



## Akademia Regulacji Emocji Mały człowiek, duży gniew. Neuropsychologia emocji dziecka i skuteczne strategie pracy wychowawczej

Numer usługi 2026/01/13/118749/3255099

3 200,00 PLN brutto  
 3 200,00 PLN netto  
 200,00 PLN brutto/h  
 200,00 PLN netto/h  
 96,15 PLN cena rynkowa ⓘ

Instytut Rozwoju  
 Kompetencji

Skeleton KLAUDIA  
 JASIŃSKA

★★★★★ 4,6 / 5

181 ocen

📍 zdalna w czasie rzeczywistym

🏠 Usługa szkoleniowa

🕒 16 h

📅 09.05.2026 do 10.05.2026

## Informacje podstawowe

<b>Kategoria</b>	Inne / Edukacja
<b>Identyfikatory projektów</b>	Kierunek - Rozwój, Nowy start w Małopolsce z EURESEM, Małopolski Pociąg do kariery
<b>Grupa docelowa usługi</b>	<p>Szkolenie skierowane jest do rodziców oraz specjalistów pracujących z dziećmi, w tym nauczycieli, pedagogów i psychologów. Program przygotowano dla osób chcących zrozumieć neuropsychologiczne podłoże dziecięcego gniewu. To propozycja dla opiekunów poszukujących sprawdzonych narzędzi wychowawczych. Uczestnicy nauczą się budować bezpieczne relacje i wspierać najmłodszych w procesie samoregulacji. Akademia oferuje praktyczną wiedzę niezbędną do radzenia sobie z trudnymi emocjami w duchu empatii.</p> <p>Szkolenie jest kierowane również do uczestników projektu „Małopolski pociąg do kariery - sezon 1” i/lub „Nowy start w Małopolsce z EURESem”; Usługa adresowana również dla Uczestników Projektu Kierunek - Rozwój; Szkolenie stanowi także wsparcie dla osób indywidualnych</p>
<b>Minimalna liczba uczestników</b>	5
<b>Maksymalna liczba uczestników</b>	20
<b>Data zakończenia rekrutacji</b>	08-05-2026
<b>Forma prowadzenia usługi</b>	zdalna w czasie rzeczywistym
<b>Liczba godzin usługi</b>	16

# Cel

## Cel edukacyjny

Celem szkolenia jest nabycie przez uczestników zaawansowanej wiedzy z zakresu neuropsychologii rozwoju emocjonalnego dziecka oraz wypracowanie praktycznych umiejętności stosowania strategii wspierających proces samoregulacji. Uczestnik po zakończeniu usługi potrafi zidentyfikować biologiczne mechanizmy powstawania gniewu oraz wdrożyć skuteczne techniki deeskalacji napięcia w pracy wychowawczej. Program kształtuje kompetencje społeczne niezbędne do budowania bezpiecznej relacji z dzieckiem.

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

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Uczestnik szczegółowo omawia mechanizmy neurologiczne odpowiedzialne za powstawanie i przebieg reakcji emocjonalnych u dzieci w różnym wieku	Uczestnik prawidłowo identyfikuje i nazywa struktury mózgowe biorące udział w procesie regulacji emocji na podstawie przedstawionego podczas testu schematu graficznego	Wywiad swobodny
Uczestnik samodzielnie projektuje scenariusze interwencji wychowawczej wykorzystujące nowoczesne narzędzia oparte na wiedzy o neuroplastyczności mózgu	Uczestnik opracowuje autorską listę kroków deeskalacyjnych dla konkretnego profilu dziecka opisanego w zadaniu warsztatowym lub studium przypadku	Prezentacja
Uczestnik stosuje techniki aktywnego słuchania oraz komunikaty wspierające budowanie odporności psychicznej i poczucia bezpieczeństwa u swoich podopiecznych	Uczestnik wykonuje ćwiczenie praktyczne polegające na poprawnym przekształceniu komunikatów blokujących relację w komunikaty budujące porozumienie i współpracę	Obserwacja w warunkach symulowanych
Uczestnik przejawia postawę pełną empatii oraz wykazuje się umiejętnością opanowania własnego napięcia w bezpośrednim kontakcie z trudnym zachowaniem dziecka	Uczestnik uzasadnia wybór postawy empatycznej jako fundamentu bezpieczeństwa i proponuje konkretne metody dbania o własny dobrostan psychiczny w pracy	Wywiad ustrukturyzowany
Walidacja	Weryfikacja wiedzy i umiejętności zdobytych podczas szkolenia	Test teoretyczny

# 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

## Dzień 1

**08:00 - 09:00 (W01) Otwarcie szkolenia i integracja grupy. Wykład wprowadzający, ćwiczenie integracyjne**

- Wprowadzenie do tematyki.
- Badanie potrzeb uczestników w zakresie pracy z "trudnymi emocjami".

**09:00 - 11:00 (W02) Architektura dziecięcego mózgu - dlaczego "duży gniew" powstaje? Wykład interaktywny, prezentacja multimedialna, case study**

- Budowa mózgu w ujęciu koncepcji Paula MacLeana.
- Rola ciała migdałowatego w reakcji "walcz lub uciekaj".

**11:00 - 11:15 Przerwa**

**11:15 - 13:15 (W03) Okna tolerancji i mechanizmy regulacji emocjonalnej. Warsztaty, praca z grafikami, ćwiczenia autoanalityczne.**

- Zrozumienie układu nerwowego dziecka: nadpobudliwość a zamrożenie.
- Neuroplastyczność - jak wychowawca może wspierać budowanie nowych połączeń.

**13:15 - 15:30 (W04) Mapa gniewu - rozpoznawanie sygnałów ostrzegawczych. Gra szkoleniowa, analiza rzeczywistych przypadków.**

- Wyzwalacze (triggery) agresji u dzieci w różnym wieku.
- Różnica między furią a manipulacją.

**15:30 - 16:15 (W05) Pierwsza pomoc emocjonalna - techniki deeskalacji. Scenki sytuacyjne (odgrywanie ról), trening oddechowy.**

- Metody natychmiastowego obniżania napięcia u dziecka i dorosłego.

## Dzień 2

**08:00 - 10:00 (W06) Komunikacja wspierająca regulację - język akceptacji. Warsztaty komunikacyjne, ćwiczenia w parach.**

- NVC (Porozumienie bez Przemocy) w kontakcie z dzieckiem w silnych emocjach.
- Technika aktywnego słuchania i nazywania uczuć.

**10:00 - 10:15 Przerwa**

**10:15 - 12:15 (W07) Koregulacja jako podstawa samoregulacji. Case study (analiza wideo), praca z arkuszem obserwacji.**

- Rola neuronów lustrzanych - jak spokój dorosłego udziela się dziecku.
- Budowanie bezpiecznej więzi jako narzędzia wychowawczego.

**12:15 - 14:15 (W08) Strategie pracy długofalowej - "Kuferek Emocji". Projektowanie strategii (praca w grupach), prezentacja rozwiązań.**

- Tworzenie planów zarządzania złością dla konkretnych podopiecznych.
- Narzędzia: termometry złości, kąciki wyciszenia, techniki uziemiające.

14:15 - 15:45 (W09) Rozwiązywanie konfliktów i praca z grupą. Gra symulacyjna, dyskusja panelowa.

- Mediacje rówieśnicze i modelowanie zachowań prospołecznych.
- Wypalenie zawodowe wychowawcy - jak dbać o własne zasoby.

15:45 - 16:15 Walidacja

# Harmonogram

Liczba przedmiotów/zajęć: 12

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
<b>1 z 12</b> (W01) Otwarcie szkolenia i integracja grupy. Wykład wprowadzający, ćwiczenie integracyjne	Kamila Wędzikowska	09-05-2026	08:00	09:00	01:00
<b>2 z 12</b> (W02) Architektura dziecięcego mózgu - dlaczego "duży gniew" powstaje? Wykład interaktywny, prezentacja multimedialna, case study	Kamila Wędzikowska	09-05-2026	09:00	11:00	02:00
<b>3 z 12</b> Przerwa	Kamila Wędzikowska	09-05-2026	11:00	11:15	00:15
<b>4 z 12</b> (W03) Okna tolerancji i mechanizmy regulacji emocjonalnej. Warsztaty, praca z grafikami, ćwiczenia autoanalityczne	Kamila Wędzikowska	09-05-2026	11:15	13:15	02:00

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
<b>5 z 12</b> (W04) Mapa gniewu - rozpoznawanie sygnałów ostrzegawczych. Gra szkoleniowa, analiza rzeczywistych przypadków.	Kamila Wędzikowska	09-05-2026	13:15	15:30	02:15
<b>6 z 12</b> (W05) Pierwsza pomoc emocjonalna - techniki deeskalacji. Scenki sytuacyjne (odgrywanie ról), trening oddechowy.	Kamila Wędzikowska	09-05-2026	15:30	16:15	00:45
<b>7 z 12</b> (W06) Komunikacja wspierająca regulację - język akceptacji. Warsztaty komunikacyjne, ćwiczenia w parach.	Kamila Wędzikowska	10-05-2026	08:00	10:00	02:00
<b>8 z 12</b> Przerwa	Kamila Wędzikowska	10-05-2026	10:00	10:15	00:15
<b>9 z 12</b> (W07) Koregulacja jako podstawa samoregulacji. Case study (analiza wideo), praca z arkuszem obserwacji.	Kamila Wędzikowska	10-05-2026	10:15	12:15	02:00
<b>10 z 12</b> (W08) Strategie pracy długofalowej - "Kuferek Emocji". Projektowanie strategii (praca w grupach), prezentacja rozwiązań.	Kamila Wędzikowska	10-05-2026	12:15	14:15	02:00

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
<span>11 z 12</span> (W09) Rozwiązywanie konfliktów i praca z grupą. Gra symulacyjna, dyskusja panelowa.	Kamila Wędzikowska	10-05-2026	14:15	15:45	01:30
<span>12 z 12</span> Walidacja	-	10-05-2026	15:45	16:15	00:30

## Cennik

### Cennik

Rodzaj ceny	Cena
Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	3 200,00 PLN
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	3 200,00 PLN
Koszt osobogodziny brutto	200,00 PLN
Koszt osobogodziny netto	200,00 PLN

## Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



1 z 1

### Kamila Wędzikowska

Kamila Wędzikowska to trenerka i specjalistka w obszarze rozwoju emocjonalnego dziecka, edukacji przez sztukę oraz nowoczesnych metod wspierania procesu uczenia się. Posiada wykształcenie pedagogiczne oraz przygotowanie z zakresu psychologii rozwojowej i neuropsychologii emocji, które wykorzystuje w pracy szkoleniowej z nauczycielami wychowania przedszkolnego i wczesnoszkolnego. Ukończyła szkolenia i kursy z zakresu regulacji emocji u dzieci oraz edukacji artystycznej. Posiada również doświadczenie w prowadzeniu warsztatów rozwijających twórcze myślenie i współpracę zespołów nauczycielskich. W swojej pracy Kamila Wędzikowska łączy podejście emocjonalne, poznawcze i artystyczne, traktując sztukę jako narzędzie badawcze i rozwojowe. Jej szkolenia koncentrują się na praktycznych rozwiązaniach wspierających dzieci w radzeniu sobie z emocjami, rozwijaniu ekspresji twórczej oraz budowaniu motywującego środowiska uczenia się.

# Informacje dodatkowe

## Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Uczestnicy szkolenia otrzymają pełen zestaw profesjonalnych materiałów edukacyjnych, które obejmują zarówno wiedzę teoretyczną, jak i praktyczne wskazówki. Dzięki tym materiałom uczestnicy będą mieli dostęp do niezbędnej wiedzy oraz narzędzi, które umożliwią im samodzielne wykorzystanie zdobytych umiejętności po zakończeniu kursu. Materiały szkoleniowe będą udostępnione na platformie Moodle w formacie PDF. Dzień przed szkoleniem każdy uczestnik otrzyma indywidualny login oraz hasło, umożliwiające dostęp do platformy. Po zalogowaniu będzie można pobrać profesjonalnie przygotowany komplet dokumentów

## Informacje dodatkowe

- Czas trwania usługi rozwojowej został określony w godzinach zegarowych. Jedna godzina szkolenia stanowi jednocześnie jedną godzinę dydaktyczną (1 godzina zegarowa = 1 godzina dydaktyczna).
- Łączny czas trwania usługi wynosi 16 godzin zegarowych, co odpowiada 16 godzinom dydaktycznym. Wszystkie moduły szkoleniowe zostały zaplanowane w oparciu o godziny zegarowe. Przerwy nie są wliczane do czasu trwania usługi.
- Podstawa zwolnienia z VAT § 3 ust. 1 pkt 14 rozporządzenia Ministra Finansów z dnia 20 grudnia 2013 roku, w sprawie zwolnień od podatku od towarów i usług.
- Wymagana jest frekwencja na poziomie co najmniej 80% udziału w szkoleniu.
- Potwierdzenie obecności odbywa się na podstawie listy obecności oraz dwóch zrzutów ekranu dokumentujących udział w szkoleniu

## Warunki techniczne

Wymagania sprzętowe:

- Komputer, bądź laptop z aktualną przeglądarką internetową (polecany chrom) - wymagania sprzętowe: Dual Core 2Ghz lub wyższy, 4gb ram (zalecane)
- Smartfon, bądź tablet z systemem Android/iOS (wymagane pobranie aplikacji ZOOM)
- Słuchawki/Głośniki
- Mikrofon
- Dostęp do Internetu o preferowanej szybkości min. 1 MB/s

Dołączenie do szkolenia następuje poprzez kliknięcie w przesłany link (dostępny tylko i wyłącznie na czas trwania szkolenia), czas trwania szkolenia przedstawiony jest w harmonogramie. Uczestnicy PROSZENI SA o logowanie się na szkolenie z komputera stacjonarnego lub laptopa. Logowanie się z urządzeń mobilnych (telefon, tablet) BARDZO CZĘSTO powoduje u uczestników nagminne wylogowanie się/rozłączenie/ z systemu konferencyjno-szkoleniowego, co utrudnia i zakłóca prowadzenie zajęć.

## Kontakt



**KLAUDIA JASIŃSKA**

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

**Telefon** (+48) 786 183 809