



FABRYKA BIZNESU I  
FINANSÓW Sp. z

o.o.

★★★★★ 5,0 / 5

4 oceny

## Szkolenie - Pewność siebie i odwaga w roli liderki, czyli jak budować swój autorytet

Numer usługi 2025/11/16/153970/3150208

📍 zdalna w czasie rzeczywistym

🏠 Usługa szkoleniowa

🕒 5 h

📅 13.01.2026 do 13.01.2026

1 500,00 PLN brutto

1 219,51 PLN netto

300,00 PLN brutto/h

243,90 PLN netto/h

## Informacje podstawowe

### Kategoria

Biznes / Zarządzanie zasobami ludzkimi

### Identyfikatory projektów

Kierunek - Rozwój, Małopolski Pociąg do kariery, Zachodniopomorskie Bony Szkoleniowe, Regionalny Fundusz Szkoleniowy II

### Grupa docelowa usługi

Szkolenie skierowane jest do kobiet pełniących funkcje menedżerskie, kierownicze oraz liderskie w organizacjach biznesowych i instytucjach publicznych, a także do kobiet aspirujących do objęcia takich ról.

Usługa jest przeznaczona dla osób, które:

- chcą rozwijać pewność siebie w roli liderki i wzmacniać swoje kompetencje przywódcze,
- potrzebują wsparcia w przełamywaniu stereotypów i barier związanych z płcią w środowisku zawodowym,
- poszukują narzędzi do asertywnej komunikacji i budowania autorytetu w zespole,
- chcą skuteczniej podejmować decyzje i reprezentować swoje stanowisko w relacjach zawodowych.

Udział w szkoleniu nie wymaga wcześniejszego doświadczenia w zakresie przywództwa, wystarczy otwartość na rozwój i gotowość do aktywnej pracy warsztatowej.

Usługa adresowana również dla uczestników projektu:

- „Kierunek – Rozwój”
- „Małopolski Pociąg Do Kariery - Sezon 1”
- "Nowy Start w Małopolsce z EURESEM"
- „Zachodniopomorskie Bony Szkoleniowe”

### Minimalna liczba uczestników

1

### Maksymalna liczba uczestników

5

|                                 |                                                     |
|---------------------------------|-----------------------------------------------------|
| Forma prowadzenia usługi        | zdalna w czasie rzeczywistym                        |
| Liczba godzin usługi            | 5                                                   |
| Podstawa uzyskania wpisu do BUR | Standard Usługi Szkoleniowo-Rozwojowej PIFS SUS 2.0 |

# Cel

## Cel edukacyjny

Usługa przygotowuje uczestniczki do świadomego pełnienia roli liderki poprzez rozwój pewności siebie, asertywności i odwagi w podejmowaniu decyzji. Uczestniczki uczą się stosować techniki wzmacniające autorytet w zespole, identyfikować i przełamywać stereotypy związane z płcią w biznesie oraz budować spójny i autentyczny wizerunek liderki.

## Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

| Efekty uczenia się                                                                                      | Kryteria weryfikacji                                                                                                                                   | Metoda walidacji                    |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------|
| Uczestniczka identyfikuje swoje mocne strony i obszary do wzmocnienia w roli liderki.                   | Uczestniczka przygotowuje listę co najmniej 3 mocnych stron i 2 obszarów rozwojowych w kontekście pełnienia roli liderki.                              | Analiza dowodów i deklaracji        |
|                                                                                                         |                                                                                                                                                        | Wywiad ustrukturyzowany             |
| Uczestniczka stosuje techniki wzmacniające pewność siebie i asertywność w komunikacji zawodowej.        | Uczestniczka odgrywa scenkę rozmowy, w której zastosuje technikę asertywnej komunikacji (np. metoda FUKO/JA-komunikat).                                | Obserwacja w warunkach symulowanych |
| Uczestniczka analizuje stereotypy dotyczące roli kobiet w biznesie i określa sposoby ich przełamywania. | Uczestniczka analizuje studium przypadku i przedstawia co najmniej 2 możliwe strategie działania w sytuacji obciążonej stereotypami.                   | Obserwacja w warunkach symulowanych |
| Uczestniczka buduje autorytet poprzez świadome wystąpienia i prezentacje.                               | Uczestniczka przygotowuje i przeprowadza krótkie wystąpienie (3–5 minut) na wybrany temat związany z rolą liderki, z wykorzystaniem poznanych technik. | Obserwacja w warunkach symulowanych |
| Uczestniczka tworzy indywidualny plan rozwoju kompetencji liderskich.                                   | Uczestniczka opracowuje plan zawierający minimum 3 konkretne działania do wdrożenia po szkoleniu.                                                      | Analiza dowodów i deklaracji        |

# 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**

**Ramowy program szkolenia (6 godzin zegarowych, w tym 5,5 godzin szkolenia + 0,5 godziny walidacji)**

### **Moduł 1. Liderka i jej zasoby – 1 godz.**

- Rola kobiet w przywództwie – szanse i wyzwania
- Identyfikacja mocnych stron i obszarów rozwojowych
- Ćwiczenie: „Moja mapa zasobów”

### **Moduł 2. Pewność siebie i asertywność – 1,5 godz.**

- Mechanizmy wpływające na poczucie własnej wartości
- Techniki wzmacniające pewność siebie
- Ćwiczenia i symulacje – asertywna autoprezentacja, stawianie granic

### **Moduł 3. Komunikacja i stereotypy – 1,5 godz.**

- Różnica między asertywnością, uległością i agresją
- Metody konstruktywnej komunikacji (FUKO, JA-komunikat)
- Najczęstsze stereotypy dotyczące kobiet w biznesie i sposoby reagowania

### **Moduł 4. Autorytet i wizerunek liderki – 1,5 godz.**

- Jak budować autorytet poprzez spójność i wiarygodność
- Storytelling i autoprezentacja jako narzędzia liderki
- Ćwiczenia: krótkie wystąpienia z informacją zwrotną

### **Walidacja efektów uczenia się – 0,5 godz.**

- Prezentacja wybranego elementu pracy (mapa zasobów, scenka komunikacyjna lub mini-plan rozwoju)
- Ocena zgodnie z kryteriami weryfikacji
- Informacja zwrotna i potwierdzenie nabytych kompetencji

# Harmonogram

Liczba przedmiotów/zajęć: 4

| Przedmiot / temat zajęć                                                                                                                        | Prowadzący       | Data realizacji zajęć | Godzina rozpoczęcia | Godzina zakończenia | Liczba godzin |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------|-----------------------|---------------------|---------------------|---------------|
| <div>1 z 4</div> Szkolenie zdalne czasie rzeczywistym - 1 dzień (prezentacja, rozmowa na żywo, ćwiczenia, współdzielenie ekranu)               | Agnieszka Dobosz | 13-01-2026            | 08:30               | 10:00               | 01:30         |
| <div>2 z 4</div> Szkolenie zdalne czasie rzeczywistym - 1 dzień (prezentacja, rozmowa na żywo, ćwiczenia, współdzielenie ekranu)               | Agnieszka Dobosz | 13-01-2026            | 10:15               | 12:00               | 01:45         |
| <div>3 z 4</div> Szkolenie zdalne czasie rzeczywistym - 1 dzień (prezentacja, rozmowa na żywo, ćwiczenia, współdzielenie ekranu)               | Agnieszka Dobosz | 13-01-2026            | 12:15               | 13:30               | 01:15         |
| <div>4 z 4</div> Walidacja po szkoleniu zdalnie czasie rzeczywistym - 1 dzień (prezentacja, rozmowa na żywo, ćwiczenia, współdzielenie ekranu) | -                | 13-01-2026            | 13:45               | 14:15               | 00:30         |

## Cennik

### Cennik

| Rodzaj ceny | Cena |
|-------------|------|
|-------------|------|

|                                           |              |
|-------------------------------------------|--------------|
| Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto | 1 500,00 PLN |
| Koszt przypadający na 1 uczestnika netto  | 1 219,51 PLN |
| Koszt osobogodziny brutto                 | 300,00 PLN   |
| Koszt osobogodziny netto                  | 243,90 PLN   |

## Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



1 z 1

### Agnieszka Dobosz

Prowadząca posiada ponad 25-letnie doświadczenie menedżerskie, w tym w latach 1996–2019 pełniła funkcję dyrektora zarządzającej w firmie produkcyjnej, odpowiadając m.in. za strategię, rozwój, komunikację oraz zarządzanie zespołami. Od 2020 roku prowadzi szkolenia i procesy rozwojowe w obszarze kompetencji przywódczych, komunikacyjnych oraz budowania pewności siebie. Od 2021 roku akredytowana mentorka EMCC na poziomie EIA, realizująca indywidualne i grupowe procesy mentoringowe oraz coachingowe. W ostatnich 5 latach zrealizowała ponad 900 godzin pracy rozwojowej z klientami indywidualnymi i zespołami. Łączy wiedzę strategiczną z uważnym, transformacyjnym podejściem, wspierając uczestników w rozwijaniu umiejętności efektywnej komunikacji, prowadzenia rozmów rozwojowych i wzmacniania sprawczości.

## Informacje dodatkowe

### Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Uczestnicy otrzymają komplet materiałów w wersji elektronicznej, udostępnionych przed szkoleniem lub w trakcie jego trwania za pośrednictwem platformy szkoleniowej lub poczty e-mail. Materiały obejmują:

- prezentację omawianą podczas szkolenia w formacie PDF,
- zestaw ćwiczeń i kart pracy do samodzielnego uzupełnienia,
- opisy wybranych technik i narzędzi wykorzystywanych podczas zajęć,
- szablon indywidualnego planu wdrożeniowego,
- listę pytań coachingowych wspierających refleksję i rozmowy rozwojowe,
- materiały dodatkowe rekomendowane do dalszego rozwoju (literatura, linki, inspiracje).

Wszystkie materiały będą przygotowane z myślą o łatwym wykorzystaniu w praktyce zawodowej. Uczestnicy mogą z nich korzystać również po zakończeniu szkolenia, w ramach własnego rozwoju lub pracy z zespołem.

### Informacje dodatkowe

Zawarto umowę z WUP w Toruniu w ramach Projektu Kierunek – Rozwój

Zawarto umowę z WUP Kraków w ramach Projektu „Małopolski Pociąg Do Kariery - Sezon 1” oraz Projektu "Nowy Start w Małopolsce z EURESEM"

Zawarto umowę z WUP Szczecin w ramach Projektu „Zachodniopomorskie Bony Szkoleniowe”

Przerwy w szkoleniach, w szczególności w ramach projektu MP i NSE, nie są wliczane w kwotę usługi.

## Warunki techniczne

Szkolenie będzie realizowane w formie online z wykorzystaniem platformy Google Meet. Uczestnicy przed rozpoczęciem otrzymają link dostępowy oraz krótką instrukcję techniczną.

Do udziału w szkoleniu wymagane jest:

- stabilne łącze internetowe,
- komputer lub laptop z kamerą i mikrofonem,
- dostęp do przeglądarki internetowej (zalecane Google Chrome),
- możliwość korzystania z poczty e-mail w celu odbioru materiałów i linków.

Rekomendowane jest uczestnictwo z włączoną kamerą, co sprzyja aktywnemu udziałowi w zajęciach i budowaniu zaangażowania grupy. Szkolenie nie wymaga instalacji dodatkowego oprogramowania – Google Meet działa bezpośrednio w przeglądarce.

## Kontakt



**Agnieszka Dobosz**

**E-mail** [biuro@agnieszkadobosz.pl](mailto:biuro@agnieszkadobosz.pl)

**Telefon** (+48) 533 298 996