



Psychologia autoprezentacji i skutecznych wystąpień publicznych

Numer usługi 2025/10/29/193341/3114776

1 300,00 PLN brutto

1 056,91 PLN netto

162,50 PLN brutto/h

132,11 PLN netto/h

CONCEPCION
SPÓŁKA Z
OGRANICZONĄ
ODPOWIEDZIALNOŚĆ
CIĄ

Brak ocen dla tego dostawcy

📍 Bydgoszcz / stacjonarna

🏠 Usługa szkoleniowa

🕒 8 h

📅 08.06.2026 do 08.06.2026

Informacje podstawowe

Kategoria	Zdrowie i medycyna / Psychologia i rozwój osobisty
Grupa docelowa usługi	Menedżerowie, liderzy zespołów Sprzedawcy i konsultanci Pracownicy odpowiedzialni za prezentacje, raporty i szkolenia wewnętrzne Osoby chcące rozwijać pewność siebie w kontaktach biznesowych
Minimalna liczba uczestników	1
Maksymalna liczba uczestników	12
Data zakończenia rekrutacji	18-05-2026
Forma prowadzenia usługi	stacjonarna
Liczba godzin usługi	8
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 jest rozwinięcie kompetencji w zakresie autoprezentacji i wystąpień publicznych, aby uczestnicy potrafili skutecznie przekazywać informacje, wpływać na odbiorców i budować profesjonalny wizerunek w pracy i

biznesie.

Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Potrafi świadomie przygotować i poprowadzić prezentację lub wystąpienie	Ocena prezentacji przygotowanej i wygłoszonej przez uczestnika	Prezentacja
Rozumie wpływ emocji, mowy ciała i tonu głosu na odbiór komunikatu	Symulacje wystąpień publicznych i prezentacji grupowych	
Potrafi kontrolować stres i treść podczas wystąpień	Feedback trenera i uczestników	
Potrafi angażować i przekonywać słuchaczy	Test wiedzy teoretycznej dotyczącej zasad autoprezentacji	
Rozwija pewność siebie w kontaktach biznesowych		

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

Blok tematyczny	Zakres tematyczny	Efekty uczenia się
1. Psychologia autoprezentacji	Elementy wizerunku, pewność siebie, postawa	Rozumie zasady autoprezentacji i budowania pozytywnego wizerunku

2. Wystąpienia publiczne	Przygotowanie, struktura prezentacji, storytelling	Potrafi przygotować skuteczną prezentację lub przemówienie
3. Mowa ciała i komunikacja niewerbalna	Gesty, mimika, kontakt wzrokowy, ton głosu	Potrafi świadomie wykorzystywać mowę ciała i głos w wystąpieniach
4. Radzenie sobie ze stresem i treścią	Techniki oddechowe, wizualizacja, ćwiczenia praktyczne	Potrafi kontrolować stres i treść podczas wystąpień
5. Ćwiczenia praktyczne	Symulacje wystąpień, mini-prezentacje, analiza feedbacku	Potrafi zastosować poznane techniki w praktyce i zwiększać wpływ na odbiorców

Harmonogram

Liczba przedmiotów/zajęć: 6

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
1 z 6 Psychologia autoprezentacji	MONIKA BYLICKA	08-06-2026	09:00	10:00	01:00
2 z 6 Wystąpienia publiczne – przygotowanie i struktura	MONIKA BYLICKA	08-06-2026	10:10	11:10	01:00
3 z 6 Mowa ciała i komunikacja niewerbalna	MONIKA BYLICKA	08-06-2026	11:20	12:20	01:00
4 z 6 Radzenie sobie ze stresem i treścią	MONIKA BYLICKA	08-06-2026	12:30	13:30	01:00
5 z 6 Ćwiczenia praktyczne i symulacje wystąpień	MONIKA BYLICKA	08-06-2026	13:40	15:00	01:20
6 z 6 Prezentacja mini-projektów i feedback grupowy	MONIKA BYLICKA	08-06-2026	15:10	17:00	01:50

Cennik

Cennik

Rodzaj ceny	Cena
Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	1 300,00 PLN
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	1 056,91 PLN
Koszt osobogodziny brutto	162,50 PLN
Koszt osobogodziny netto	132,11 PLN

Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



1 z 1

MONIKA BYLICKA

Pasjonatka rozwoju i budowania partnerskich relacji. Posiada niezwykłą samodyscyplinę i upór w rozwijaniu stabilnych biznesów. Cierpliwa i konsekwentna. Wychodzi poza schematy standardowych rozwiązań i ciągle poszerza horyzonty dążąc do realizacji wizjonerskich planów. Podchodzi do procesu rozwoju firm kompleksowo i merytorycznie, bardzo liczą się dla niej relacje i synergia w poszukiwaniu najlepszych rozwiązań. „Lubię wspierać innych w biznesie i patrzeć jak ich firmy rozwijają się i wzrastają. Kiedy moje koncepcje biznesowe i doradztwo zaczęły procentować sukcesami przyjaciół i znajomych, założyłam działalność, która wychodzi poza dotychczasowe schematy działania firm księgowych i konsultingowych.

Lubię obserwować sukcesy ludzi, którzy naprawdę chcą, są zaangażowani i głodni rozwoju, pokonują problemy i pragną budować. Przejście przez wszystkie szczyble kariery i praca w korporacjach były niezwykle wartościową lekcją dyscypliny i samozaparcia. Dopiero mając takie doświadczenie i wiedzę mogę skutecznie doradzać moim klientom”.

Informacje dodatkowe

Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Prezentacja powerpoint, celem utrwalenia informacji przekazanych w trakcie szkolenia, przesłana będzie drogą mailową.

Warunki uczestnictwa

Warunkiem uczestnictwa jest zarejestrowanie się i założenie konta w Bazie Usług Rozwojowych oraz zapisanie się na szkolenie za pośrednictwem Bazy.

Adres

ul. Józefa Ignacego Kraszewskiego 1

85-240 Bydgoszcz
woj. kujawsko-pomorskie
budynek alfa piętro 2

Udogodnienia w miejscu realizacji usługi

- Klimatyzacja
- Wi-fi

Kontakt



Monika Bylicka

E-mail m.witkowska@concepcion.pl

Telefon (+48) 608 006 771