



ALIO CONSULTING
SPÓŁKA Z
OGRA NICZONĄ
ODPOWIEDZIALNOŚ
CIĄ
★★★★★ 4,8 / 5
134 oceny

Analiza Transakcyjna: kontraktowanie, model funkcjonalny i analiza stanów JA - usługa szkoleniowa

Numer usługi 2025/11/14/166223/3146650

7 564,50 PLN brutto
6 150,00 PLN netto
252,15 PLN brutto/h
205,00 PLN netto/h

📍 Poznań / stacjonarna

🏠 Usługa szkoleniowa

🕒 30 h

📅 12.12.2025 do 17.01.2026

Informacje podstawowe

Kategoria

Zdrowie i medycyna / Psychologia i rozwój osobisty

Grupa docelowa usługi

Szkolenie skierowane jest do osób pracujących w obszarze pomocy psychologicznej, rozwoju osobistego i zawodowego oraz edukacji, w szczególności do:

- psychologów i psychoterapeutów,
- coachów, trenerów, mentorów,
- pedagogów i wychowawców,
- specjalistów HR i osób zarządzających zespołami,
- doradców zawodowych i mediatorów,
- osób pracujących z ludźmi w procesach wspierania zmiany, komunikacji i rozwoju.

Uczestnicy nie muszą posiadać wcześniejszego przygotowania z zakresu Analizy Transakcyjnej – szkolenie obejmuje wprowadzenie do kluczowych modeli.

Minimalna liczba uczestników

4

Maksymalna liczba uczestników

12

Data zakończenia rekrutacji

11-12-2025

Forma prowadzenia usługi

stacjonarna

Liczba godzin usługi

30

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

Po ukończeniu szkolenia uczestnik Uczestnik konstruuje profesjonalne kontrakty zgodnie z metodologią AT, rozumie złożoność pracy z kontraktami wielostronnymi, stosuje strukturę i funkcjonalność stanów Ja, rozpoznaje kontaminacje i wykluczenia oraz stosuje adekwatne interwencje, świadomie wykorzystuje stan Dorosłego w pracy pomocowej, edukacyjnej i zawodowej jako trener, coach, mentor, konsultant biznesowy.

Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Stosuje sposób kontraktowania z klientem w oparciu o Analizę Transakcyjną	rozumie pojęcie kontraktu w Analizie Transakcyjnej oraz rozróżnia: kontrakt administracyjny, kontrakt profesjonalny, kontrakt psychologiczny, kontrakty podwójne i wielostronne	Wywiad swobodny
	definiuje każdy rodzaj kontraktu	Wywiad swobodny
	analizuje przykłady pod kątem rodzaju kontraktu	Wywiad swobodny
Stosuje strukturalny i funkcjonalny model stanów Ja w Analizie Transakcyjnej	opisuje cechy i zachowania charakterystyczne dla każdego stanu Ja	Wywiad swobodny
	wyjaśnia różnice między modelem strukturalnym a funkcjonalnym	Wywiad swobodny
	wskazuje przykłady zachowań pasujących do poszczególnych stanów	Obserwacja w warunkach symulowanych
	rozumie zjawiska kontaminacji i wykluczeń oraz sposoby ich rozpoznawania i korekty (dekontaminacja)	Wywiad swobodny
	opisuje mechanizmy kontaminacji Rodzic–Dorosły oraz Dorosły–Dziecko	Wywiad swobodny
	wskazuje adekwatne metody pracy nad dekontaminacją	Obserwacja w warunkach symulowanych
Stosuje zasady etycznej terminacji procesu rozwojowego/psychologicznego w ujęciu AT	opisuje kryteria gotowości do zakończenia procesu	Wywiad swobodny
	opisuje rolę Dorosłego w terminacji	Wywiad swobodny
	wymienia zasady komunikowania zmiany i domykania współpracy	Wywiad swobodny

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. Kontraktowanie w psychologii według Analizy Transakcyjnej

Temat: Trzy poziomy kontraktu. Kontrakty podwójne i wielostronne.

- Nabycie umiejętności formułowania jasnych, realistycznych i weryfikowalnych kontraktów z klientem.
- Rozumienie różnicy między kontraktem administracyjnym, profesjonalnym i psychologicznym.
- Rozpoznawanie i porządkowanie sytuacji wielokontraktowych (np. praca z rodziną, zespołem, organizacją).
- Zapobieganie nadużyciom i niejasnościom w relacji pomocowej.
- Udoskonalenie etycznej pracy opartej na autonomii i współodpowiedzialności.

1. Pojęcie kontraktu w Analizie Transakcyjnej

- definicja kontraktu i jego rola w relacji profesjonalnej
- kontrakt jako narzędzie autonomii i współpracy

2. Trzy poziomy kontraktu według AT

- kontrakt *administracyjny* – ramy organizacyjne
- kontrakt *profesjonalny* – cele rozwojowe/terapeutyczne
- kontrakt *psychologiczny* – procesy wewnętrzne i zmiana

3. Kontrakty podwójne i wielostronne

- praca z rodziną, zespołem, klasą, organizacją
- konflikt celów i ról
- jak ustalać priorytety i utrzymywać klarowność komunikacji

4. Zasady dobrej praktyki kontraktowania

- warunki dobrego kontraktu (SMART, etyka AT)
- renegocjacja i aktualizacja kontraktu
- najczęstsze błędy w pracy z kontraktem

5. Ćwiczenia praktyczne

- formułowanie kontraktów do studiów przypadków
- analiza sytuacji trudnych: niejasny cel, brak współpracy, opór
- praca w parach: mini-kontrakty coachingowe

MODUŁ 2. Model funkcjonalny i struktura stanów Ja w Analizie Transakcyjnej

1. Strukturalny i funkcjonalny model stanów Ja

- Rodzic, Dorosły, Dziecko – struktura i opis

- Model funkcjonalny: normatywny/opiekuńczy Rodzic, spontaniczne/adaptacyjne Dziecko

- Kiedy i jak poszczególne stany są użyteczne?

2. Zastosowanie modelu funkcjonalnego w praktyce

- analiza zachowań i komunikatów
- wpływ stanów Ja na relację pomocową, edukacyjną i zawodową
- praca nad świadomym uruchamianiem stanu Dorosłego

3. Kontaminacje stanów Ja (zanieczyszczenia)

- kryteria diagnozy
- przykłady kontaminacji Rodzic–Dorosły i Dorosły–Dziecko
- dekontaminacja: proces przywracania klarowności

4. Wykluczenia stanów Ja

- jak rozpoznać wykluczenie Rodzica, Dorosłego, Dziecka
- konsekwencje dla relacji i pracy pomocowej
- narzędzia reintegracji stanów

5. Sposoby terminacji (zakończenia procesu)

- kiedy, jak i po czym rozpoznać gotowość klienta
- etyczne kończenie procesu rozwojowego lub konsultacyjnego
- jak wspierać autonomię klienta po zakończeniu współpracy

6. Ćwiczenia praktyczne

- mapowanie stanów Ja na przykładach uczestników
- analiza dialogów i „zamrożonych” transakcji
- praca w trójkach: symulacje dekontaminacji

Walidacja usługi - wywiad swobodny, obserwacja w warunkach symulowanych

Walidacja obejmuje **dwa komplementarne etapy**

1. Wywiad swobodny (rozmowa walidacyjna)

Celem rozmowy jest ocena stopnia zrozumienia kluczowych pojęć AT oraz ich zastosowania w praktyce. W trakcie około 10–15 minutowego wywiadu osoba walidująca zadaje pytania odnoszące się do doświadczeń, które uczestnik zdobył podczas szkolenia.

Przykładowe obszary rozmowy:

Moduł 1 – Kontraktowanie

- Wyjaśnienie różnic między trzema poziomami kontraktu: administracyjnym, profesjonalnym i psychologicznym.
- Omówienie, czym różni się sytuacja kontraktu podwójnego od wielostronnego.
- Samodzielne wskazanie, jakie elementy powinien zawierać dobry kontrakt (np. kryteria SMART, przejrzystość, weryfikowalność).
- Refleksja nad rolą kontraktowania w etycznej relacji pomocowej.

Moduł 2 – Stany Ja

- Opis modelu strukturalnego i funkcjonalnego stanów Ja.
- Identyfikacja stanów Rodzica, Dorosłego i Dziecka w odwołaniu do przykładowej sytuacji.
- Rozpoznawanie, czym jest kontaminacja (zanieczyszczenie) i jak można ją zredukować.
- Wyjaśnienie, jak diagnozuje się wykluczenia stanów Ja oraz jakie mają konsekwencje.
- Refleksja nad znaczeniem stanu Dorosłego w pracy z klientem.

Rozmowa sprawdza, czy uczestnik **rozumie definicje, potrafi samodzielnie analizować sytuacje zawodowe** i czy **łączy teorię z praktyką**.

2. Obserwacja w warunkach symulowanych

Uczestnik wykonuje krótkie zadanie praktyczne (ok. 5–10 minut), które pozwala ocenić umiejętność zastosowania wiedzy AT w realistycznym kontekście pomocowym lub rozwojowym.

Propozycje zadań symulacyjnych (do wyboru przez walidatora):

ZADANIE A – Formułowanie kontraktu

Uczestnik otrzymuje krótkie studium przypadku i:

- formułuje kontrakt (administracyjny, profesjonalny i psychologiczny lub wybrane dwa poziomy),
- identyfikuje potencjalne trudności kontraktowe,
- określa, jakie kroki podjąłby przy renegotjacji kontraktu.

Ocena dotyczy: jasności, realności i poprawności struktury kontraktu.

ZADANIE B – Analiza transakcji i stanów Ja

Uczestnik:

- analizuje zapisaną lub odegraną scenkę rozmowy,
- identyfikuje, które stany Ja biorą udział w transakcjach,
- wskazuje kontaminacje lub wykluczenia, jeśli występują,
- proponuje interwencję przywracającą stan Dorosły-Dorosły.

Ocena dotyczy: poprawności diagnozy oraz adekwatności proponowanej interwencji.

ZADANIE C – Symulacja pracy z klientem

W krótkiej symulacji uczestnik:

- przeprowadza mini-kontrakt coachingowy lub rozwojowy (2–3 minuty),
- utrzymuje klarowność roli,
- stosuje zasady etycznego kontraktowania,
- wykorzystuje stan Dorosłego w komunikacji.

Ocena dotyczy: komunikacji, spójności, stosowania zasad AT, świadomości procesów.

Kryteria oceny (przykładowe)

Uczestnik uzyskuje wynik pozytywny, jeśli:

- prawidłowo identyfikuje trzy poziomy kontraktu i potrafi je oddzielić,
- potrafi sformułować jasny i realistyczny kontrakt,
- rozpoznaje sytuacje wielokontraktowe i potrafi je uporządkować,
- wyjaśnia model strukturalny i funkcjonalny stanów Ja,
- rozpoznaje kontaminacje i wykluczenia w krótkich sytuacjach praktycznych,
- potrafi zaproponować podstawową interwencję przywracającą stan Dorosłego,
- wykazuje świadomość etyczną w pracy pomocowej,
- komunikuje swoje analizy w sposób jasny i adekwatny do standardów AT.

Wynik walidacji

Połączenie wyników rozmowy oraz obserwacji pozwala ocenić, czy uczestnik nabył kompetencje z zakresu:

- świadomego kontraktowania w relacji pomocowej,
- analizy i stosowania modelu stanów Ja,
- **rozpoznawania

Usługa jest realizowana w godzinach warsztatowych (lekcyjnych). Jedna godzina jest równa 45min. Całkowity wymiar godzinowy usługi to 30 godzin lekcyjnych, które są równe 22,5 godzinom zegarowym wynikającym z harmonogramu. Przerwy i walidacja są wliczone w czas trwania usługi i wykazane w harmonogramie. Usługa jest realizowana w sali dydaktycznej wyposażonej w stoły, krzesła, flipchart, miejsca do pracy warsztatowej, sanitariaty i dostęp do kuchni.

Harmonogram

Liczba przedmiotów/zajęć: 13

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
1 z 13 MODUŁ 1. Kontraktowanie w psychologii według Analizy Transakcyjnej - cz. I	Anna Pezacka-Gumna	12-12-2025	10:00	13:00	03:00
2 z 13 Przerwa	Anna Pezacka-Gumna	12-12-2025	13:00	13:30	00:30
3 z 13 MODUŁ 1. Kontraktowanie w psychologii według Analizy Transakcyjnej - cz. II	Anna Pezacka-Gumna	12-12-2025	13:30	15:00	01:30
4 z 13 MODUŁ 1. Kontraktowanie w psychologii według Analizy Transakcyjnej - cz. III	Anna Pezacka-Gumna	13-12-2025	10:00	13:00	03:00
5 z 13 Przerwa	Anna Pezacka-Gumna	13-12-2025	13:00	13:30	00:30
6 z 13 MODUŁ 1. Kontraktowanie w psychologii według Analizy Transakcyjnej - cz. IV	Anna Pezacka-Gumna	13-12-2025	13:30	15:00	01:30
7 z 13 MODUŁ 2. Model funkcjonalny i struktura stanów Ja w Analizie Transakcyjnej - cz. I	Anna Pezacka-Gumna	16-01-2026	10:00	13:00	03:00
8 z 13 Przerwa	Anna Pezacka-Gumna	16-01-2026	13:00	13:30	00:30
9 z 13 MODUŁ 2. Model funkcjonalny i struktura stanów Ja w Analizie Transakcyjnej - cz. II	Anna Pezacka-Gumna	16-01-2026	13:30	15:00	01:30

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
10 z 13 MODUŁ 2. Model funkcjonalny i struktura stanów Ja w Analizie Transakcyjnej - cz. III	Anna Pezacka-Gumna	17-01-2026	10:00	13:00	03:00
11 z 13 Przerwa	Anna Pezacka-Gumna	17-01-2026	13:00	13:30	00:30
12 z 13 MODUŁ 2. Model funkcjonalny i struktura stanów Ja w Analizie Transakcyjnej - cz. IV	Anna Pezacka-Gumna	17-01-2026	13:30	15:30	02:00
13 z 13 Walidacja usługi (wywiad swobodny, obserwacja w warunkach symulowanych)	-	17-01-2026	16:00	18:00	02:00

Cennik

Cennik

Rodzaj ceny	Cena
Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	7 564,50 PLN
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	6 150,00 PLN
Koszt osobogodziny brutto	252,15 PLN
Koszt osobogodziny netto	205,00 PLN

Prowadzący

Liczba prowadzących: 1

1 z 1



Anna Pezacka-Gumna

Psycholog, trener i psychoterapeutka z ponad 20-letnim doświadczeniem w pracy z ludźmi, grupami i organizacjami. Specjalizuje się w szkoleniach z zakresu umiejętności psychospołecznych, komunikacji, współpracy i rozwoju kompetencji interpersonalnych. Posiada Rekomendację Trenerską I i II stopnia Polskiego Towarzystwa Psychologicznego, uprawniającą do prowadzenia treningów interpersonalnych oraz superwizowania pracy trenerów. Od wielu lat prowadzi szkolenia, warsztaty oraz szkoły trenerów – autorsko zaprojektowała i zrealizowała pięć edycji szkoły trenerskiej oraz współprowadziła kolejne dwie w Grupie Spotkanie. Zrealizowała ponad 35 treningów interpersonalnych i kilka tysięcy godzin szkoleń dla różnorodnych grup zawodowych. Od 14 lat pracuje w podejściu Analizy Transakcyjnej, prowadzi szkolenia oparte na AT i przygotowuje się do egzaminu CTA (Certyfikowany Analitik Transakcyjny). Uczyła się od międzynarodowych autorytetów AT, regularnie korzysta z superwizji oraz dba o najwyższe standardy etyczne i merytoryczne pracy. Łączy wiedzę psychologiczną z doświadczeniem pracy z zespołami w organizacjach, skutecznie wspierając procesy komunikacyjne, współpracę i rozwój grup. Od kilkunastu lat współprowadzi Ośrodek Psychoterapii „Strefa Poznania”. Kompetencje terapeutyczne rozwijała w Szkole Psychoterapii Intra, zaawansowanych szkoleniach AT oraz 3-letnim programie ISTDP. Posiada min. 5-letnie doświadczenie w prowadzeniu szkoleń w tematyce usługi.

Informacje dodatkowe

Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Materiały w wersji pdf i papierowej stanowiące przygotowany zestaw ćwiczeń i prezentację zagadnień zostanie przekazany uczestnikom przez trenera - autora materiałów.

Warunki uczestnictwa

Warunkiem uczestnictwa w szkoleniu z dofinansowaniem jest posiadanie aktywnego ID wsparcia.

Koszt udziału w usłudze podlega zwolnieniu z VAT przy spełnieniu warunki finansowania conajmniej w 70% ze środków publicznych na podstawie:

zwolnienie VAT na pdst. Rozporządzenie MF z dn. 20.12.2013 r. w sprawie zwolnień od podatku od towarów i usług oraz warunków stosowania tych zwolnień (Dz. U. z 2013 r. poz. 1722, z późn. zm.) rozdz. 2, § 3. 1., pkt. 14

Informacje dodatkowe

Usługa jest realizowana w godzinach warsztatowych (lekcyjnych) 1 godz. = 45min, które w przeliczeniu na godziny zegarowe wynoszą 22,5 godziny.

Adres

ul. Grunwaldzka 42/2
60-786 Poznań
woj. wielkopolskie

Udogodnienia w miejscu realizacji usługi

- Klimatyzacja
- Wi-fi

Kontakt



Natalia Smolarek

E-mail natalia@alioconsulting.pl

Telefon (+48) 668 513 014