



Trening Umiejętności Społecznych - szkolenie

Numer usługi 2025/12/17/202722/3218574

1 205,40 PLN brutto
 980,00 PLN netto
 150,68 PLN brutto/h
 122,50 PLN netto/h

DOLNOŚLĄSKA
 AKADEMIA
 ROZWOJU I
 PSYCHOTERAPII
 SPÓŁKA Z
 OGRANICZONĄ
 ODPOWIEDZIALNOŚĆ
 CIĄ

Brak ocen dla tego dostawcy

📍 Wrocław / stacjonarna
 🗉 Usługa szkoleniowa
 ⌚ 8 h
 📅 04.07.2026 do 04.07.2026

Informacje podstawowe

| | |
|--|--|
| Kategoria | Inne / Edukacja |
| Grupa docelowa usługi | Pracownicy instytucji oświatowych, medycznych, społecznych i biznesowych zainteresowani rozwijaniem umiejętności społecznych i interpersonalnych |
| Minimalna liczba uczestników | 8 |
| Maksymalna liczba uczestników | 20 |
| Data zakończenia rekrutacji | 24-06-2026 |
| 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 rozwijanie kluczowych umiejętności społecznych poprzez rozpoznanie problemów w zakresie zachowań interpersonalnych, uświadomienie własnych ograniczeń, pobudzenie motywacji do poszerzania repertuaru zachowań oraz kształtowanie bardziej efektywnych i prospołecznych sposobów funkcjonowania w relacjach.

Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

| Efekty uczenia się | Kryteria weryfikacji | Metoda walidacji |
|--|---|-------------------------------------|
| Uczestnik potrafi rozpoznawać problemy w zakresie zachowań społecznych. | Prawidłowe zidentyfikowanie trudności i barier społecznych podczas ćwiczeń | Obserwacja w warunkach symulowanych |
| Uczestnik zna własne ograniczenia w funkcjonowaniu interpersonalnym | Udzielanie trafnej informacji zwrotnej na temat własnych zachowań w scenkach | Obserwacja w warunkach symulowanych |
| Uczestnik stosuje techniki prospołeczne i konstruktywne metody komunikacji. | Zastosowanie przynajmniej dwóch technik prospołecznych w zadaniach praktycznych | Obserwacja w warunkach symulowanych |
| Uczestnik rozwija i świadomie dobiera zachowania sprzyjające efektywnym relacjom | Poprawny dobór zachowań do przedstawionych sytuacji podczas symulacji | Obserwacja w warunkach symulowanych |

Kwalifikacje

Kwalifikacje niewłączone do ZSK

Uznane kwalifikacje

Pytanie 4. Czy dokument potwierdzający uzyskanie kwalifikacji jest rozpoznawalny i uznawalny w danej branży/sektorze (czy certyfikat otrzymał pozytywne rekomendacje od co najmniej 5 pracodawców danej branży/ sektorów lub związku branżowego, zrzeszającego pracodawców danej branży/sektorów)?

TAK

Informacje

| | |
|---|---|
| Podstawa prawna dla Podmiotów / kategorii Podmiotów | uprawnione do realizacji procesów walidacji i certyfikowania na mocy innych przepisów prawa |
| Nazwa Podmiotu prowadzącego walidację | Dolnośląska Akademia Rozwoju i Psychoterapii Sp. z o.o. |
| Podmiot prowadzący walidację jest zarejestrowany w BUR | Tak |
| Nazwa Podmiotu certyfikującego | Dolnośląska Akademia Rozwoju i Psychoterapii Sp. z o.o. |
| Podmiot certyfikujący jest zarejestrowany w BUR | Tak |

Program

1. Kontrakt grupy treningowej
2. Wprowadzenie w tematykę zajęć
3. Określenie potrzeb grupy szkoleniowej (konieczna analiza wcześniej przeprowadzonych ankiet)
4. Teoria oporu i zaprzeczenia
5. Wybór technik prospołecznych na podstawie badania potrzeb (rozmowy plus ankieta)
 - > Wstępne umiejętności społeczne (mówienie komplementów, zadawanie pytań, mówienie dziękuję)
 - > Zaawansowane umiejętności społeczne (przepraszanie, prośenie o pomoc, przyłączanie się do działań innych osób)
 - > Radzenie sobie z uczuciami (wyrażanie czułości, zrozumienie uczuć innych osób, poznawanie swoich uczuć)
 - > Radzenie sobie ze stresem (np. Reagowanie na niepowodzenie, radzenie sobie z presją grupy, radzenie sobie z pominięciem)
 - > Umiejętność planowania (np. Wyznaczanie celów ,szeregowanie problemów)
 - > Umiejętności alternatywne do zachowań agresywnych (negocjowanie, reagowanie na zaczepki, obrona swoich praw)
6. Określenie danej umiejętności, uzasadnienie wyboru techniki i podanie konkretnego przykładu
7. Modelowanie i omówienie przez trenera
8. Modelowanie umiejętności przez uczestników warsztatów
9. Wybór aktorów, przygotowanie scenek
10. Omówienie scenek, informacje zwrotne i zadanie domowe

Harmonogram

Liczba przedmiotów/zajęć: 0

| Przedmiot / temat zajęć | Prowadzący | Data realizacji zajęć | Godzina rozpoczęcia | Godzina zakończenia | Liczba godzin |
|-------------------------|------------|-----------------------|---------------------|---------------------|---------------|
| Brak wyników. | | | | | |

Cennik

Cennik

| Rodzaj ceny | Cena |
|---|--------------|
| Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto | 1 205,40 PLN |
| Koszt przypadający na 1 uczestnika netto | 980,00 PLN |
| Koszt osobogodziny brutto | 150,68 PLN |
| Koszt osobogodziny netto | 122,50 PLN |
| W tym koszt walidacji brutto | 0,00 PLN |
| W tym koszt walidacji netto | 0,00 PLN |
| W tym koszt certyfikowania brutto | 0,00 PLN |
| W tym koszt certyfikowania netto | 0,00 PLN |

Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



1 z 1

Mirosław Schön

Certyfikowany trener biznesu, Psychoterapeuta Manager, Przedsiębiorca z wieloletnim doświadczeniem

Informacje dodatkowe

Informacje o materiałach dla uczestników usługi

- materiały warsztatowe dostosowane do treści szkolenia
- Uczestnicy otrzymują certyfikat ukończenia szkolenia

Adres

Wrocław

Wrocław

woj. dolnośląskie

Lokalizacja- do ustalenia – szkolenie może odbyć się w siedzibie uczestnika, w siedzibie Dostawcy Usług lub w wynajętej sali szkoleniowej.

Szczegóły miejsca realizacji usługi:

Szkolenie odbywa się w sali przystosowanej do liczebności grupy. Uczestnicy mają dostęp do materiałów warsztatowych, a szkolenie prowadzone jest w formie interaktywnej z ćwiczeniami praktycznymi i scenkami.

Udogodnienia w miejscu realizacji usługi

- Klimatyzacja
- Wi-fi
- Materiały szkoleniowe i ćwiczeniowe, miejsce dostosowane do pracy w grupach

Kontakt



Mirosław Schön

E-mail biuro.darip@gmail.com

Telefon (+48) 530 830 022