



Mobbing i dyskryminacja w miejscu pracy - jak rozpoznawać i przeciwdziałać

Numer usługi 2026/04/13/30790/3482186

1 279,20 PLN brutto
1 040,00 PLN netto
159,90 PLN brutto/h
130,00 PLN netto/h
181,67 PLN cena rynkowa ⓘ

FlexHR Doradztwo
Personalne Agencja
Zatrudnienia Sp. z
o.o.

Brak ocen dla tego dostawcy

- 📍 Toruń
- 🏢 Usługa szkoleniowa
- 📄 stacjonarna
- 🕒 08:00 h
- 📅 04.05.2026 do 31.12.2026

Informacje podstawowe

Kategoria	Biznes / Zarządzanie zasobami ludzkimi
Grupa docelowa usługi	Szkolenie skierowane jest do pracowników działów personalnych, HR Managerów, HR Business Partnerów, Kierowników i Liderów oraz wszystkich osób zainteresowanych tematyką związaną z mobbingiem w miejscu pracy.
Minimalna liczba uczestników	5
Maksymalna liczba uczestników	15
Forma prowadzenia usługi	stacjonarna
Liczba godzin usługi	8
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

Celem szkolenia jest zwiększenie świadomości na temat zjawiska mobbingu w miejscu pracy, umiejętności rozpoznawania, zapobiegania oraz skutecznego reagowania. Podczas szkolenia uczestnicy zyskają wiedzę, praktyczne umiejętności oraz wskazówki, w jaki sposób radzić sobie w sytuacji wystąpienia mobbingu lub dyskryminacji.

Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Uczestnik nabywa wiedzę z zakresu mobbingu w miejscu pracy.	Identyfikuje zachowania noszące znamiona mobbingu.	Test teoretyczny
Uczestnik nabywa wiedzę z dyskryminacji w miejscu pracy.	Identyfikuje zachowania noszące znamiona dyskryminacji w miejscu pracy.	Test teoretyczny
Uczestnik nabywa wiedzę i umiejętności z zakresu działań antymobbingowych i antydyskryminacyjnych.	Zna i wie w jaki sposób reagować w sytuacjach mobbingu lub dyskryminacji. Potrafi stworzyć procedurę antymobbingową i antydyskryminacyjną.	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

W trakcie szkolenia uczestnicy zyskają wiedzę w zakresie:

- rozpoznawania symptomów mobbingu oraz innych form przemocy psychicznej w pracy;
- rodzaju mobbingu;
- profilu mobbera i profilu ofiary;
- czym jest, a czym nie jest mobbing;
- konsekwencji mobbingu i dyskryminacji w ujęciu prawnym;
- ochrony przed mobbingiem;

- konsekwencji zarządczych, zespołowych i indywidualnych;
- obowiązków pracodawcy i pracowników w zakresie przeciwdziałania mobbingowi;
- rozdzielenia "zwykłego" stresu od mobbingu;
- dobrych i złych praktyk komunikacji w miejscu pracy;
- stereotypów i uprzedzeń – sposoby przeciwdziałania dyskryminacji;
- praktyk antymobbingowych i antydyskryminacyjnych;
- konfliktów w miejscu pracy – skuteczne sposoby rozwiązywania konfliktów w miejscu pracy;
- asertywności jako narzędzia w walce z mobbingiem i dyskryminacją;
- autodiagnozy „Jaką postawę prezentujesz w kontakcie z innymi – postawa agresywna, postawa uległa, postawa asertywna”.

Metoda pracy na szkoleniu to: ćwiczenia, **wykład interaktywny, metody aktywizujące uczestników- dyskusja moderowana, zadania problemowe, swobodne rozmowy- dzielenie się doświadczeniami.**

Liczba godzin usługi jest liczona wg. godzin dydaktycznych (1 godzina dydaktyczna = 45 minut) - łącznie 8 godzin dydaktycznych.

Harmonogram

Liczba pozycji harmonogramu: 8

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
1 z 8 Rozpoznawanie symptomów mobbingu oraz innych innych form przemocy	KSENIA GRUSZECKA	23-07-2026	09:00	10:00	01:00
2 z 8 Rodzaje mobbingu, profil mobbera i profil ofiary	KSENIA GRUSZECKA	23-07-2026	10:00	11:30	01:30
3 z 8 Konsekwencje mobbingu i dyskryminacji w ujęciu prawnym	KSENIA GRUSZECKA	23-07-2026	11:30	12:00	00:30
4 z 8 Przerwa	KSENIA GRUSZECKA	23-07-2026	12:00	12:30	00:30
5 z 8 Obowiązki pracodawców i pracowników w zakresie przeciwdziałania dyskryminacji	KSENIA GRUSZECKA	23-07-2026	12:30	13:30	01:00

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
6 z 8 Stereotypy i uprzedzenia - sposoby przeciwdziałania dyskryminacji	KSENIA GRUSZECKA	23-07-2026	13:30	14:00	00:30
7 z 8 Praktyki antymobbingowe i antydyskryminacyjne, przeciwdziałanie konfliktom w miejscu pracy, asertywność jako narzędzie w walce z mobbingiem	KSENIA GRUSZECKA	23-07-2026	14:00	14:30	00:30
8 z 8 Podsumowanie, test walidacyjny	KSENIA GRUSZECKA	23-07-2026	14:30	15:00	00:30

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	1 279,20 PLN
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	1 040,00 PLN
Koszt osobogodziny brutto	159,90 PLN
Koszt osobogodziny netto	130,00 PLN

Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



1 z 1

KSENIA GRUSZECKA

Psycholog, psycholog transportu, interwenta kryzysowy. Obecnie pełni stanowisko HR Business Partnera. Główne kompetencje to projektowanie oraz kompleksowe przeprowadzanie szkoleń rozwojowych.

W swojej codziennej pracy koncentruje się na badaniu potrzeb Klientów oraz przygotowywaniu dopasowanej oferty szkoleniowej. Przeprowadza szkolenia z zakresu komunikacji, asertywności, zarządzania czasem, wypalenia zawodowego, mobbingu w miejscu pracy, sprawnego poruszania się po rynku pracy oraz zarządzania pokoleniowego. Projektuje oraz przeprowadza sesje Assessment / Development Centre. Koordynuje oraz przeprowadza zajęcia na kierunku studiów podyplomowych HR Business Partner z elementami controllingu personalnego na uczelni WSB Merito.

Informacje dodatkowe

Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Każdy uczestnik szkolenie otrzyma materiały szkoleniowe w formie skryptu oraz imienny certyfikat.

Istnieje możliwość indywidualnego ustalenia dokładnego terminu szkolenia.

Adres

ul. Tadeusza Kościuszki 51B
87-100 Toruń
woj. kujawsko-pomorskie

Udogodnienia w miejscu realizacji usługi

- Klimatyzacja

Kontakt



Ksenia Gruszecka

E-mail ksenia.gruszecka@flexhr.pl

Telefon (+48) 690 092 800