



## Mindful leadership: Uważne przywództwo jako fundament dialogu, integracji i przeciwdziałania dyskryminacji w relacjach z zespołem (zgodne z KFS 2026)

Numer usługi 2026/03/18/52158/3415801

2 644,50 PLN brutto  
2 150,00 PLN netto  
165,28 PLN brutto/h  
134,38 PLN netto/h  
181,67 PLN cena rynkowa ⓘ

AKAT Consulting Sp. z o.o.

★★★★★ 4,7 / 5

6 219 ocen

📍 Wrocław

🏠 Usługa szkoleniowa

📄 stacjonarna

🕒 16:00 h

📅 01.06.2026 do 02.06.2026

## Informacje podstawowe

### Kategoria

Biznes / Zarządzanie zasobami ludzkimi

### Grupa docelowa usługi

Grupą docelową usługi są wszyscy pracownicy organizacji, w szczególności kadra kierownicza, liderzy zespołów i osoby pełniące funkcje zarządcze, którzy chcą rozwijać umiejętności świadomego przywództwa, budowania dialogu, integracji zespołu oraz przeciwdziałania dyskryminacji w miejscu pracy.

### Minimalna liczba uczestników

6

### Maksymalna liczba uczestników

16

### Data zakończenia rekrutacji

31-05-2026

### Forma prowadzenia usługi

stacjonarna

### Liczba godzin usługi

16

### Podstawa uzyskania wpisu do BUR

Standard Usług Szkoleniowo– Rozwojowych PIFS SUS 3.0

## Cel

### Cel edukacyjny

Usługa przygotowuje uczestników do świadomego i uważnego pełnienia roli lidera, rozwijania kompetencji w zakresie dialogu i integracji zespołu oraz skutecznego przeciwdziałania dyskryminacji w relacjach zawodowych.

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

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
określa definicję uważnego przywództwa i jego kluczowe elementy.	Wskazuje definicję uważnego przywództwa i jego kluczowe elementy.	Test teoretyczny
Charakteryzuje zasady uważnej komunikacji i słuchania aktywnego.	Wskazuje zasady uważnej komunikacji i słuchania aktywnego.	Test teoretyczny
Opisuje procesy zarządzania zmianą z wykorzystaniem uważności.	Opisuje procesy zarządzania zmianą z wykorzystaniem uważności.	Test teoretyczny
Stosuje techniki uważności w codziennym zarządzaniu.	Wskazuje techniki uważności w codziennym zarządzaniu.	Test teoretyczny
Planuje działania rozwijające uważność w zespole.	Wskazuje działania rozwijające uważność w zespole.	Test teoretyczny
Priorytetyzuje zadania z uwzględnieniem uważnego podejścia.	Wskazuje zadania z uwzględnieniem uważnego podejścia.	Test teoretyczny
Ocenia i dostosowuje strategie rozwoju indywidualnego i zespołowego.	Wymienia strategie rozwoju indywidualnego i zespołowego.	Test teoretyczny
Wykazuje się gotowością do stosowania uważności w codziennym przywództwie.	Wskazuje cechy do stosowania uważności w codziennym przywództwie.	Test teoretyczny

## 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 1

Moduł 1: Wprowadzenie do uważnego przywództwa

Definicja i znaczenie uważnego przywództwa.

Korzyści płynące z uważności dla menadżerów i zespołów.

Przykłady zastosowania uważności w codziennym zarządzaniu.

Techniki medytacyjne i ich wpływ na efektywność lidera.

Wpływ uważności na podejmowanie decyzji w organizacji.

Moduł 2: Rozwój osobisty lidera poprzez uważność

Samoświadomość jako kluczowy element uważnego przywództwa.

Techniki rozwijania samoświadomości.

Radzenie sobie ze stresem i presją w pracy.

Znaczenie równowagi między życiem zawodowym a prywatnym.

Ćwiczenia praktyczne na rozwijanie uważności.

Moduł 3: Komunikacja w uważnym przywództwie

Zasady uważnej komunikacji.

Słuchanie aktywne jako narzędzie budowania relacji.

Techniki empatycznej komunikacji z zespołem.

Radzenie sobie z konfliktami poprzez uważność.

Ćwiczenia: praktyczne scenariusze i ćwiczenia komunikacyjne.

Moduł 4: Budowanie kultury organizacyjnej opartej na uważności

Wartości i zasady uważnej organizacji.

Implementacja praktyk uważności w codziennej pracy zespołu.

Rola lidera w promowaniu uważności w organizacji.

Case studies: Sukcesy firm stosujących uważność.

Narzędzia wspierające rozwój kultury uważności.

## DZIEŃ 2

Moduł 1: Uważność w zarządzaniu zmianą

Znaczenie uważności w procesach zmian organizacyjnych.

Techniki uważnego zarządzania zmianą.

Przykłady skutecznego wdrażania zmian z zastosowaniem uważności.

Rola lidera w komunikowaniu zmian.

Ćwiczenia praktyczne na zarządzanie zmianą.

Moduł 2: Rozwijanie zespołu poprzez uważność

Diagnozowanie potrzeb rozwojowych zespołu.

Techniki wspierania rozwoju indywidualnego i zespołowego.

Znaczenie feedbacku opartego na uważności.

Praktyki budujące zaangażowanie i motywację.

Ćwiczenia zespołowe na rozwijanie uważności.

Moduł 3: Uważność w podejmowaniu decyzji

Rola uważności w procesie podejmowania decyzji.

Techniki analizy problemów i poszukiwania rozwiązań.

Przykłady decyzji podejmowanych z zastosowaniem uważności.

Znaczenie intuicji w uważnym przywództwie.

Case studies i ćwiczenia decyzyjne.

Moduł 4: Planowanie rozwoju uważnego przywództwa

Określenie celów i planów rozwojowych lidera.

Narzędzia do monitorowania postępów w rozwoju uważności.

Strategie długoterminowe dla uważnego przywództwa.

Wsparcie mentorskie i coachingowe w rozwoju uważności.

Ćwiczenia na tworzenie indywidualnych planów rozwoju.

Usługa realizowana jest w godzinach zegarowych - 1 godz. - 60 min. Przerwy wliczają się w czas realizacji usługi.

Uczestnicy nie muszą wykazywać się minimalnym doświadczeniem / stażem, aby uczestniczyć w usłudze rozwojowej.

Usługa jest realizowana metodami interaktywnymi i aktywizującymi, rozumianymi jako metody umożliwiające uczenie się w oparciu o doświadczenie i pozwalające uczestnikom na ćwiczenie umiejętności.

Ostatnie 15 minut usługi przewidziane jest na przeprowadzenie walidacji usługi w formie zamkniętego testu wiedzy jednokrotnego wyboru.

Test na potrzeby walidacji jest przygotowywany przez osobę zgłoszoną w karcie usługi jako osoba prowadząca walidację.

Procedura przeprowadzenia etapu walidacji:

1. Prowadzący usługę rozdaje uczestnikom szkolenia wydrukowane arkusze testu.
2. Uczestnicy wypełniają otrzymane testy.
3. Po uzupełnieniu testu przez uczestników szkolenie prowadzący zbiera testy.
4. Wypełnione testy zostają przekazane do weryfikacji osobie przeprowadzającej walidację.
5. Po weryfikacji testów uczestnicy otrzymują informację o osiągniętym wyniku testu.

Powyższa procedura przeprowadzenia etapu walidacji usługi zapewnia rozdzielenie funkcji osoby prowadzącej usługę od osoby przeprowadzającej walidację.

Osoba prowadząca walidację nie jest fizycznie obecna na sali szkoleniowej.

# Harmonogram

Liczba pozycji harmonogramu: 7

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
<b>1 z 7</b> Moduł 1: Wprowadzenie do uważnego przywództwa Moduł 2: Rozwój osobisty lidera poprzez uważność	EKSPERT AKAT CONSULTING (S01)	01-06-2026	08:00	12:00	04:00
<b>2 z 7</b> PRZERWA	EKSPERT AKAT CONSULTING (S01)	01-06-2026	12:00	12:30	00:30
<b>3 z 7</b> Moduł 3: Komunikacja w uważnym przywództwie. Moduł 4: Budowanie kultury organizacyjnej opartej na uważności	EKSPERT AKAT CONSULTING (S01)	01-06-2026	12:30	16:00	03:30
<b>4 z 7</b> Moduł 1: Uważność w zarządzaniu zmianą. Moduł 2: Rozwijanie zespołu poprzez uważność	EKSPERT AKAT CONSULTING (S01)	02-06-2026	08:00	12:00	04:00
<b>5 z 7</b> PRZERWA	EKSPERT AKAT CONSULTING (S01)	02-06-2026	12:00	12:30	00:30
<b>6 z 7</b> Moduł 3: Uważność w podejmowaniu decyzji. Moduł 4: Planowanie rozwoju uważnego przywództwa.	EKSPERT AKAT CONSULTING (S01)	02-06-2026	12:30	15:45	03:15
<b>7 z 7</b> WALIDACJA TEST TEORETYCZNY	-	02-06-2026	15:45	16:00	00:15

# Cennik

Jeżeli korzystasz z dofinansowania w wysokości co najmniej 70% przysługuje Tobie zwolnienie z podatku VAT

## Cennik

Rodzaj ceny	Cena
Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	2 644,50 PLN
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	2 150,00 PLN
Koszt osobogodziny brutto	165,28 PLN
Koszt osobogodziny netto	134,38 PLN

## Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



1 z 1

### EKSPERT AKAT CONSULTING (S01)

Doświadczona trenerka, psycholog biznesu, coach i doradca specjalizująca się w obszarze zarządzania i rozwoju kompetencji społecznych w organizacjach. Od 1997 roku realizuje projekty mające na celu rozwój umiejętności menedżerskich, interpersonalnych oraz technik zarządzania wśród liderów, menedżerów i pracowników różnych szczebli. Jej szeroka oferta obejmuje projektowanie programów rozwojowych, dostosowanych do indywidualnych potrzeb organizacji, prowadzenie warsztatów i szkoleń z zakresu komunikacji, zarządzania zespołem, rozwiązywania konfliktów, a także efektywnej obsługi klienta. Wspiera także firmy w implementacji narzędzi HR i diagnozowaniu potrzeb rozwojowych przy użyciu nowoczesnych metod, takich jak Assessment i Development Center. Trenerka łączy wiedzę psychologiczną z praktycznym doświadczeniem zdobytym w różnych środowiskach biznesowych, w tym w sprzedaży, zarządzaniu zespołami oraz pracy z grupami wymagającymi wysokich kompetencji społecznych. Posiada co najmniej 120 godzinne doświadczenie w prowadzeniu szkoleń o tematyce zarządzania, komunikacji oraz budowania zespołów dla osób dorosłych w ostatnich dwóch latach (24 miesiącach) wstecz od dnia rozpoczęcia szkolenia

## Informacje dodatkowe

### Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Uczestnicy otrzymają notesy, teczki, długopisy, a po zakończeniu usługi materiały wypracowane podczas usługi.

## Warunki uczestnictwa

Dokonanie zapisu na usługę jest jednoznaczne z akceptacją ogólnych warunków świadczenia usługi (OWU), które znajdują się na stronie internetowej pod adresem <https://akatconsulting.pl/ogolne-warunki-umowy-akat-consulting/>

## Informacje dodatkowe

Po zakończeniu usługi uczestnik otrzymuje zaświadczenie/ certyfikat.

Usługa będzie realizowana zgodnie z obowiązującymi przepisami prawa, w tym przepisami o VAT:

Usługa stanowi usługę kształcenia zawodowego lub przekwalifikowania zawodowego i korzysta ze zwolnienia z podatku od towarów i usług (VAT) na podstawie art. 43 ust. 1 pkt 29 lit. c ustawy z dnia 11 marca 2004 r. o podatku od towarów i usług.

Usługa będzie zwolniona z podatku VAT pod warunkiem, że poziom dofinansowania ze środków publicznych wyniesie co najmniej 70% wartości usługi, zgodnie z przepisami ustawy o VAT dotyczącymi usług finansowanych ze środków publicznych.

## Adres

ul. Kleczkowska 45  
50-227 Wrocław  
woj. dolnośląskie

## Kontakt



**ANGELA JANAS**

**E-mail** [sprzedaz@akatconsulting.pl](mailto:sprzedaz@akatconsulting.pl)

**Telefon** (+48) 793 489 600