne czy problemy psychiczne i finansowe. Rozumie znaczenie wczesnego rozpoznawania objawów przeciążenia i mechanizmów wypalenia akademickiego. Zna nowoczesne podejścia do nauki, metody aktywizujące studentów i techniki zwiększające efektywność uczenia się. Rozumie rolę wykładowcy, opiekuna i mentora w budowaniu środowiska wspierającego rozwój i retencję studentów. Umiejętności: Uczestnik potrafi identyfikować studentów z grup ryzyka na podstawie obserwacji zachowań i wyników w nauce. Umie prowadzić rozmowę wspierającą z osobą zniechęconą lub przeciążoną oraz reagować na sygnały wypalenia. Potrafi doradzić studentom skuteczne techniki organizacji czasu, planowania nauki i regeneracji. Umie tworzyć działania wzmacniające motywację (mentoring, integracja, warsztaty) oraz przygotować plan wsparcia i działań naprawczych dla wydziału lub uczelni. Kompetencje społeczne: Uczestnik potrafi budować relację opartą na empatii i zaufaniu, wspierać studentów w sposób partnerski i niedyrektywny. Wykazuje gotowość do współpracy interdyscyplinarnej (z administracją, psychologami, opiekunami) w celu przeciwdziałania rezygnacjom ze studiów. Działa w duchu otwartości, zrozumienia i troski o dobrostan studentów. Jest świadomy roli kadry uczelni w tworzeniu przyjaznego środowiska sprzyjającego sukcesowi akademickiemu.	Uczestnik potrafi wskazać główne przyczyny rezygnacji ze studiów i rozpoznaje objawy przeciążenia oraz wypalenia akademickiego. Umie zidentyfikować studentów wymagających wsparcia i zaplanować odpowiednie działania pomocowe. Stosuje techniki rozmowy wspierającej i doradza skuteczne strategie uczenia się. Wykazuje empatię, refleksyjność i gotowość do współpracy na rzecz tworzenia przyjaznego środowiska akademickiego.	Test teoretyczny

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

Moduł 1: Dlaczego studenci rezygnują ze studiów?

1. Analiza głównych przyczyn rezygnacji:

1. Przeciążenie obowiązkami akademickimi i nieefektywne metody nauki.
2. Trudności w adaptacji do nowego środowiska edukacyjnego.
3. Brak wsparcia społecznego i emocjonalnego.
4. Problemy finansowe, zdrowotne i psychiczne.

2. Nowa rzeczywistość nauki:

1. Jak tradycyjne podejście do nauczania wpływa na motywację i wyniki studentów?
2. Wpływ cyfryzacji, dostępności wiedzy i multitaskingu na studencką efektywność.

3. Grupy ryzyka:

1. Studenci pierwszego roku, osoby z małych miejscowości, międzynarodowi, osoby pracujące.

Moduł 2: Wczesne rozpoznawanie problemów i przeciążenia nauką

1. Objawy przeciążenia nauką:

1. Chroniczne zmęczenie, brak motywacji, trudności w skupieniu.
2. Niska efektywność nauki mimo dużego nakładu czasu.
3. Wycofanie społeczne, spadek zaangażowania w życie akademickie.

2. Rozpoznawanie problemów u studentów:

1. Sygnały ostrzegawcze w zachowaniu (np. unikanie zajęć, brak terminowości).
2. Jak zidentyfikować studentów, którzy potrzebują wsparcia?

3. Ćwiczenia praktyczne:

1. Studium przypadku: rozpoznawanie problemów na podstawie przykładów z życia.

Moduł 3: Nowoczesne podejście do zdobywania wiedzy i radzenie sobie z przeciążeniem nauką

1. Wprowadzenie nowych metod nauki:

1. Zasada „uczenia się mniej, ale mądrzej” – skupienie na kluczowych treściach i praktyce.
2. Techniki aktywnego uczenia się: mapy myśli, metoda Feynmana, nauka przez działanie.
3. Korzystanie z technologii: aplikacje i narzędzia wspomagające organizację i naukę.

2. Równowaga między nauką a odpoczynkiem:

1. Jak przerwy i regeneracja poprawiają efektywność nauki?
2. Wprowadzenie technik takich jak Pomodoro i mindfulness w codziennym planowaniu.

3. Pomoc studentom w radzeniu sobie z przeciążeniem:

1. Jak tworzyć spersonalizowane plany nauki?
2. Znaczenie krótkoterminowych celów i sukcesów w budowaniu motywacji.
3. Organizacja czasu i priorytetów: co student powinien wiedzieć?

Moduł 4: Strategie wsparcia studentów w kryzysie

1. Jak wspierać studentów emocjonalnie i akademicko?

1. Budowanie relacji opartej na zaufaniu.
2. Jak rozmawiać ze studentami, którzy czują się przytłoczeni?
3. Wspieranie pewności siebie i poczucia skuteczności.

2. Rola dydaktyków i mentorów:

1. Elastyczne podejście do wymagań: jak pomagać studentom w kryzysie bez obniżania standardów akademickich?
2. Promowanie kultury otwartości i współpracy na uczelni.

3. Ćwiczenia praktyczne:

1. Symulacje rozmów z różnymi typami studentów (np. z brakiem motywacji, przeciążonym materiałem, niepewnym swojej ścieżki).

Moduł 5: Tworzenie środowiska wspierającego na uczelni

1. Jak tworzyć przyjazne środowisko akademickie?

1. Organizowanie warsztatów dla studentów z efektywnego uczenia się i zarządzania czasem.
2. Promowanie wydarzeń integracyjnych i inicjatyw społecznościowych.
3. Wdrażanie systemu mentoringu studenckiego.

2. Wczesne reagowanie na kryzysy:

1. Jak skutecznie komunikować się między działami uczelni (dydaktyką, administracją, psychologami)?
2. Ułatwienia dla studentów przeciążonych obowiązkami (np. elastyczne terminy, konsultacje).

3. Ćwiczenia praktyczne:

1. Opracowanie planu działań wspierających studentów na danym wydziale lub uczelni.

Moduł 6: Monitorowanie i ewaluacja

1. Jak monitorować zaangażowanie studentów?

1. Wykorzystanie danych: analiza frekwencji, wyników egzaminów i ankiet studenckich.
2. Systemy wczesnego ostrzegania: identyfikacja studentów z problemami.

2. Ewaluacja wdrożonych działań:

1. Jak mierzyć skuteczność działań przeciwdziałających rezygnacji?
2. Wdrażanie ulepszeń na podstawie feedbacku od studentów.

3. Ćwiczenia praktyczne:

1. Tworzenie modelu wsparcia i ewaluacji dla konkretnego wydziału.

Moduł 7: Podsumowanie i dyskusja

- Wnioski z warsztatów: najważniejsze strategie i rozwiązania.
- Sesja pytań i odpowiedzi.
- Wspólne opracowanie planów działań dostosowanych do specyfiki uczelni.

Oczekiwane rezultaty:

- Umiejętność wczesnego rozpoznawania przeciążenia i innych problemów studenckich.
- Promowanie efektywnych metod nauki i technik radzenia sobie z przeciążeniem.
- Tworzenie środowiska akademickiego sprzyjającego utrzymaniu studentów na uczelni.
- Zwiększenie retencji studentów i ich satysfakcji z procesu kształcenia.

Harmonogram

Liczba przedmiotów/zajęć: 18

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
1 z 18 Test wiedzy PRE-TEST	-	15-12-2025	09:00	09:10	00:10
2 z 18 Moduł 1: Dlaczego studenci rezygnują ze studiów? Analiza głównych przyczyn rezygnacji	Małgorzata Żyhałko	15-12-2025	09:10	09:55	00:45
3 z 18 Nowa rzeczywistość nauki: jak tradycyjne podejście do nauczania wpływa na motywację i wyniki studentów? Wpływ cyfryzacji, dostępności wiedzy i multitaskingu na studencką efektywność. Grupy ryzyka	Małgorzata Żyhałko	15-12-2025	09:55	10:40	00:45
4 z 18 Moduł 2: Wczesne rozpoznawanie problemów i przeciążenia nauką. Objawy przeciążenia nauką: chroniczne zmęczenie, brak motywacji, trudności w skupieniu. Niska efektywność nauki	Małgorzata Żyhałko	15-12-2025	10:40	11:25	00:45

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
5 z 18 Moduł 2 (cd.): Rozpoznawanie problemów u studentów: sygnały ostrzegawcze w zachowaniu (np. unikanie zajęć, brak terminowości). Jak zidentyfikować studentów, którzy potrzebują wsparcia?	Małgorzata Żyhałko	15-12-2025	11:25	12:10	00:45
6 z 18 Moduł 3: Nowoczesne podejście do zdobywania wiedzy i radzenie sobie z przeciążeniem nauką. Wprowadzenie nowych metod nauki: zasada „uczenia się mniej, ale mądrzej”. Techniki aktywnego uczenia się	Małgorzata Żyhałko	15-12-2025	12:10	12:55	00:45
7 z 18 Moduł 3 (cd.): Równowaga między nauką a odpoczynkiem: jak przerwy i regeneracja poprawiają efektywność nauki? Wprowadzenie technik takich jak Pomodoro i mindfulness	Małgorzata Żyhałko	15-12-2025	12:55	13:40	00:45

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
8 z 18 Moduł 3 (cd.): Znaczenie krótkoterminowych celów i sukcesów w budowaniu motywacji. Organizacja czasu i priorytetów: co student powinien wiedzieć?	Małgorzata Żyhałko	15-12-2025	13:40	14:25	00:45
9 z 18 Moduł 4: Strategie wsparcia studentów w kryzysie. Jak wspierać studentów emocjonalnie i akademicko? Budowanie relacji opartej na zaufaniu.	Małgorzata Żyhałko	15-12-2025	14:25	15:00	00:35
10 z 18 Moduł 4 (cd.): Wspieranie pewności siebie i poczucia skuteczności. Rola dydaktyków i mentorów: elastyczne podejście do wymagań – jak pomagać studentom w kryzysie bez obniżania standardów akademickich?	Małgorzata Żyhałko	16-12-2025	09:00	09:45	00:45
11 z 18 Moduł 4 (cd.): Ćwiczenia praktyczne: symulacje rozmów z różnymi typami studentów (np. z brakiem motywacji, przeciążonym materiałem, niepewnym swojej ścieżki).	Małgorzata Żyhałko	16-12-2025	09:45	10:30	00:45

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
12 z 18 Moduł 5: Tworzenie środowiska wspierającego na uczelni. Jak tworzyć przyjazne środowisko akademickie? Organizowanie warsztatów dla studentów z efektywnego uczenia się	Małgorzata Żyhałko	16-12-2025	10:30	11:15	00:45
13 z 18 Moduł 5 (cd.): Wdrażanie systemu mentoringu studenckiego. Wczesne reagowanie na kryzysy: jak skutecznie komunikować się między działami uczelni (dydaktyką, administracją, psychologami)?	Małgorzata Żyhałko	16-12-2025	11:15	12:00	00:45
14 z 18 Moduł 5 (cd.): Ułatwienia dla studentów przeciążonych obowiązkami (np. elastyczne terminy, konsultacje). Ćwiczenia praktyczne: opracowanie planu działań wspierających studentów	Małgorzata Żyhałko	16-12-2025	12:00	12:45	00:45

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
15 z 18 Moduł 6: Monitorowanie i ewaluacja. Jak monitorować zaangażowanie studentów? Wykorzystanie danych: analiza frekwencji, wyników egzaminów i ankiet studenckich. Systemy wczesnego ostrzegania	Małgorzata Żyhałko	16-12-2025	12:45	13:30	00:45
16 z 18 Moduł 6 (cd.): Ewaluacja wdrożonych działań: jak mierzyć skuteczność działań przeciwdziałających rezygnacji? Wdrażanie ulepszeń na podstawie feedbacku od studentów.	Małgorzata Żyhałko	16-12-2025	13:30	14:15	00:45
17 z 18 Moduł 7: Podsumowanie i dyskusja. Wnioski z warsztatów: najważniejsze strategie i rozwiązania. Sesja pytań i odpowiedzi. Wspólne opracowanie planów działań dostosowanych do specyfiki uczelni.	Małgorzata Żyhałko	16-12-2025	14:15	14:50	00:35
18 z 18 Test wiedzy POST-TEST	Małgorzata Żyhałko	16-12-2025	14:50	15:00	00:10

Cennik

Cennik

Rodzaj ceny	Cena
Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	1 968,00 PLN
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	1 600,00 PLN
Koszt osobogodziny brutto	164,00 PLN
Koszt osobogodziny netto	133,33 PLN

Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



1 z 1

Małgorzata Żyhałko

Doświadczona trenerka, która swoją zawodową drogę budowała przez ponad 20 lat, łącząc wiedzę teoretyczną z praktyką. Ukończyła psychologię biznesu i przywództwa, studiowała na wydziale prawa UG, z wyróżnieniem ukończyła wydział ekonomii na Politechnice Gdańskiej. Jest również absolwentką zarządzania na Akademii Leona Koźmińskiego – uczelni, która łączy teorię z konkretnymi, praktycznymi umiejętnościami.

Przez ponad 15 lat zarządzała dużym pionem sprzedażowym w sektorze publicznym i prywatnym, gdzie zdobyła nieocenione doświadczenie w obszarze zarządzania zespołami, planowania strategicznego oraz wdrażania skutecznych rozwiązań biznesowych. Zarządzanie ludźmi w trudnych warunkach, wyznaczanie celów i motywowanie – to był jej chleb powszedni.

Od 20 lat dzieli się swoją wiedzą i doświadczeniem z innymi. Ukończyła liczne kursy i szkolenia z zakresu coachingu, szeroko rozumianej komunikacji oraz dialogu motywacyjnego, co sprawia, że jej sesje są nie tylko merytoryczne, ale i pełne energii, angażujące uczestników w proces rozwoju. Zdecydowanie stawia na umiejętności miękkie, bo wie, że w dzisiejszym świecie to one decydują o sukcesie. Pracuje z pełną świadomością, że doświadczenie i pasja to klucz do skutecznego rozwoju.

Małgorzata Żyhałko to trenerka, która zna wartość pracy z ludźmi i wie, jak ważne jest, by każdy uczestnik szkoleń wyszedł z nich nie tylko z nowymi umiejętnościami, ale także z poczuciem, że może zrobić kolejny krok naprzód.

Informacje dodatkowe

Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Uczestnicy otrzymają autorskie materiały szkoleniowe

Warunki uczestnictwa

- Wypełnienie formularza jest równoznaczne ze zgłoszeniem i akceptacją

Regulaminu.

- W ciągu 24 godzin wyślemy Państwu wiadomość z potwierdzeniem przyjęcia zgłoszenia.
- W przypadku braku takiej wiadomości, prosimy o kontakt z Biurem Obsługi Klienta.
- Potwierdzenie organizacji szkolenia prześlemy na adres e-mail podany w formularzu:
 - najpóźniej na 14 dni przed szkoleniem (szkolenia stacjonarne)

Informacje dodatkowe

Informacja o zwolnieniu z VAT

W przypadku finansowania szkolenia ze środków publicznych w co najmniej 70%, usługa jest **zwolniona z podatku VAT**

Warunkiem zastosowania zwolnienia jest **złożenie przez uczestnika/institucję finansującą szkolenie odpowiedniego oświadczenia.**

Adres

ul. Piastowska 1

80-332 Gdańsk

woj. pomorskie

Hotel Oliwski w Gdańsku

Udogodnienia w miejscu realizacji usługi

- Klimatyzacja
- Wi-fi

Kontakt



Agata Schilf

E-mail optima@optima.edu.pl

Telefon (+48) 603 421 508