



## Certyfikowany Kurs Trenera TUS - Trening Umiejętności Społecznych I i II stopnia we Wrocławiu

Numer usługi 2026/02/25/191290/3361407

1 700,00 PLN brutto  
1 700,00 PLN netto  
113,33 PLN brutto/h  
113,33 PLN netto/h  
128,21 PLN cena rynkowa ⓘ

EUREKA Centrum  
Kształcenia Amelia  
Musiatowicz

★★★★☆ 4,3 / 5

76 ocen

- 📍 Wrocław
- 🏢 Usługa szkoleniowa
- 📄 stacjonarna
- 🕒 15:00 h
- 📅 08.08.2026 do 09.08.2026

## Informacje podstawowe

**Kategoria**

Inne / Edukacja

**Grupa docelowa usługi**

### Grupa docelowa kursu Trenera TUS:

- pedagodzy i pedagodzy specjaliści,
- nauczyciele i wychowawcy (w szkołach, świetlicach, placówkach opiekuńczo-wychowawczych, domach dziecka),
- psycholodzy i psychoterapeuci (w tym dziecięcy),
- terapeuci zajęciowi, terapeuci pedagogiczni i logopedzi,
- pracownicy poradni psychologiczno-pedagogicznych,
- specjaliści wspierający rozwój dzieci, młodzieży i dorosłych,
- osoby pracujące z grupami edukacyjnymi, wychowawczymi i terapeutycznymi,
- osoby chcące zdobyć nowe kompetencje i prowadzić zajęcia TUS w praktyce.

**Minimalna liczba uczestników**

1

**Maksymalna liczba uczestników**

25

**Data zakończenia rekrutacji**

03-08-2026

**Forma prowadzenia usługi**

stacjonarna

**Liczba godzin usługi**

15

**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 uczestników do samodzielnego planowania, prowadzenia i ewaluacji zajęć Treningu Umiejętności Społecznych (TUS) z dziećmi i młodzieżą, z uwzględnieniem zasad pracy grupowej, etyki trenera oraz indywidualnych potrzeb uczestników.

Uczestnicy nauczą się analizować potrzeby grup, projektować scenariusze zajęć, dobierać metody i techniki pracy oraz stosować strategie wspierania rozwoju społeczno-emocjonalnego.

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

| Efekty uczenia się   | Kryteria weryfikacji  | Metoda walidacji                                      |
|--|---|---|
| Charakteryzuje podstawy teoretyczne Treningu Umiejętności Społecznych (TUS), jego cele, założenia i strukturę zajęć. | Wskazuje cele, założenia i elementy struktury TUS.                            | Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie |
| Rozróżnia etapy prowadzenia zajęć TUS oraz organizuje pracę grupową zgodnie z zasadami TUS.                          | Rozróżnia etapy zajęć oraz zasady skutecznej pracy z grupą.                   | Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie |
| Dobiera uczestników do grupy TUS na podstawie określonych kryteriów diagnostycznych.                                 | Wskazuje kryteria doboru uczestników i sposoby rozpoznawania potrzeb.         | Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie |
| Planuje i konstruuje scenariusz zajęć TUS.   | Wskazuje elementy scenariusza zajęć i etapy pracy z grupą.                    | Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie |
| Dobiera i stosuje techniki pracy wykorzystywane w TUS.   | Rozróżnia podstawowe techniki (modelowanie, odgrywanie ról, gry i ćwiczenia). | Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie |
| Stosuje zasady etyki pracy trenera TUS oraz organizuje współpracę z rodzicami i specjalistami.                       | Wskazuje zasady etyczne i sposoby efektywnej komunikacji.                     | Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie |

## Kwalifikacje

### Kompetencje

Usługa prowadzi do nabycia kompetencji.

### Warunki uznania kompetencji

Pytanie 1. Czy dokument potwierdzający uzyskanie kompetencji lub wyraźnie z nim powiązane inne dokumenty związane ze wsparciem zawierają opis efektów uczenia się?

TAK

Pytanie 2. Czy dokument lub wyraźnie z nim powiązane inne dokumenty związane ze wsparciem potwierdzają, że walidacja została przeprowadzona w oparciu o zdefiniowane w efektach uczenia się kryteria ich weryfikacji i zgodnie z zaplanowanymi metodami walidacji?

TAK

Pytanie 3. Czy dokument lub wyraźnie z nim powiązane inne dokumenty związane ze wsparciem potwierdzają zastosowanie rozwiązań zapewniających rozdzielenie procesów kształcenia i szkolenia od walidacji?

TAK

# Program

## Dzień I

### 1. Trening Umiejętności Społecznych – dlaczego warto?

- czym jest TUS i jakie umiejętności rozwija?
- kluczowe zasady i cele TUS I i II stopnia
- uczenie przez doświadczenie – skuteczna metoda pracy
- praca z dziećmi ze specjalnymi potrzebami edukacyjnymi

### 2. Tworzenie efektywnych grup TUS

- jak dobrać uczestników – optymalna liczebność, wiek, podobne potrzeby
- jak stworzyć grupę, która dobrze współpracuje?

### 3. Emocje na start

- jak uczyć rozpoznawania i wyrażania emocji?
- emocje jako fundament efektywnej komunikacji

### 4. Zarządzanie emocjami i stresem

- skuteczne techniki pracy z emocjami
- jak pomagać dzieciom w radzeniu sobie ze stresem?

### 5. Komunikacja – klucz do sukcesu

- rozwijanie umiejętności komunikacyjnych u dzieci
- znaczenie komunikacji werbalnej i niewerbalnej
- nauka słuchania, a style zachowań

## Dzień II

### 1. Trudne sytuacje? Zawsze znajdzie się rozwiązanie

- jak radzić sobie z trudnymi zachowaniami?
- konflikty w grupie – jak je rozwiązywać?
- narzędzia do pracy z agresją i wycofaniem

### 2. Pozytywne wzmocnienia w praktyce

- techniki pozytywnego wzmocnienia zachowań
- skuteczna motywacja w pracy z dziećmi.

### 3. Praca własna trenera TUS – doskonalenie umiejętności

- jak oceniać swoje działania?
- co zrobić, aby być lepszym trenerem?

### 4. Kreatywne narzędzia do pracy z grupą

- tworzenie angażujących materiałów do TUS
- gry, karty pracy, ćwiczenia, case study – twoje narzędzia sukcesu

### 5. Zakończenie

Podsumowanie warsztatów, dyskusja, ewaluacja, test podsumowujący zdobytą wiedzę.

### UWAGA - Szkolenie trwa 15h dydaktycznych

#### Charakter zajęć:

- 50% zajęć teoretycznych – wykład interaktywny, prezentacje multimedialne, analiza przypadków.
- 50% zajęć praktycznych – warsztaty, ćwiczenia grupowe, odgrywanie ról, symulacje.

#### Metody pracy:

- Metody aktywizujące: praca w grupach, burza mózgów, zadania problemowe.
- Metody interaktywne: dyskusje moderowane, analiza przypadków, ćwiczenia praktyczne.

Szkolenie skierowane jest do pedagogów, nauczycieli, psychologów, terapeutów, logopedów oraz innych specjalistów pracujących z dziećmi, młodzieżą i dorosłymi w obszarze rozwoju społeczno-emocjonalnego. Przerwy nie są wliczane do czasu trwania usługi – zostały ujęte w harmonogramie jedynie informacyjnie.

## Harmonogram

Liczba pozycji harmonogramu: 17

| Przedmiot / temat  | Prowadzący      | Data realizacji zajęć | Godzina rozpoczęcia | Godzina zakończenia | Liczba godzin |
|--|-----------------|-----------------------|---------------------|---------------------|---------------|
| <b>1 z 17</b><br>Zapoznanie się, integracja oraz przedstawienie programu szkolenia | Joanna Pomagruk | 08-08-2026            | 09:00               | 10:00               | 01:00         |
| <b>2 z 17</b> Ustalenie kontraktu i poznanie cyklu Kolba                           | Joanna Pomagruk | 08-08-2026            | 10:00               | 10:45               | 00:45         |
| <b>3 z 17</b> Przerwa kawowa   | Joanna Pomagruk | 08-08-2026            | 10:45               | 11:00               | 00:15         |

| Przedmiot / temat   | Prowadzący      | Data realizacji zajęć | Godzina rozpoczęcia | Godzina zakończenia | Liczba godzin |
|---|-----------------|-----------------------|---------------------|---------------------|---------------|
| 4 z 17 Kluczowe zasady i cele TUS I i II stopnia – badanie potrzeb, dobór uczestników, dobór grup, praca z dziećmi ze specjalnymi potrzebami edukacyjnymi, pozytywne wzmocnienia            | Joanna Pomagruk | 08-08-2026            | 11:00               | 12:45               | 01:45         |
| 5 z 17 Przerwa obiadowa   | Joanna Pomagruk | 08-08-2026            | 12:45               | 13:05               | 00:20         |
| 6 z 17 Rola emocji w treningu umiejętności społecznych (rozpoznawanie emocji u siebie i innych, regulacja emocji, techniki pracy z emocjami, radzenie sobie ze stresem, praca metodą Kolba) | Joanna Pomagruk | 08-08-2026            | 13:05               | 14:40               | 01:35         |
| 7 z 17 Ewaluacja zajęć  | Joanna Pomagruk | 08-08-2026            | 14:40               | 15:00               | 00:20         |
| 8 z 17 Integracja, podsumowanie dnia wcześniejszego   | Joanna Pomagruk | 09-08-2026            | 09:00               | 09:30               | 00:30         |
| 9 z 17 Tworzenie angażujących scenariuszy z wykorzystaniem cyklu Kolba  | Joanna Pomagruk | 09-08-2026            | 09:30               | 10:30               | 01:00         |
| 10 z 17 Przerwa kawowa  | Joanna Pomagruk | 09-08-2026            | 10:30               | 10:45               | 00:15         |

| Przedmiot / temat  | Prowadzący      | Data realizacji zajęć | Godzina rozpoczęcia | Godzina zakończenia | Liczba godzin |
|--|-----------------|-----------------------|---------------------|---------------------|---------------|
| <b>11 z 17</b><br>Komunikacja oraz rozwijanie umiejętności komunikacyjnych u dzieci  | Joanna Pomagruk | 09-08-2026            | 10:45               | 12:15               | 01:30         |
| <b>12 z 17</b> Konflikty i trudne sytuacje   | Joanna Pomagruk | 09-08-2026            | 12:15               | 12:45               | 00:30         |
| <b>13 z 17</b> Przerwa obiadowa  | Joanna Pomagruk | 09-08-2026            | 12:45               | 13:05               | 00:20         |
| <b>14 z 17</b> Narzędzia komunikacyjne i do pracy z trudnymi zachowaniami  | Joanna Pomagruk | 09-08-2026            | 13:05               | 13:45               | 00:40         |
| <b>15 z 17</b><br>Samodzielne zaprojektowanie zajęć TUS i tworzenie scenariuszy zajęć w oparciu o cykl Kolba   | Joanna Pomagruk | 09-08-2026            | 13:45               | 14:40               | 00:55         |
| <b>16 z 17</b> Ewaluacja i pożegnanie  | Joanna Pomagruk | 09-08-2026            | 14:40               | 15:00               | 00:20         |
| <b>17 z 17</b> Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie – udostępniany uczestnikom po zakończeniu szkolenia (do samodzielnego rozwiązania online) | Joanna Pomagruk | 09-08-2026            | 15:00               | 15:15               | 00:15         |

## Cennik

### Cennik

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

|   |              |
|---|--------------|
| Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto | 1 700,00 PLN |
| Koszt przypadający na 1 uczestnika netto  | 1 700,00 PLN |
| Koszt osobogodziny brutto                 | 113,33 PLN   |
| Koszt osobogodziny netto                  | 113,33 PLN   |

## Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



1 z 1

### Joanna Pomagruk

Certyfikowana trenerka i wykładowczyni specjalizująca się w komunikacji interpersonalnej, stresie, trudnych zachowaniach i mediacjach. Mediatorka rodzinna, cywilna i karna przy Sądzie Okręgowym we Wrocławiu, trenerka TUS I i II stopnia (także dla osób w spektrum autyzmu) oraz instruktorka odnowy psychosomatycznej. Absolwentka oligofrenopedagogiki, psychologii i zarządzania kapitałem ludzkim, licznych studiów podyplomowych i szkoły trenerskiej.

Trener posiada doświadczenie zawodowe zdobyte w ciągu ostatnich 5 lat.

## Informacje dodatkowe

### Informacje o materiałach dla uczestników usługi

- teczka trenera TUS
- tworzenie angażujących materiałów do TUS

### Informacje dodatkowe

- Szkolenie obejmuje 15 godzin dydaktycznych (45 min każda) co odpowiada 11 godzinom i 15 minutom zegarowych.
- Przerwy nie są wliczane do liczby godzin dydaktycznych – zostały ujęte w harmonogramie wyłącznie informacyjnie.
- Przerwy trwają łącznie 30 minut dziennie, co daje 1 godzinę zegarową w całym szkoleniu.
- Warunkiem ukończenia szkolenia i otrzymania zaświadczenia jest uczestnictwo w minimum 80% zajęć.
- Obecność uczestników monitorowana jest poprzez listy obecności.
- Walidacja efektów uczenia się odbywa się w formie testu z automatycznie generowanym wynikiem. W związku z tym nie jest wymagane wskazanie osoby przeprowadzającej walidację.
- Usługa szkoleniowa jest zwolniona z podatku VAT (art. 43 ust. 1 pkt 29 lit. c ustawy o VAT).

## Adres

pl. Strzelecki 20  
50-224 Wrocław  
woj. dolnośląskie

Plac Strzelecki 20  
50-224 Wrocław  
2 piętro

## Kontakt



**Wiktoria Zawadka**

**E-mail** [wiktoria.zawadkaeurekack@outlook.com](mailto:wiktoria.zawadkaeurekack@outlook.com)

**Telefon** (+48) 577 596 077