



ILLUSTRO Szkolenia  
Doradztwo Grzegorz  
Rippel

★★★★★ 4,8 / 5

3 387 ocen

## Poprawa zarządzania i komunikacji w firmie w oparciu o zasady przeciwdziałania dyskryminacji i mobbingowi, rozwoju dialogu społecznego, partycypacji pracowniczej i wspierania integracji w miejscu pracy.

Numer usługi 2026/04/09/18964/3474706

📍 Katowice

🏢 Usługa szkoleniowa

📄 stacjonarna

🕒 24:00 h

📅 20.07.2026 do 21.08.2026

2 280,00 PLN brutto

2 280,00 PLN netto

95,00 PLN brutto/h

95,00 PLN netto/h

181,67 PLN cena rynkowa ⓘ

## Informacje podstawowe

### Kategoria

Biznes / Zarządzanie zasobami ludzkimi

### Grupa docelowa usługi

- kadra kierownicza wszystkich szczebli,
- specjaliści i pracownicy działów HR,
- pracodawcy i właściciele firm,
- osoby odpowiedzialne za relacje pracownicze i politykę antymobbingową,
- pracownicy zainteresowani budowaniem bezpiecznego środowiska pracy,
- osoby pracujące w zespołach wielopokoleniowych.

### Minimalna liczba uczestników

12

### Maksymalna liczba uczestników

12

### Data zakończenia rekrutacji

19-07-2026

### Forma prowadzenia usługi

stacjonarna

### Liczba godzin usługi

24

### 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 przygotowuje uczestników do świadomego przeciwdziałania mobbingowi i dyskryminacji w miejscu pracy poprzez rozwój kompetencji komunikacyjnych, zwiększenie wiedzy prawnej oraz kształtowanie postawy sprzyjającej budowaniu bezpiecznego, opartego na współpracy środowiska pracy.

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

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Wiedza: Definiuje aktualne przepisy Kodeksu Pracy dotyczące mobbingu i dyskryminacji oraz rozumie różnicę między dopuszczalną krytyką a nękaniami.	Wyjaśnia pojęcie dyskryminacji w zatrudnieniu, uwzględniając jej formy (bezpośrednia, pośrednia).	Test teoretyczny
	Wyjaśnia różnicę między konstruktywną krytyką a nękaniami, wskazując cechy obu zjawisk	Test teoretyczny
Wiedza: Rozumie mechanizmy powstawania konfliktów w zespole oraz psychologiczne aspekty wykluczenia i stereotypizacji.	Wymienia etapy eskalacji konfliktu oraz potrafi wskazać typowe zachowania uczestników na każdym etapie	Test teoretyczny
	Opisuje główne przyczyny konfliktów w zespole, np. różnice w wartościach, komunikacji, celach, rolach czy zasobach.	Test teoretyczny
	Definiuje pojęcie partycypacyjnego modelu zarządzania i wyjaśnia jego główne założenia.	Test teoretyczny
Wiedza: Definiuje zasady budowania partycypacyjnego modelu zarządzania i narzędzia wspierania dialogu społecznego wewnątrz organizacji	Wymienia korzyści płynące z partycypacji pracowników w procesach decyzyjnych, np. większe zaangażowanie, lepsze podejmowanie decyzji, redukcja konfliktów.	Test teoretyczny
Wiedza: Definiuje strukturę i rolę procedur anti-mobbingowych oraz mechanizmów zgłaszania nieprawidłowości (whistleblowing).	Definiuje procedury anti-mobbingowe i opisuje ich podstawowe elementy, np. politykę przeciwdziałania mobbingowi, obowiązki pracodawcy, kanały zgłaszania sytuacji.	Test teoretyczny
	Wskazuje przykłady działań prewencyjnych, które mogą być częścią procedur anti-mobbingowych.	Test teoretyczny
	Rozpoznaje emocje i potrzeby rozmówcy w toku komunikacji interpersonalnej.	Wywiad swobodny
Umiejętności: Wykorzystuje techniki aktywnego słuchania i model NVC (Komunikacja Bez Przemocy) w codziennych relacjach z pracownikami.	Poprawnie stosuje techniki aktywnego słuchania, takie jak parafrazowanie, zadawanie pytań otwartych, odzwierciedlanie emocji, podsumowywanie wypowiedzi.	Wywiad swobodny

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Umiejętności: Identyfikuje wczesne symptomy mobbingu lub dyskryminacji i podjąć odpowiednie kroki interwencyjne zgodnie z procedurą.	Rozpoznaje symptomy mobbingu w zachowaniach pracowników, np. izolowanie, krytyka, poniżanie, nadmierne obciążenie pracą.	Wywiad swobodny
	Analizuje sytuację zgodnie z obowiązującą procedurą anti-mobbingową w organizacji.	Wywiad swobodny
Umiejętności: Samodzielnie moderuje proste sytuacje konfliktowe, dążąc do porozumienia stron i deeskalacji napięć.	Rozpoznaje rodzaj konfliktu (zadaniowy, interpersonalny, wartości) i identyfikuje jego źródła.	Wywiad swobodny
	Stosuje techniki moderacji konfliktu, takie jak aktywne słuchanie, parafrazowanie, zadawanie pytań otwartych, ułatwianie wypowiedzi obu stron	Wywiad swobodny
Umiejętności: Projektuje działania sprzyjające integracji zespołu i włączaniu grup defaworyzowanych w procesy decyzyjne firmy.	Identyfikuje bariery integracji zespołu oraz czynniki prowadzące do wykluczenia niektórych grup pracowników.	Wywiad swobodny
	Opracowuje działania wspierające integrację zespołu, np. warsztaty integracyjne, spotkania projektowe, programy mentoringowe.	Wywiad swobodny
Kompetencje społeczne: Promuje kulturę wzajemnego szacunku i otwartości na różnorodność w miejscu pracy.	Inicjuje i wspiera działania promujące różnorodność, np. dyskusje, szkolenia, kampanie uświadamiające, programy mentoringowe	Wywiad swobodny
	Buduje relacje oparte na zaufaniu i współpracy, uwzględniając indywidualne potrzeby i mocne strony członków zespołu.	Wywiad swobodny
Kompetencje społeczne: Przejawia gotowość do bycia rzecznikiem dialogu społecznego i transparentnej komunikacji między kadrą zarządzającą a pracownikami.	Aktywnie uczestniczy w procesach komunikacji między kadrą zarządzającą a pracownikami, dbając o jasny i zrozumiały przekaz informacji.	Wywiad swobodny
	Rozwiązuje sytuacje konfliktowe lub nieporozumienia między pracownikami a kadrą kierowniczą w sposób konstruktywny.	Wywiad swobodny

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Kompetencje społeczne: Wykazuje dbałość o dobrostan zespołu, rozumiejąc wpływ atmosfery pracy na zdrowie psychiczne i efektywność zatrudnionych osób.	Monitoruje atmosferę w zespole i identyfikuje czynniki wpływające na samopoczucie i stres pracowników.	Wywiad swobodny
	Podjmuje działania wspierające dobrostan zespołu, np. organizacja przerw, dbanie o równowagę obciążenia pracą, inicjowanie działań integracyjnych.	Wywiad swobodny

## 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 rozdzielanie procesów kształcenia i szkolenia od walidacji?

TAK

## Program

### 1. Fundamenty prawne i etyczne

Definicje: mobbing, dyskryminacja, molestowanie. Różnice między konfliktem a nękaniami. Odpowiedzialność pracodawcy w świetle Kodeksu Pracy.

### 2. Psychologia dyskryminacji

Mechanizmy powstawania uprzedzeń i stereotypów w zespole. Jak nieświadomione uprzedzenia wpływają na decyzje menedżerskie?

### 3. Skuteczna komunikacja wewnętrzna

Narzędzia komunikacji bez przemocy (NVC). Techniki aktywnego słuchania i udzielania konstruktywnego feedbacku (metody FUKO/SBI).

### 4. Przeciwdziałania patologiom

Budowanie procedur *anti-mobbingowych*. Rola sygnalisty (whistleblowing) w firmie. Jak reagować na pierwsze sygnały ostrzegawcze?

## 5.Dialog społeczny i partycypacja

Formy włączania pracowników w życie firmy. Budowanie kultury "otwartych drzwi". Konsultacje pracownicze jako narzędzie rozwoju MMŚP.

## 6.Zarządzanie konfliktem i mediacje

Strategie rozwiązywania sporów w zespole. Rola lidera jako mediatora. Warsztat: Analiza studium przypadku (case study).

## 7.Integracja i zarządzanie różnorodnością

Budowanie zespołów wielopokoleniowych i różnorodnych. Korzyści biznesowe z inkluzywności (Diversity & Inclusion).

## 8.Podsumowanie i plan wdrożenia

Opracowanie "Karty Dobrych Praktyk" dla firmy uczestnika. Ewaluacja szkolenia i test końcowy (weryfikacja efektów uczenia się).

Łączny czas trwania szkolenia 24 godzin dydaktycznych = 45 minut, przerwy wliczone są w czas szkolenia.

Walidacja przeprowadzona jest w oparciu o test teoretyczny oraz wywiad swobodny przeprowadzony po zakończeniu szkolenia.

Zapewniono rozdzielność procesu kształcenia od procesu walidacji poprzez skierowanie innej osoby przeprowadzającej walidację.

# Harmonogram

Liczba pozycji harmonogramu: 16

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
<b>1 z 16</b> Fundamenty prawne i etyczne	Natalia Kotas-Rippel	20-07-2026	08:00	11:30	03:30
<b>2 z 16</b> przerwa	Natalia Kotas-Rippel	20-07-2026	11:30	11:45	00:15
<b>3 z 16</b> Psychologia dyskryminacji	Natalia Kotas-Rippel	20-07-2026	11:45	13:30	01:45
<b>4 z 16</b> przerwa	Natalia Kotas-Rippel	20-07-2026	13:30	13:45	00:15
<b>5 z 16</b> Skuteczna komunikacja wewnętrzna	Natalia Kotas-Rippel	20-07-2026	13:45	16:00	02:15
<b>6 z 16</b> Przeciwdziałania patologiom	Natalia Kotas-Rippel	03-08-2026	08:00	11:30	03:30
<b>7 z 16</b> Przerwa	Natalia Kotas-Rippel	03-08-2026	11:30	11:45	00:15

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
8 z 16 Dialog społeczny i partycypacja	Natalia Kotas-Rippel	03-08-2026	11:45	13:30	01:45
9 z 16 Przerwa	Natalia Kotas-Rippel	03-08-2026	13:30	13:45	00:15
10 z 16 Zarządzanie konfliktem i mediacje cz. I	Natalia Kotas-Rippel	03-08-2026	13:45	16:00	02:15
11 z 16 Zarządzanie konfliktem i mediacje cz. II	Natalia Kotas-Rippel	21-08-2026	08:00	11:30	03:30
12 z 16 Przerwa	Natalia Kotas-Rippel	21-08-2026	11:30	11:45	00:15
13 z 16 Integracja i zarządzanie różnorodnością	Natalia Kotas-Rippel	21-08-2026	11:45	13:30	01:45
14 z 16 Przerwa	Natalia Kotas-Rippel	21-08-2026	13:30	13:45	00:15
15 z 16 Podsumowanie i plan wdrożenia	Natalia Kotas-Rippel	21-08-2026	13:45	15:30	01:45
16 z 16 Walidacja	-	21-08-2026	15:30	16:00	00:30

## Cennik

### Cennik

Rodzaj ceny	Cena
<b>Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto</b>	2 280,00 PLN
Podmiot uprawniony do zwolnienia z VAT na podstawie art. 43 ust. 1 ustawy o VAT	
<b>Koszt przypadający na 1 uczestnika netto</b>	2 280,00 PLN
<b>Koszt osobogodziny brutto</b>	95,00 PLN

## Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



1 z 1

### Natalia Kotas-Rippel

#### 1. Obszar specjalizacji

Specjalizuje się w zagadnieniach

komunikacji interpersonalnej z elementami wywierania wpływu, negocjacji i mediacji, asertywności, zarządzaniu stresem, wypalenia zawodowego, pracy z emocjami oraz treningach umiejętności kierowniczych dla kadry menedżerskiej.

#### 2. Doświadczenie zawodowe

Psycholog biznesu, trener, coach, doradca zawodowy i doradca kariery.

Posiada co najmniej 120 godz. doświadczenia w prowadzeniu szkoleń o podobnej tematyce dla osób dorosłych w ostatnich dwóch latach (24 miesiącach) wstecz od dnia rozpoczęcia szkolenia

#### 3. Wykształcenie

Absolwentka Uniwersytetu Śląskiego – Wydziału Pedagogiki i psychologii oraz Szkoły Trenerów.

Członek Polskiego Towarzystwa Psychologicznego oraz International Association of Applied

Psychology. Certyfikowany trener Ośrodka Pomocy i Edukacji Psychologicznej INTRA w Warszawie,

gdzie w 2002r. ukończyła szkołę treningu i warsztatu psychologicznego. Ukończyła

Międzynarodowe Studia Menedżerskie (GWSH, 2005r.), studia podyplomowe z negocjacji i

mediacji(GWSH, 2007 r.), studia podyplomowe z coachingu (WSB Wrocław 2010) oraz 3

semestralne studia podyplomowe z doradztwa zawodowego (Wyższa Szkoła im. Jańskiego w

Opolu2010) i podyplomowe studia pedagogiczne (Wyższa Szkoła i. Jańskiego, Opole 2013).

E-mail trenera: natalia.kotas-rippel@illustro.pl

## Informacje dodatkowe

### Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Uczestnicy otrzymają materiały szkoleniowe w formie elektronicznej

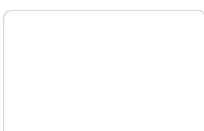
## Adres

ul. Fryderyka Chopina 1/IX

40-093 Katowice

woj. śląskie

## Kontakt



Grzegorz Rippel



**E-mail** [info@illustro.pl](mailto:info@illustro.pl)

**Telefon** (+48) 774 428 554