



"Trening Umiejętności Społecznych – efektywne kształtowanie kluczowych umiejętności psychospołecznych oraz życiowych"

Numer usługi 2026/01/02/201872/3237034

590,00 PLN brutto
590,00 PLN netto
19,67 PLN brutto/h
19,67 PLN netto/h

Centrum
Szkoleniowo-
Terapeutyczne
SENS Wirginia
Wrzesińska

Brak ocen dla tego dostawcy

📍 mieszana (zdalna połączona z usługą zdalną w czasie rzeczywistym)
🏠 Usługa szkoleniowa
🕒 30 h
📅 16.02.2026 do 27.03.2026

Informacje podstawowe

Kategoria

Inne / Edukacja

Grupa docelowa usługi

- pedagodzy,
- pedagodzy specjaliści,
- psychologowie
- psychoterapeuci,
- nauczyciele,
- nauczyciele wychowania przedszkolnego i wczesnoszkolnego,
- specjaliści pracujący w poradniach psychologiczno-pedagogicznych,
- terapeuci pedagogiczni,
- terapeuci zajęciowi,
- osoby pracujące z dziećmi, młodzieżą i dorosłymi, wspierające ich rozwój, prowadzące grupy edukacyjne,
- osoby pracujące w środkach wsparcia, placówkach resocjalizacyjnych i socjoterapeutycznych,
- osoby pracujące w obszarze pomocy społecznej (pracownicy PCPR, MOPS, etc.),
- specjaliści pracujący z dziećmi i młodzieżą z trudnościami w funkcjonowaniu społecznym, emocjonalnym i komunikacyjnym (m.in. z ADHD, ASD, zaburzeniami zachowania, trudnościami adaptacyjnymi),
- studenci i absolwenci kierunków pedagogicznych i psychologicznych, którzy przygotowują się do prowadzenia zajęć TUS,
- osoby prowadzące własną działalność terapeutyczną np. gabinet pedagogiczny, psychologiczny,
- rodzice, którzy pragną podnieść swoje umiejętności wychowawcze.

Minimalna liczba uczestników

1

Maksymalna liczba uczestników

40

Data zakończenia rekrutacji	11-02-2026
Forma prowadzenia usługi	mieszana (zdalna połączona z usługą zdalną w czasie rzeczywistym)
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

Szkolenie przygotowuje do samodzielnego:

- tworzenia programów zajęć indywidualnych oraz grupowych z zakresu TUS,
- oceniania umiejętności społecznych uczestników i doboru do grupy TUS,
- prowadzenia zajęć TUS w formie indywidualnej oraz grupowej z dziećmi, młodzieżą oraz osobami dorosłymi, także z zaburzeniami zachowania i emocji, niedostosowanymi społecznie i zagrożonymi niedostosowaniem społecznym, z niepełnosprawnością oraz spektrum autyzmu, jak również z zaburzeniami psychicznymi.

Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Ma wiedzę z zakresu podstaw Treningu Umiejętności Społecznych i jego prowadzenia	Wskazuje cele, założenia, etapy prowadzenia zajęć i procedury pracy	Test teoretyczny
Potrafi dokonać weryfikacji umiejętności społecznych w celu doboru uczestników do grupy oraz planowania pracy	Korzysta z formularza oceny umiejętności społecznych. Wskazuje kryteria doboru uczestników i sposoby rozpoznawania potrzeb	Test teoretyczny
Potrafi przygotować własne narzędzia pracy do prowadzenia zajęć TUS	Przygotowuje własny Algorytm zachowania dla wybranej umiejętności	Analiza dowodów i deklaracji
Potrafi zaplanować pracę z grupą/osobą indywidualną w obszarze Treningu Umiejętności Społecznych	Przygotowuje własny plan pracy	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

Szkolenie obejmuje 30 godzin dydaktycznych, w tym:

8 godzin dydaktycznych - teoria w formie **Kompendium Trenera Umiejętności Społecznych** - pobierasz na początek szkolenia i zapoznajesz się w dogodnym czasie - co więcej Kompendium pozostaje z Tobą po szkoleniu by służyć Ci pomocą za każdym razem, gdy potrzebujesz po nie sięgnąć. **Dzięki temu nie spędzamy połowy czasu szkolenia na opowiadaniu Wam teorii, a skupiamy się na tym, co najważniejsze: aspektach praktycznych, działaniu, przygotowaniu Was do prowadzenia TUS.**

17 godzin dydaktycznych - w formie nagrań video oraz praktycznych ćwiczeń. To esencja TUS: omawiamy i wspólnie tworzymy narzędzia pracy, poznajemy przebieg zajęć oraz sposoby wypełnienia ich konkretną, dedykowaną do problemu, grupy, umiejętności treścią. Po tym czasie będziesz mieć poczucie, że wiesz od czego zacząć przygodę z TUS.

3 godziny dydaktyczne - konsultacja "on line" w formie wideokonferencji (z konsultacji można korzystać wielokrotnie) **w czasie której można zadać pytania, omówić opracowane narzędzia, etc.** Jeśli masz potrzebę, możesz skontaktować się z nami telefonicznie lub mailowo.

2 godziny dydaktyczne - walidacja w postaci testu wiedzy oraz ćwiczeń praktycznych (w formie kart pracy, zadań do wykonania)

SZCZEGÓŁOWY PROGRAM

1. Część teoretyczna. Teoretyczne podstawy prowadzenia Treningu umiejętności społecznych (8 godzin dydaktycznych)

1. Główne założenia Treningu Umiejętności Społecznych:

- Czym jest TUS
- Geneza, autor podejścia
- Cele prowadzenia TUS
- Korzyści prowadzenia TUS
- Założenia TUS
- Model nabywania oraz kształtowania umiejętności wg A. Goldsteina

2. Grupy odbiorców Treningu umiejętności społecznych:

3. Prawidłowości w rozwoju społeczno-emocjonalnym jednostki:

- Fazy rozwoju społeczno-emocjonalnego człowieka
- Zaburzenia w rozwoju społeczno-emocjonalnym,
- Problemy emocjonalne i społeczne wynikające z deficytów, zaburzeń lub niepełnosprawności osoby

4. Podstawy psychologii poznawczej w kontekście prowadzenia TUS

5. Podstawy psychologii emocji i motywacji w kontekście prowadzenia TUS:

- Spójny system motywowania grupy – skrzynka z narzędziami motywacyjnymi

6. Podstawy psychologii uczenia się w kontekście prowadzenia TUS

7. Podstawy psychologii modyfikacji zachowań w kontekście prowadzenia TUS

8. Podstawy prowadzenia grup – elementy psychologii procesów grupowych:

- Fazy rozwoju grupy i ich cele, zagrożenia
- Role grupowe i związane z nimi problemy
- Trudne sytuacje w pracy z grupą
- Ja jako trener TUS – osobowość, nastawienie, wizja

9. Najważniejsze zasady prowadzenia Treningu umiejętności społecznych:

- Modelowanie
- Tworzenie algorytmów zachowań
- Odgrywanie ról
- Sesja informacji zwrotnej
- Generalizacja - w jaki sposób doprowadzać do generalizacji umiejętności i jej transferu w innych sytuacjach życiowych
- Tematy TUS, ich cele oraz wynikające z nich konsekwencje dla prowadzącego, czyli czy jesteś na to gotowy?

II. Część praktyczna (17 godzin dydaktycznych):

1. Prowadzenie TUS:

- Etapy prowadzenia zajęć
- Metody i formy pracy
- Różnorodne ćwiczenia, gry i zabawy terapeutyczne wykorzystywane podczas prowadzenia TUS
- Różnorodne formy i materiały terapeutyczne wykorzystywane podczas prowadzenia TUS
- Pomoce i rekwizyty

2. Role-playing oraz transfer umiejętności – kluczowe aspekty TUS:

- Algorytmy zachowań – przygotowujemy „gotowce” na zajęcia
- Przygotowanie i odegranie scenariuszy zachowań/scenek modelowych
- Planowanie procesu generalizacji umiejętności i transferu w innych sytuacjach życiowych

3. Zanim zaczniesz pracować, czyli planowanie prowadzenia TUS:

- Badanie potrzeb, ich analiza
- Określenie celów długoterminowych oraz krótkoterminowych prowadzenia TUS z wykorzystaniem modelu wyznaczania celów SMART
- Współpraca z rodziną jako klucz do sukcesu
- Spójny system motywowania grupy – skrzynka z narzędziami motywacyjnymi

4. Plany pracy oraz konspekty zajęć:

- Plan pracy jako odpowiedź na potrzeby grupy
- Opracowanie odpowiedniego do grupy systemu motywacyjnego
- Dobór kluczowych umiejętności dla grupy
- Dobór odpowiednich ćwiczeń, gier, etc. dla grup wiekowych oraz stopnia niepełnosprawności
- Opracowanie planu pracy z grupą
- Opracowanie konspektów zajęć.

III. Konsultacja "on line" w formie wideokonferencji (3 godziny dydaktyczne)

IV. Walidacja - 2 godziny dydaktyczne

- Przeprowadzenie Testu końcowego.
- Przygotowanie własnego Algorytm zachowania dla wybranej umiejętności
- Przygotowanie własnego planu pracy

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	590,00 PLN
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	590,00 PLN
Koszt osobogodziny brutto	19,67 PLN
Koszt osobogodziny netto	19,67 PLN

Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



1 z 1

WIRGINIA WRZESIŃSKA

Psycholog, terapeuta ręki, trener umiejętności społecznych i psychospołecznych, trener i coach biznesu, konsultant w zakresie przeciwdziałania przemocy w rodzinie.

Posiada duże doświadczenie w zakresie pomocy psychologicznej, od 2012 r. prowadzi konsultacje i poradnictwo psychologiczne indywidualne, dla par/małżeństw w kryzysie, rodzin, dzieci i młodzieży, jak również grupy TUS. Doświadczenie także w pracy z trudną młodzieżą.

Posiada bogate doświadczenie trenerskie oraz z zakresu zarządzania:

- od 2008 r. prowadzi szkolenia i warsztaty dla osób dorosłych z zakresu umiejętności "miękkich": interpersonalnych, sprzedaży, komunikacji oraz zarządzania (dla sektora bankowego, administracji, ośrodków pomocy społecznej)
- od 2010 r. prowadzi szkolenia, kursy i warsztaty dla nauczycieli, pedagogów, psychologów i kadry menedżerskiej w oświacie z zakresu umiejętności wychowawczych, interpersonalnych, komunikacji, form terapii i rozwijania dzieci i młodzieży (współpracuje z Ośrodkami Doskonalenia Nauczycieli, prowadzi szkolenia online i stacjonarne dla placówek oświatowych w całej Polsce)
- w latach 2010-2017 prezes Stowarzyszenia Psychologii, Edukacji i Rozwoju Osobistego "Kropla Słońca",
- od 2014 roku właściciel Centrum Sens, od 2025 organ prowadzący dla Niepublicznego Ośrodka Doskonalenia Nauczycieli "Akademia SENS".

Informacje dodatkowe

Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Każdy uczestnik szkolenia otrzymuje:

- Kompendium Trenera Umiejętności Społecznych i Życiowych
- materiały warsztatowe - pomocne w trakcie odbywania szkolenia
- Algorytmy zachowań (do wykorzystania podczas prowadzenia zajęć TUS)
- Karty pracy domowej
- Karty generalizacji
- Dobór tematów zajęć do poszczególnych grup odbiorczych
- Scenariusze scenek modelowych (do wykorzystania podczas prowadzenia zajęć TUS)
- Konspekty zajęć (do wykorzystania podczas prowadzenia zajęć TUS)
- Plany pracy (do wykorzystania podczas prowadzenia zajęć TUS)
- Dostęp do zamkniętej grupy na facebooku

Warunki uczestnictwa

Szkolenie jest przeznaczone dla nauczycieli, psychologów, pedagogów, innych specjalistów pracujących z dziećmi i młodzieżą, osobami dorosłymi, którzy prowadzą lub będą chcieli prowadzić zajęcia jako trener umiejętności społecznych. Szczególnie osoby pracujące z dziećmi i młodzieżą z diagnozą autyzmu i Zespołu Aspergera. Ze szkolenia korzystać mogą również osoby pracujące w obszarze pomocy społecznej np. asystenci rodziny, jak również studenci ostatnich lat kierunków psychologicznych, pedagogicznych.

Warunki niezbędne do nabycia kompetencji:

- pełnoletniość
- wykształcenie co najmniej średnie, preferowane wyższe
- wypełnić test wiedzy
- opracować i przesłać do walidacji zadania praktyczne

Informacje dodatkowe

- Podstawa zwolnienia z VAT – art. 43 ust. 1 pkt 29 lit. c ustawy o podatku od towarów i usług z dnia 11 marca 2004 r. (Dz. U. 2018 poz. 2174) z późn. zm.
 - Czas trwania usługi rozwojowej został określony w godzinach dydaktycznych. Jedna godzina szkolenia stanowi jednocześnie jedną godzinę dydaktyczną (1 godzina dydaktyczna = 45 minut).
 - Łączny czas trwania usługi wynosi 30 godzin dydaktycznych. Wszystkie moduły szkoleniowe zostały zaplanowane w oparciu o godziny dydaktyczne.

Warunki techniczne

Uczestnik otrzymuje dostęp do platformy edukacyjnej **centrumsens.myvod.io** zawierającej nagrane lekcje video materiały dydaktyczne oraz linka do platformy służącej konsultacjom **clickmeeting.com**.

Szkolenie jest prowadzone w formie hybrydowej. Łączy e-learning (nagrane lekcje wideo) z interaktywnymi konsultacjami na żywo w formie wideokonferencji. Uczestnik ma ciągły dostęp do materiałów. Może je odtwarzać, analizować i uczyć się w dowolnym, wybranym przez siebie czasie, co pozwala dopasować naukę do codziennych obowiązków zawodowych i prywatnych. Materiały i zadania praktyczne zawarte w szkoleniu uczestnik może od razu wdrożyć w swojej pracy.

Konsultacje z uczestnikami odbędą się w wyznaczonych terminach (zgodnie z załączonym harmonogramem).

By korzystać ze szkolenia uczestnikowi potrzebne będą:

- Komputer, tablet, smartfon z dostępem do Internetu
- minimalna prędkość łącza internetowego: 512 KB/s
- System operacyjny: Windows 7 lub nowszy, MacOS 10.12 lub nowszy.

- Pamięć operacyjna: co najmniej 4 GB, optymalnie 8 GB i więcej; w przypadku komputerów z systemem Windows 8 lub nowszym zaleca się minimum 8 GB RAM.
- Przeglądarka: aktualna wersja Chrome, Safari, Firefox lub Edge z obsługą plików audio i wideo.
- Adres e-mail: aktywny adres e-mail uczestnika
- Urządzenia peryferyjne lub wbudowane: słuchawki i mikrofon (lub głośniki i mikrofon), kamera internetowa – wymagane do udziału w konsultacjach w formie wideokonferencji.

Kontakt



WIRGINIA WRZESIŃSKA

E-mail biuro@centrumsens.pl

Telefon (+48) 733 090 988