



Trener umiejętności miękkich i społecznych

Numer usługi 2026/03/19/177196/3421672

8 000,00 PLN brutto
8 000,00 PLN netto
200,00 PLN brutto/h
200,00 PLN netto/h
136,25 PLN cena rynkowa ⓘ

MProjekt Marek
Pieńkowski

★★★★★ 4,6 / 5

2 oceny

📍 Elbląg / stacjonarna

🏠 Usługa szkoleniowa

🕒 40 h

📅 05.05.2026 do 08.05.2026

Informacje podstawowe

Kategoria

Biznes / Zarządzanie zasobami ludzkimi

Grupa docelowa usługi

Szkolenie skierowane jest do osób pracujących lub planujących rozwój w obszarze prowadzenia szkoleń, warsztatów oraz zajęć rozwojowych w zakresie umiejętności miękkich i społecznych. W szczególności adresowane jest do trenerów, szkoleniowców, coachów, pedagogów, psychologów, doradców zawodowych, pracowników działów HR oraz osób pracujących w edukacji, organizacjach pozarządowych i instytucjach szkoleniowych.

Uczestnikami mogą być również osoby, które chcą zdobyć kompetencje w zakresie projektowania i prowadzenia szkoleń, rozwijania kompetencji interpersonalnych oraz pracy z grupą, w tym osoby planujące rozpoczęcie działalności szkoleniowej.

Szkolenie przeznaczone jest zarówno dla osób posiadających podstawowe doświadczenie w pracy z ludźmi, jak i dla osób rozpoczynających rozwój w obszarze trenerskim.

Minimalna liczba uczestników

1

Maksymalna liczba uczestników

6

Data zakończenia rekrutacji

04-05-2026

Forma prowadzenia usługi

stacjonarna

Liczba godzin usługi

40

Podstawa uzyskania wpisu do BUR

Znak Jakości TGLS Quality Alliance

Cel

Cel edukacyjny

Celem szkolenia jest przygotowanie uczestników do samodzielnego projektowania i prowadzenia szkoleń oraz warsztatów z zakresu umiejętności miękkich i społecznych poprzez rozwinięcie wiedzy dotyczącej procesu szkoleniowego oraz nabycie praktycznych umiejętności pracy z grupą, doboru metod dydaktycznych, komunikacji trenerskiej oraz budowania zaangażowania uczestników.

Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Uczestnik charakteryzuje rolę i zadania trenera umiejętności miękkich i społecznych.	wskazuje kompetencje i obowiązki trenera	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
	rozdzieli role trenera w procesie szkoleniowym	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
Uczestnik rozdzieli metody i techniki pracy stosowane w szkoleniach umiejętności miękkich.	identyfikuje metody dydaktyczne wykorzystywane w pracy trenera	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
	wskazuje zastosowanie wybranych technik w pracy z grupą	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
Uczestnik rozpoznaje zasady skutecznej komunikacji trenerskiej i pracy z grupą.	identyfikuje metody stosowane w TUS	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
	identyfikuje sposoby budowania zaangażowania uczestników	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
Uczestnik opisuje etapy procesu szkoleniowego oraz zasady projektowania szkolenia.	wymienia etapy procesu szkoleniowego	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
	wskazuje elementy programu szkoleniowego	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie

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

Forma usługi: Szkolenie stacjonarne

Liczba godzin: 40 godzin szkoleniowych (po 45 minut każda) = 30 godzin zegarowych. Przerwy nie wliczają się do czasu szkolenia.

Czas trwania: 4 dni

Forma weryfikacji efektów uczenia się: Test teoretyczny w formie pytań zamkniętych.

Kryteria zaliczenia: min. 70% poprawnych odpowiedzi.

Ramowy program szkolenia

Dzień 1: Podstawy pracy trenera i projektowanie szkolenia

- Otwarcie szkolenia, cele, kontrakt grupowy, zasady współpracy
- Rola trenera – kompetencje, odpowiedzialność, etyka pracy
- Proces szkoleniowy – etapy i logika projektowania szkoleń
- Analiza potrzeb szkoleniowych – źródła danych i metody diagnozy
- Formułowanie celów szkoleniowych (SMART)
- Efekty uczenia się – zasady ich konstruowania
- Projektowanie programu szkolenia (struktura, dobór treści)
- Planowanie przebiegu dnia szkoleniowego
- Dobór metod dydaktycznych do celów i grupy

Dzień 2: Metody pracy trenerskiej i praca z grupą

- Powtórzenie i utrwalenie wiedzy
- Metody aktywizujące w szkoleniach
- Techniki pracy warsztatowej
- Komunikacja trenerska – zasady i narzędzia
- Budowanie relacji i bezpieczeństwa w grupie
- Dynamika grupy – etapy rozwoju
- Role uczestników w grupie
- Moderowanie dyskusji i angażowanie uczestników
- Praca z trudnym uczestnikiem
- Strategie reagowania w sytuacjach trudnych

Dzień 3: Narzędzia trenerskie i rozwijanie kompetencji uczestników

- Style uczenia się dorosłych
- Dostosowanie metod szkoleniowych do stylów uczenia
- Narzędzia i materiały szkoleniowe
- Prowadzenie ćwiczeń – instrukcja, realizacja, omówienie
- Feedback – zasady i modele udzielania informacji zwrotnej
- Udzielanie i przyjmowanie informacji zwrotnej
- Ewaluacja szkolenia – metody i narzędzia
- Monitorowanie efektów uczenia się
- Przygotowanie własnego szkolenia
- Próby prowadzenia fragmentów zajęć

Dzień 4: Wystąpienia trenerskie i praktyka

- Powtórzenie materiału
- Wystąpienia trenerskie – struktura i przygotowanie
- Komunikacja niewerbalna i praca głosem
- Budowanie zaangażowania uczestników
- Techniki prezentacyjne i prowadzenie grupy
- Radzenie sobie ze stresem w pracy trenera
- Prowadzenie fragmentów szkolenia przez uczestników
- Analiza wystąpień i informacja zwrotna
- Utrwalanie wiedzy i przygotowanie do walidacji
- Walidacja efektów uczenia się (test wiedzy)

Harmonogram

Liczba przedmiotów/zajęć: 52

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
1 z 52 Otwarcie szkolenia, kontrakt, zasady współpracy	JUSTYNA GRABOWSKA	05-05-2026	08:00	08:45	00:45
2 z 52 Rola trenera – kompetencje i odpowiedzialność	JUSTYNA GRABOWSKA	05-05-2026	08:45	09:30	00:45
3 z 52 Proces szkoleniowy – etapy i założenia	JUSTYNA GRABOWSKA	05-05-2026	09:30	10:15	00:45
4 z 52 Przerwa (15 min)	JUSTYNA GRABOWSKA	05-05-2026	10:15	10:30	00:15
5 z 52 Analiza potrzeb szkoleniowych – źródła danych	JUSTYNA GRABOWSKA	05-05-2026	10:30	11:15	00:45
6 z 52 Formułowanie celów szkoleniowych (SMART)	JUSTYNA GRABOWSKA	05-05-2026	11:15	12:00	00:45
7 z 52 Efekty uczenia się – wprowadzenie	JUSTYNA GRABOWSKA	05-05-2026	12:00	12:45	00:45

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
8 z 52 Przerwa (30 min)	JUSTYNA GRABOWSKA	05-05-2026	12:45	13:15	00:30
9 z 52 Projektowanie programu szkoleniowego	JUSTYNA GRABOWSKA	05-05-2026	13:15	14:00	00:45
10 z 52 Dobór metod dydaktycznych	JUSTYNA GRABOWSKA	05-05-2026	14:00	14:45	00:45
11 z 52 Dostosowanie treści do grupy docelowej	JUSTYNA GRABOWSKA	05-05-2026	14:45	15:30	00:45
12 z 52 Przerwa (15 min)	JUSTYNA GRABOWSKA	05-05-2026	15:30	15:45	00:15
13 z 52 Planowanie przebiegu dnia szkoleniowego	JUSTYNA GRABOWSKA	05-05-2026	15:45	16:30	00:45
14 z 52 Powtórzenie wiedzy i integracja	JUSTYNA GRABOWSKA	06-05-2026	08:00	08:45	00:45
15 z 52 Metody aktywizujące w szkoleniach	JUSTYNA GRABOWSKA	06-05-2026	08:45	09:30	00:45
16 z 52 Techniki pracy warsztatowej	JUSTYNA GRABOWSKA	06-05-2026	09:30	10:15	00:45
17 z 52 Przerwa (15 min)	JUSTYNA GRABOWSKA	06-05-2026	10:15	10:30	00:15
18 z 52 Komunikacja trenerska – zasady	JUSTYNA GRABOWSKA	06-05-2026	10:30	11:15	00:45
19 z 52 Budowanie relacji i bezpieczeństwa w grupie	JUSTYNA GRABOWSKA	06-05-2026	11:15	12:00	00:45

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
20 z 52 Dynamika grupy – etapy rozwoju	JUSTYNA GRABOWSKA	06-05-2026	12:00	12:45	00:45
21 z 52 Przerwa (30 min)	JUSTYNA GRABOWSKA	06-05-2026	12:45	13:15	00:30
22 z 52 Role uczestników i ich znaczenie	JUSTYNA GRABOWSKA	06-05-2026	13:15	14:00	00:45
23 z 52 Praca z trudnym uczestnikiem	JUSTYNA GRABOWSKA	06-05-2026	14:00	14:45	00:45
24 z 52 Strategie reagowania w sytuacjach trudnych	JUSTYNA GRABOWSKA	06-05-2026	14:45	15:30	00:45
25 z 52 Przerwa (15 min)	JUSTYNA GRABOWSKA	06-05-2026	15:30	15:45	00:15
26 z 52 Moderowanie dyskusji i angażowanie grupy	JUSTYNA GRABOWSKA	06-05-2026	15:45	16:30	00:45
27 z 52 Style uczenia się dorosłych	JUSTYNA GRABOWSKA	07-05-2026	08:00	08:45	00:45
28 z 52 Dostosowanie metod do stylów uczenia	JUSTYNA GRABOWSKA	07-05-2026	08:45	09:30	00:45
29 z 52 Narzędzia i materiały szkoleniowe	JUSTYNA GRABOWSKA	07-05-2026	09:30	10:15	00:45
30 z 52 Przerwa (15 min)	JUSTYNA GRABOWSKA	07-05-2026	10:15	10:30	00:15
31 z 52 Prowadzenie ćwiczeń – instrukcja i omówienie	JUSTYNA GRABOWSKA	07-05-2026	10:30	11:15	00:45

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
32 z 52 Feedback – zasady i modele	JUSTYNA GRABOWSKA	07-05-2026	11:15	12:00	00:45
33 z 52 Udzielanie informacji zwrotnej	JUSTYNA GRABOWSKA	07-05-2026	12:00	12:45	00:45
34 z 52 Przerwa (30 min)	JUSTYNA GRABOWSKA	07-05-2026	12:45	13:15	00:30
35 z 52 Ewaluacja szkolenia – narzędzia	JUSTYNA GRABOWSKA	07-05-2026	13:15	14:00	00:45
36 z 52 Monitorowanie efektów uczenia	JUSTYNA GRABOWSKA	07-05-2026	14:00	14:45	00:45
37 z 52 Przygotowanie własnego szkolenia	JUSTYNA GRABOWSKA	07-05-2026	14:45	15:30	00:45
38 z 52 Przerwa (15 min)	JUSTYNA GRABOWSKA	07-05-2026	15:30	15:45	00:15
39 z 52 Próby prowadzenia fragmentów zajęć	JUSTYNA GRABOWSKA	07-05-2026	15:45	16:30	00:45
40 z 52 Powtórzenie materiału	JUSTYNA GRABOWSKA	08-05-2026	08:00	08:45	00:45
41 z 52 Wystąpienia trenerskie – struktura	JUSTYNA GRABOWSKA	08-05-2026	08:45	09:30	00:45
42 z 52 Komunikacja niewerbalna i głos	JUSTYNA GRABOWSKA	08-05-2026	09:30	10:15	00:45
43 z 52 Przerwa (15 min)	JUSTYNA GRABOWSKA	08-05-2026	10:15	10:30	00:15

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
44 z 52 Budowanie zaangażowania uczestników	JUSTYNA GRABOWSKA	08-05-2026	10:30	11:15	00:45
45 z 52 Techniki prezentacyjne	JUSTYNA GRABOWSKA	08-05-2026	11:15	12:00	00:45
46 z 52 Radzenie sobie ze stresem trenerskim	JUSTYNA GRABOWSKA	08-05-2026	12:00	12:45	00:45
47 z 52 Przerwa (30 min)	JUSTYNA GRABOWSKA	08-05-2026	12:45	13:15	00:30
48 z 52 Prowadzenie fragmentów szkolenia – praktyka	JUSTYNA GRABOWSKA	08-05-2026	13:15	14:00	00:45
49 z 52 Analiza i informacja zwrotna	JUSTYNA GRABOWSKA	08-05-2026	14:00	14:45	00:45
50 z 52 Utrwalanie wiedzy i przygotowanie do testu	JUSTYNA GRABOWSKA	08-05-2026	14:45	15:30	00:45
51 z 52 Przerwa (15 min)	JUSTYNA GRABOWSKA	08-05-2026	15:30	15:45	00:15
52 z 52 Walidacja efektów uczenia się (test)	JUSTYNA GRABOWSKA	08-05-2026	15:45	16:30	00:45

Cennik

Cennik

Rodzaj ceny	Cena
Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	8 000,00 PLN
Podmiot uprawniony do zwolnienia z VAT na podstawie art. 43 ust. 1 ustawy o VAT	

Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	8 000,00 PLN
Koszt osobogodziny brutto	200,00 PLN
Koszt osobogodziny netto	200,00 PLN

Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



1 z 1

JUSTYNA GRABOWSKA

Justyna Grabowska to trenerka kompetencji miękkich, specjalizująca się w obszarze komunikacji interpersonalnej oraz rozwoju osobistego. Posiada doświadczenie w prowadzeniu szkoleń i warsztatów dla różnych grup odbiorców, w tym osób dorosłych, pracowników zespołów oraz uczestników projektów społecznych.

W swojej pracy wykorzystuje narzędzia oparte na modelu MAXie DISC, wspierając uczestników w lepszym rozumieniu stylów zachowań oraz budowaniu efektywnej komunikacji. Stawia na praktyczne podejście, angażujące ćwiczenia oraz tworzenie bezpiecznej przestrzeni do nauki i wymiany doświadczeń.

Informacje dodatkowe

Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Prezentacja ze szkolenia, test teoretyczny do walidacji efektów uczenia się.

Informacje dodatkowe

Usługa rozwojowa nie jest świadczona przez podmiot pełniący funkcję Operatora lub Partnera Operatora w danym projekcie PSF lub w którymkolwiek Regionalnym Programie lub FERS albo przez podmiot powiązany z Operatorem lub Partnerem kapitałowo lub osobowo. Usługa rozwojowa nie jest świadczona przez podmiot będący jednocześnie podmiotem korzystającym z usług rozwojowych o zbliżonej tematyce w ramach danego projektu. Usługa rozwojowa nie obejmuje wzajemnego świadczenia usług w projekcie o zbliżonej tematyce przez Dostawców usług, którzy delegują na usługi siebie oraz swoich pracowników i korzystają z dofinansowania, a następnie świadczą usługi w zakresie tej samej tematyki dla Przedsiębiorcy, który wcześniej występował w roli Dostawcy tych usług. Cena usługi nie obejmuje kosztów niezwiązanych bezpośrednio z usługą rozwojową, w szczególności kosztów środków trwałych.

Adres

ul. Rawska 19
82-300 Elbląg
woj. warmińsko-mazurskie

Udogodnienia w miejscu realizacji usługi

- Klimatyzacja
- Wi-fi

Kontakt



SANDRA SZEWCZYK

E-mail sandraszkoli@gmail.com

Telefon (+48) 505 569 887