



Siła zespołu dla niskoemisyjnej przyszłości: asertywność i emocjonalna skuteczność w ekologicznym środowisku pracy

Numer usługi 2026/02/04/131563/3308477

5 242,00 PLN brutto
 5 242,00 PLN netto
 308,35 PLN brutto/h
 308,35 PLN netto/h
 166,67 PLN cena rynkowa ⓘ

K2 CENTRUM
 SZKOLENIOWO
 KONSULTINGOWE
 SPÓŁKA Z
 OGRANICZONĄ
 ODPOWIEDZIALNOŚĆ
 CIĄ

📍 Sosnowiec
 🏠 Usługa szkoleniowa
 📄 stacjonarna

★★★★★ 4,9 / 5

🕒 17:00 h

216 ocen

📅 20.07.2026 do 21.07.2026

Informacje podstawowe

Kategoria

Zdrowie i medycyna / Psychologia i rozwój osobisty

Grupa docelowa usługi

Szkolenie „Siła zespołu dla niskoemisyjnej przyszłości: asertywność i emocjonalna skuteczność w ekologicznym środowisku pracy” skierowane jest do osób aktywnych zawodowo, które funkcjonują lub przygotowują się do pracy w warunkach transformacji energetycznej, presji regulacyjnej oraz dynamicznych zmian organizacyjnych.

Szkolenie dedykowane jest w szczególności mieszkańcom województwa śląskiego, uczestniczącym w projektach realizowanych w ramach działań 6.6 oraz 10.17, ukierunkowanych na rozwój kompetencji przyszłości i edukację dorosłych, niezależnie od branży czy sektora gospodarki.

Minimalna liczba uczestników

1

Maksymalna liczba uczestników

10

Data zakończenia rekrutacji

19-07-2026

Forma prowadzenia usługi

stacjonarna

Liczba godzin usługi

17

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

Usługa szkoleniowa „Siła zespołu dla niskoemisyjnej przyszłości: asertywność i emocjonalna skuteczność w ekologicznym środowisku pracy” ma charakter edukacyjny i wspiera uczenie się przez całe życie. Przygotowuje uczestników do świadomego, odpowiedzialnego i skutecznego funkcjonowania w zespołach realizujących projekty niskoemisyjne oraz działania zgodne z zasadami zrównoważonego rozwoju.

Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Charakteryzuje wpływ emocji, postaw i przekonań na decyzje zawodowe, w tym te dotyczące projektów ekologicznych. - Wiedza	mawia przykłady decyzji zawodowych pod wpływem emocji i przekonań w kontekście projektów ekologicznych.	Test teoretyczny
Rozróżnia typy motywacji i ich znaczenie dla skuteczności działań proekologicznych. -Wiedza	Porównuje skuteczność działań proekologicznych w zależności od rodzaju motywacji.	Test teoretyczny
Charakteryzuje znaczenie różnorodności osobowości w zespołach realizujących projekty niskoemisyjne. - Wiedza	Wyjaśnia, jak style pracy i temperamynty wpływają na komunikację i wdrażanie innowacji.	Test teoretyczny
Wyjaśnia znaczenie postaw indywidualnych i zespołowych dla realizacji zasad ESG. - Wiedza	Przedstawia zależność między postawami a działaniami proekologicznymi w zespole.	Test teoretyczny
Analizuje własne reakcje emocjonalne i motywacyjne w środowisku pracy. - Umiejętności	Przedstawia przykłady własnych reakcji w sytuacjach zawodowych, w tym proekologicznych.	Analiza dowodów i deklaracji
Rozpoznaje mechanizmy psychologiczne w procesie podejmowania decyzji proekologicznych. -Umiejętności	Rozpoznaje mechanizmy psychologiczne w procesie podejmowania decyzji proekologicznych.	Analiza dowodów i deklaracji
Ocena własnego wpływu na zespół i środowisko pracy w kontekście celów ekologicznych. -Kompetencje społeczne	Opisuje sposoby, w jakie jego postawy i działania wpływają na zachowania proekologiczne w zespole. Metoda walidacji: Analiza dowodów i deklaracji	Analiza dowodów i deklaracji

Kwalifikacje

Kwalifikacje niewłączone do ZSK

Uznane kwalifikacje

Pytanie 3. Czy dokument jest certyfikatem wydawanym przez międzynarodowe instytucje?

TAK

Strona internetowa Instytucji Certyfikującej: <https://my-ps.eu/>

Strona internetowa Instytucji Walidującej: <https://my-ps.eu/>

Informacje

Nazwa Podmiotu prowadzącego walidację	Fundacja My Personality Skills
Nazwa Podmiotu certyfikującego	Fundacja My Personality Skills

Program

Moduł 1: Psychologia i świadomość w pracy – fundament zielonych kompetencji

1. **Podstawy psychologii w pracy** – jak emocje, postawy i przekonania wpływają na decyzje zawodowe, w tym te związane z projektami ekologicznymi.
2. **Motywacja i style pracy** – jak różne typy motywacji (wewnętrzna vs. zewnętrzna) wpływają na skuteczność działań proekologicznych.
3. **Różnorodność osobowości w zespołach zielonej gospodarki** – rozpoznawanie stylów pracy, temperamentów i ich wpływu na komunikację oraz wdrażanie innowacji niskoemisyjnych.
4. **Świadomość odpowiedzialności środowiskowej** – jak postawy indywidualne i zespołowe wpływają na działania zgodne z zasadami ESG

Efekty modułu:

- Rozpoznanie własnych reakcji emocjonalnych i motywacyjnych w pracy
- Zrozumienie mechanizmów psychologicznych w podejmowaniu decyzji proekologicznych
- Świadomość własnego wpływu na zespół i środowisko

Moduł 2: Styl komunikacji i zarządzanie konfliktami w zespole

Zakres tematyczny:

1. **Style komunikacji** – agresywny, uległy, pasywnie-agresywny, asertywny. Jak rozpoznać styl własny i innych.
2. **Rozpoznawanie konfliktów i napięć** – symptomy i źródła konfliktów w projektach ekologicznych i technologicznych.
3. **Techniki deeskalacji** – jak reagować, by nie wywołać eskalacji konfliktu i utrzymać efektywność zespołu.
4. **Komunikacja w projektach zielonych** – jak przekazywać trudne decyzje związane z ograniczeniem emisji, zmianą procesów czy wdrożeniem nowych technologii.

Efekty modułu:

- Redukcja napięć w zespole
- Większa skuteczność w rozwiązywaniu konfliktów
- Umiejętność komunikowania trudnych decyzji w duchu zrównoważonego rozwoju

Moduł 3: Asertywność w praktyce

Zakres tematyczny:

1. **Definicja i znaczenie asertywności** – różnice między asertywnością, agresją i uległością.
2. **Asertywność a decyzje proekologiczne** – jak odmawiać, negocjować i proponować zmiany w projektach w zgodzie z zasadami zrównoważonego rozwoju.
3. **Wzmacnianie pewności siebie i odpowiedzialności** – jak asertywność wspiera zielone kompetencje i innowacje w pracy.

Efekty modułu:

- Pewność siebie w komunikacji w pracy

- Umiejętność wyrażania opinii i sprzeciwu w sposób konstruktywny
- Skuteczniejsze wdrażanie innowacji ekologicznych w zespole

Moduł 4: Trudne rozmowy i konstruktywny feedback

Zakres tematyczny:

1. **Model trudnej rozmowy** – przygotowanie, prowadzenie i zamykanie rozmowy z zachowaniem profesjonalizmu.
2. **Feedback wspierający innowacje i efektywność ekologiczna** – jak udzielać informacji zwrotnej, aby motywować do wprowadzania rozwiązań niskoemisyjnych.
3. **Techniki mediacji w projektach** – radzenie sobie z oporem wobec zmian i projektów środowiskowych.
4. **Symulacje i ćwiczenia praktyczne** – trudne rozmowy w kontekście wdrażania procedur oszczędności energii, recyklingu czy nowych technologii.

Efekty modułu:

- Skuteczniejsza komunikacja w trudnych sytuacjach
- Umiejętność przekazywania informacji zwrotnej w sposób wspierający zespół
- Większa otwartość na zmiany proekologiczne

Moduł 5: Przeciwdziałanie mobbingowi i tworzenie bezpiecznego środowiska

Zakres tematyczny:

1. **Definicje i przykłady mobbingu** – identyfikacja zachowań szkodliwych dla zespołu i projektu.
2. **Procedury i dokumentacja** – jak formalnie reagować na nadużycia w pracy.
3. **Rola liderów i HR** – wsparcie zespołu, reagowanie na konflikty, tworzenie polityki antymobingowej.
4. **Budowanie bezpiecznej kultury w projektach zielonych** – inkluzywność, współpraca, otwarta komunikacja w zespołach odpowiedzialnych za transformację ekologiczną.

Efekty modułu:

- Świadomość prawna i proceduralna w zakresie mobbingu
- Bezpieczne i wspierające środowisko pracy
- Lepsza współpraca w zespołach realizujących projekty proekologiczne

Moduł 6: Inteligencja emocjonalna w pracy nad zielonymi projektami

Zakres tematyczny:

1. **Składniki inteligencji emocjonalnej** – samoświadomość, samoorganizacja, empatia, umiejętności społeczne.
2. **Zarządzanie stresem w projektach niskoemisyjnych** – techniki radzenia sobie z presją i trudnymi decyzjami.
3. **Empatia w zespołach interdyscyplinarnych** – jak rozumienie emocji współpracowników wspiera wdrażanie innowacji ekologicznych.

Efekty modułu:

- Lepsza współpraca i komunikacja w zespole
- Zwiększona odporność psychiczna uczestników
- Skuteczniejsze wdrażanie zielonych rozwiązań w praktyce

Moduł 7: Rozwój osobisty i świadomość ekologiczna

Zakres tematyczny:

1. **Analiza wartości i celów osobistych** – jak je powiązać z celami firmy i RSI 2030.
2. **Rozwój odporności psychicznej i proaktywności** – radzenie sobie ze zmianami i wyzwaniem w projektach środowiskowych.
3. **Planowanie rozwoju osobistego** – w tym rozwój zielonych kompetencji i umiejętności cyfrowych wspierających niskoemisyjne technologie.
4. **Ćwiczenia praktyczne** – tworzenie indywidualnych planów rozwoju zgodnych z zasadami zielonej gospodarki.

Efekty modułu:

- Świadomość własnych kompetencji i mocnych stron
- Większa motywacja do pracy nad projektami proekologicznymi
- Umiejętność planowania rozwoju osobistego w duchu zielonej gospodarki

Moduł 8: Kultura współpracy i wdrażanie zielonych rozwiązań

Zakres tematyczny:

1. **Standardy współpracy w zespołach zielonej gospodarki** – komunikacja, transparentność, odpowiedzialność.
2. **Techniki wspierające wdrażanie zielonych inicjatyw** – efektywność energetyczna, recykling, ograniczanie emisji.
3. **Case studies i scenariusze projektów ekologicznych** – analiza dobrych praktyk, identyfikacja wyzwań.

Efekty modułu:

- Zespół świadomie współpracujący nad projektami proekologicznymi
- Umiejętność wdrażania eko - innowacji
- Zwiększenie efektywności procesów w duchu zielonej gospodarki

Harmonogram

Liczba pozycji harmonogramu: 11

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
1 z 11 Psychologia i świadomość w pracy – fundament zielonych kompetencji	Tamara Majos	20-07-2026	08:00	09:30	01:30
2 z 11 Styl komunikacji i zarządzanie konfliktami w zespole	Tamara Majos	20-07-2026	09:30	11:00	01:30
3 z 11 przerwa	Tamara Majos	20-07-2026	11:00	11:15	00:15
4 z 11 Asertywność w praktyce	Tamara Majos	20-07-2026	11:15	12:45	01:30
5 z 11 Trudne rozmowy i konstruktywny feedback	Tamara Majos	20-07-2026	12:45	14:15	01:30
6 z 11 Przeciwdziałanie mobbingowi i tworzenie bezpiecznego środowiska	Tamara Majos	21-07-2026	08:00	09:30	01:30

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
7 z 11 Inteligencja emocjonalna w pracy nad zielonymi projektami	Tamara Majos	21-07-2026	09:30	11:00	01:30
8 z 11 przerwa	Tamara Majos	21-07-2026	11:00	11:15	00:15
9 z 11 Rozwój osobisty i świadomość ekologiczna	Tamara Majos	21-07-2026	11:15	12:45	01:30
10 z 11 Kultura współpracy i wdrażanie zielonych rozwiązań	Tamara Majos	21-07-2026	12:45	14:15	01:30
11 z 11 Walidacja - sprawdzenie testu teoretyczny i analizy dowodów i deklaracji	-	21-07-2026	14:15	15:00	00:45

Cennik

Cennik

Rodzaj ceny	Cena
Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	5 242,00 PLN
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	5 242,00 PLN
Koszt osobogodziny brutto	308,35 PLN
Koszt osobogodziny netto	308,35 PLN
W tym koszt walidacji brutto	125,00 PLN
W tym koszt walidacji netto	125,00 PLN

W tym koszt certyfikowania brutto

125,00 PLN

W tym koszt certyfikowania netto

125,00 PLN

Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



1 z 1

Tamara Majos

Trener specjalizujący się w rozwoju kompetencji psychospołecznych i zrównoważonym przywództwie, z doświadczeniem zdobywanym w ostatnich 5 latach na styku psychologii organizacji, komunikacji interpersonalnej oraz wdrażania zielonych strategii w firmach. Od 2019 roku prowadzi szkolenia wspierające zespoły projektowe w transformacji środowiskowej, ze szczególnym uwzględnieniem komunikacji, asertywności i emocjonalnej skuteczności w realizacji celów ESG. Absolwent studiów podyplomowych z zakresu psychologii pracy i coachingu w środowisku organizacyjnym (ukończonych w 2020 roku), certyfikowany trener FRIS® oraz facylitator procesów grupowych zgodnych z założeniami zielonej gospodarki. Uczestniczył w międzynarodowych programach dotyczących rozwoju inteligencji emocjonalnej w zarządzaniu zmianą proekologiczną (w tym programach Erasmus+ i EIT Climate-KIC), dzięki czemu łączy wiedzę z zakresu psychologii z praktycznymi narzędziami wspierającymi zespoły w budowaniu niskoemisyjnych strategii. W swojej pracy koncentruje się na rozwijaniu świadomości emocjonalnej, odpowiedzialności środowiskowej oraz stylów komunikacji wspierających kulturę współpracy. Pracuje zarówno z liderami, jak i zespołami interdyscyplinarnymi, ucząc technik asertywności, mediacji oraz konstruktywnego feedbacku w kontekście projektów środowiskowych. Prowadził szkolenia m.in. dla firm z branży energetycznej, IT i przemysłowej, wspierając je w rozwijaniu zielonych kompetencji zgodnych z RSI 2030 i strategią ESG.

Informacje dodatkowe

Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Każdy uczestnik otrzyma niezbędne materiały w postaci skryptu szkoleniowego, notatnika oraz długopisu. Informacja o zwolnieniu z podatku VAT: Usługa szkoleniowa może korzystać ze zwolnienia z podatku od towarów i usług (VAT), zgodnie z obowiązującymi przepisami prawa podatkowego, wyłącznie w przypadku, gdy osoba otrzymująca usługę spełnia wszystkie przesłanki wymagane do zastosowania zwolnienia. Aby skorzystać ze zwolnienia z podatku VAT, uczestnik zobowiązany jest do przedłożenia dostawcy usługi dokumentów lub oświadczeń potwierdzających spełnienie warunków uprawniających do zastosowania zwolnienia. Brak wymaganych dokumentów skutkuje opodatkowaniem usługi VAT według właściwej stawki. Usługa zwolniona z VAT na podstawie §3 ust. 1 pkt 14 rozporządzenia Ministra Finansów z dnia 20 grudnia 2013r. w sprawie zwolnień od podatku od towarów i usług oraz warunków stosowania tych zwolnień (Dz.U.2013 poz. 1722 z późniejszymi zmianami) Podmiotu certyfikujący wyda dokument potwierdzający nadanie określonej kwalifikacji - certyfikat.

Warunki uczestnictwa

Warunkiem uzyskania zaświadczenia jest uczestnictwo w co najmniej 80% zajęć oraz uzyskania 80% punktów z testu wiedzy.

Informacje dodatkowe

Ujęte godziny szkolenia są godzinami dydaktycznymi tj. 1 godz. = 45 minut Dokument potwierdza, że zostały zastosowane rozwiązania zapewniające rozdzielenie procesów kształcenia i szkolenia od walidacji. tzn. osoba prowadząca usługę, nie dokonuje weryfikacji efektów uczenia się uczestników usługi. Trener przygotowuje walidację: zaprojektował efekty uczenia się, kryteria weryfikacji przez określenie metod ich oceny po przygotowanie zestawu pytań testowych. Trener rozda testy uczestnikom . Nie ingeruje w jakiegokolwiek formie w ocenę wyników testu ani w proces jego wypełniania. Osoba walidująca zostaje zaangażowana dopiero na etapie oceny i weryfikacji efektów uczenia się uczestników. Nie prowadzi bezpośrednio działań związanych z tworzeniem i kompletowaniem dokumentacji walidacyjnej

Adres

ul. gen. Władysława Andersa 15/211

41-200 Sosnowiec

woj. śląskie

Udogodnienia w miejscu realizacji usługi

- Klimatyzacja
- Wi-fi

Kontakt



Jakub Majchrzak

E-mail jakub.majchrzak@k2csk.pl

Telefon (+48) 502 897 108