



Asertywność w komunikacji zawodowej z uwzględnieniem zielonych kompetencji i innowacyjnych narzędzi AI

Numer usługi 2026/04/21/213500/3503386

5 250,00 PLN brutto
5 250,00 PLN netto
328,13 PLN brutto/h
328,13 PLN netto/h
156,25 PLN cena rynkowa ⓘ

PASJA EXCELA
SPÓŁKA Z
OGRANICZONĄ
ODPOWIEDZIALNOŚ
CIĄ

📍 Brenna / stacjonarna

🏠 Usługa szkoleniowa

★★★★★ 4,8 / 5

🕒 16 h

17 ocen

📅 13.06.2026 do 14.06.2026

Informacje podstawowe

Kategoria

Biznes / Negocjacje

Grupa docelowa usługi

Szkolenie skierowane jest do osób dorosłych aktywnych zawodowo, które chcą rozwijać kompetencje asertywnej komunikacji w środowisku pracy z uwzględnieniem wyzwań zielonej transformacji oraz wykorzystania nowoczesnych narzędzi cyfrowych (AI).

W szczególności do:

- pracowników obsługi klienta (wewnętrznego i zewnętrznego),
- pracowników administracyjnych i operacyjnych,
- liderów zespołów, koordynatorów i brygadzystów,
- pracowników działów HR, sprzedaży, logistyki i wsparcia,
- osób pracujących w środowisku wymagającym komunikacji, współpracy i podejmowania decyzji,
- osób chcących rozwijać kompetencje przyszłości, w tym asertywność, odpowiedzialność komunikacyjną oraz świadome podejmowanie decyzji w kontekście zrównoważonego rozwoju.

Minimalna liczba uczestników

3

Maksymalna liczba uczestników

12

Data zakończenia rekrutacji

12-06-2026

Forma prowadzenia usługi

stacjonarna

Liczba godzin usługi

16

Cel

Cel edukacyjny

Usługa przygotowuje Uczestnika do stosowania asertywnej komunikacji w środowisku pracy, z uwzględnieniem zasad zrównoważonego rozwoju oraz wykorzystania narzędzi cyfrowych (AI). Uczestnik rozróżnia style komunikacji, formułuje komunikaty asertywne, stawia granice, odmawia w sposób konstruktywny oraz prowadzi rozmowy z poszanowaniem relacji i odpowiedzialności społecznej.

Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji	
Definiuje asertywność oraz rozróżnia style komunikacji w kontekście środowiska pracy, uwzględniając ich wpływ na relacje, efektywność pracy oraz odpowiedzialność społeczną i środowiskową	wyjaśnia różnice między asertywnością, uległością i agresją	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie	
	wskazuje konsekwencje stylów komunikacji dla współpracy i organizacji pracy	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie	
	odnosi komunikację do zasad zrównoważonego rozwoju i odpowiedzialności w miejscu pracy	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie	
	identyfikuje sytuacje trudne w komunikacji zawodowej	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie	
	Rozpoznaje własne bariery komunikacyjne oraz przekonania utrudniające postawę asertywną, z uwzględnieniem ich wpływu na efektywność pracy i odpowiedzialne funkcjonowanie w organizacji	wskazuje własne reakcje nieasertywne	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
	analizuje wpływ przekonań na podejmowanie decyzji i relacje w pracy	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie	
Formułuje asertywne komunikaty z uwzględnieniem zasad odpowiedzialnej komunikacji oraz wykorzystuje narzędzia cyfrowe (AI) wspierające przygotowanie i analizę komunikatów	stosuje komunikat „ja”	Obserwacja w warunkach symulowanych	
	komunikuje potrzeby i oczekiwania w sposób jasny i konstruktywny	Obserwacja w warunkach symulowanych	
	dobiera i wykorzystuje narzędzia AI do przygotowania komunikatów	Obserwacja w warunkach symulowanych	

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Stosuje techniki asertywnej odmowy oraz stawiania granic w środowisku zawodowym, z uwzględnieniem efektywnego zarządzania zasobami i odpowiedzialnego podejmowania decyzji	odmawia w sposób spokojny i konkretny	Obserwacja w warunkach symulowanych
	utrzymuje stanowisko bez eskalacji konfliktu	Obserwacja w warunkach symulowanych
	komunikuje granice z poszanowaniem relacji i organizacji pracy	Obserwacja w warunkach symulowanych
Reaguje na krytykę, presję oraz sytuacje konfliktowe w sposób asertywny, z uwzględnieniem odpowiedzialności za relacje, efektywność pracy oraz ograniczanie negatywnych skutków komunikacyjnych	oddziela fakty od ocen	Obserwacja w warunkach symulowanych
	odpowiada konstruktywnie i bez agresji	Obserwacja w warunkach symulowanych
	ogranicza eskalację konfliktu i wpływ sytuacji na zespół	Obserwacja w warunkach symulowanych
Prowadzi rozmowę w sytuacji trudnej w sposób uporządkowany i efektywny, uwzględniając współpracę zespołową, odpowiedzialność społeczną oraz zasady zrównoważonego podejścia w organizacji	utrzymuje strukturę rozmowy	Obserwacja w warunkach symulowanych
	dąży do rozwiązania i porozumienia	Obserwacja w warunkach symulowanych
	uwzględnia wpływ komunikacji na relacje, efektywność i środowisko pracy	Obserwacja w warunkach symulowanych

Cel biznesowy

Celem biznesowym usługi jest zwiększenie efektywności funkcjonowania uczestnika w środowisku zawodowym poprzez rozwój kompetencji asertywnej komunikacji, co przyczyni się do poprawy jakości współpracy, ograniczenia sytuacji konfliktowych oraz zwiększenia skuteczności działania w pracy. Zakłada się, że w okresie do 3 miesięcy po zakończeniu szkolenia uczestnik zastosuje poznane techniki w praktyce zawodowej, co wpłynie na poprawę efektywności realizowanych zadań oraz relacji zawodowych. Usługa wspiera również rozwój kompetencji przyszłości, w tym świadome i odpowiedzialne wykorzystanie narzędzi cyfrowych (AI).

Efekt usługi

Efektem usługi jest rozwój kompetencji asertywnej komunikacji u pracowników oraz wypracowanie zasad prowadzenia komunikacji w organizacji z uwzględnieniem odpowiedzialności społecznej i efektywnego wykorzystania narzędzi cyfrowych (AI). W wyniku szkolenia uczestnicy wdrażają techniki asertywne w codziennej pracy, co przyczyni się do poprawy jakości współpracy, ograniczenia sytuacji konfliktowych oraz zwiększenia efektywności komunikacji w zespole i w relacjach z klientem.

- uczestnicy stosują poznane techniki asertywne w komunikacji zawodowej
- uczestnicy potrafią prowadzić rozmowy w sytuacjach trudnych w sposób uporządkowany i konstruktywny
- zmniejsza się liczba sytuacji konfliktowych wynikających z nieprawidłowej komunikacji
- poprawia się jakość współpracy zespołowej i przepływu informacji
- uczestnicy wykorzystują poznane narzędzia i schematy komunikacyjne w codziennej pracy

Metoda potwierdzenia osiągnięcia efektu usługi

Metodą potwierdzenia osiągnięcia efektu usługi jest analiza wyników walidacji przeprowadzonej podczas szkolenia (test wiedzy oraz obserwacja w zadaniach praktycznych), a także ankieta ewaluacyjna badająca poziom wykorzystania nabytych kompetencji w pracy. Dodatkowo rekomenduje się ocenę wdrożenia poznanych technik komunikacyjnych przez przełożonych lub uczestników w okresie do 3 miesięcy po zakończeniu szkolenia.

Kwalifikacje

Kwalifikacje niewłączone do ZSK

Uznane kwalifikacje

Pytanie 3. Czy dokument jest certyfikatem wydawanym przez międzynarodowe instytucje?

TAK

Strona internetowa Instytucji Certyfikującej: <https://icdl.pl/>

Strona internetowa Instytucji Walidującej: <https://icdl.pl/>

Informacje

Nazwa Podmiotu prowadzącego walidację	Polskie Towarzystwo Informatyczne (PTI).
Nazwa Podmiotu certyfikującego	Polskie Towarzystwo Informatyczne (PTI).

Program

Szkolenie rozwija kompetencje przyszłości w zakresie komunikacji, zielonej transformacji oraz wykorzystania narzędzi sztucznej inteligencji (AI) w środowisku pracy. Uczestnicy zdobywają umiejętności wspierające efektywność organizacyjną i odpowiedzialne podejmowanie decyzji.

Czas trwania usługi: 16 godzin dydaktycznych (1 godzina dydaktyczna = 45 minut), co odpowiada łącznie 12 godzinom zegarowym szkolenia.

Usługa realizowana jest w ciągu 2 dni szkoleniowych.

W trakcie każdego dnia przewidziano przerwy: jedną przerwę kawową (15 minut) oraz jedną przerwę obiadową (30 minut).

Przerwy nie są wliczane do czasu trwania usługi i nie stanowią kosztu kwalifikowanego usługi.

Walidacja efektów uczenia się:

- test teoretyczny,
- obserwacja w warunkach symulowanych (zadania praktyczne).

Warunki organizacyjne:

- szkolenie ma charakter warsztatowy (ćwiczenia, symulacje, scenki),
- sala szkoleniowa wyposażona w stanowiska pracy i dostęp do internetu,
- wykorzystywane są narzędzia cyfrowe (AI),
- uczestnicy otrzymują materiały szkoleniowe w formie elektronicznej.

DZIEŃ 1 – Podstawy asertywności i komunikacji w kontekście zielonych kompetencji

Moduł 1: Wprowadzenie do asertywności i komunikacji odpowiedzialnej

- style komunikacji (uległy, agresywny, asertywny)
- rola komunikacji w środowisku pracy i zrównoważonym rozwoju
- wpływ komunikacji na relacje i efektywność

Moduł 2: Asertywność w praktyce zawodowej

- komunikat „ja”
- wyrażanie potrzeb i oczekiwań
- odpowiedzialna komunikacja w organizacji

Moduł 3: Zielone kompetencje w komunikacji

- komunikacja wspierająca zrównoważony rozwój
- podejmowanie decyzji z uwzględnieniem wpływu społecznego i środowiskowego
- odpowiedzialność w komunikacji zespołowej

Moduł 4: Wykorzystanie narzędzi AI w komunikacji

- wsparcie AI w tworzeniu komunikatów
- analiza komunikacji i feedback
- ćwiczenia z wykorzystaniem narzędzi cyfrowych

DZIEŃ 2 – Asertywność w sytuacjach trudnych i wdrożenie w pracy

Moduł 5: Asertywna odmowa i stawianie granic

- techniki odmawiania
- komunikowanie granic
- utrzymywanie relacji

Moduł 6: Reagowanie na krytykę i sytuacje trudne

- konstruktywna reakcja na krytykę
- radzenie sobie z presją
- deeskalacja konfliktów

Moduł 7: Asertywność w obsłudze klienta i współpracy zespołowej

- komunikacja z klientem
- sytuacje konfliktowe
- budowanie porozumienia

Moduł 8: Wdrożenie kompetencji w pracy

- plan wdrożenia
- wykorzystanie AI w codziennej komunikacji
- dobre praktyki

Moduł 9: Walidacja efektów uczenia się i podsumowanie

- test wiedzy
- zadanie praktyczne
- omówienie wyników

Moduł 9: Rozdanie certyfikatów i podsumowanie

Harmonogram

Liczba przedmiotów/zajęć: 13

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
1 z 13 Moduł 1: Wprowadzenie do asertywności i komunikacji odpowiedzialnej	Dorota Zimecka	13-06-2026	09:00	10:30	01:30
2 z 13 Przerwa kawowa (15 min)	Dorota Zimecka	13-06-2026	10:30	10:45	00:15
3 z 13 Moduł 2: Asertywność w praktyce zawodowej	Dorota Zimecka	13-06-2026	10:45	12:15	01:30
4 z 13 Przerwa obiadowa (30 min)	Dorota Zimecka	13-06-2026	12:15	12:45	00:30
5 z 13 Moduł 3: Zielone kompetencje w komunikacji	Dorota Zimecka	13-06-2026	12:45	14:15	01:30
6 z 13 Moduł 4: Wykorzystanie narzędzi AI w komunikacji	Dorota Zimecka	13-06-2026	14:15	15:45	01:30
7 z 13 Moduł 5: Asertywna odmowa i stawianie granic	Dorota Zimecka	14-06-2026	09:00	10:30	01:30
8 z 13 Przerwa kawowa (15 min)	Dorota Zimecka	14-06-2026	10:30	10:45	00:15
9 z 13 Moduł 6: Reagowanie na krytykę i sytuacje trudne	Dorota Zimecka	14-06-2026	10:45	12:15	01:30
10 z 13 Przerwa obiadowa (30 min)	Dorota Zimecka	14-06-2026	12:15	12:45	00:30
11 z 13 Moduł 7: Asertywność w obsłudze klienta i współpracy zespołowej	Dorota Zimecka	14-06-2026	12:45	14:15	01:30

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
12 z 13 Moduł 8: Wdrożenie kompetencji w pracy	Dorota Zimecka	14-06-2026	14:15	15:15	01:00
13 z 13 Walidacja efektów uczenia się + podsumowanie + rozdanie zaświadczeń	Dorota Zimecka	14-06-2026	15:15	15:45	00:30

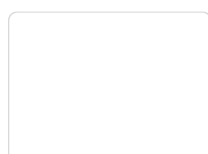
Cennik

Cennik

Rodzaj ceny	Cena
Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	5 250,00 PLN
Podmiot uprawniony do zwolnienia z VAT na podstawie art. 113 ust. 1 ustawy o VAT ze względu na wartość sprzedaży	
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	5 250,00 PLN
Koszt osobogodziny brutto	328,13 PLN
Koszt osobogodziny netto	328,13 PLN
W tym koszt walidacji brutto	300,00 PLN
W tym koszt walidacji netto	300,00 PLN
W tym koszt certyfikowania brutto	300,00 PLN
W tym koszt certyfikowania netto	300,00 PLN

Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



1 z 1

Dorota Zimecka



Trener posiada ponad 5-letnie doświadczenie w prowadzeniu szkoleń i warsztatów z zakresu kompetencji miękkich, w szczególności komunikacji interpersonalnej, asertywności oraz współpracy zespołowej. Realizował usługi rozwojowe dla osób dorosłych, w tym pracowników różnych branż, z wykorzystaniem metod aktywizujących, takich jak ćwiczenia, symulacje oraz analiza przypadków.

Posiada doświadczenie w pracy z grupami szkoleniowymi oraz w rozwijaniu kompetencji związanych z efektywną komunikacją w środowisku zawodowym, w tym w kontekście zmian organizacyjnych i wykorzystania narzędzi cyfrowych (AI). W swojej pracy uwzględnia elementy odpowiedzialności społecznej oraz zrównoważonego podejścia w komunikacji i pracy zespołowej.

Informacje dodatkowe

Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Uczestnicy otrzymują materiały szkoleniowe w formie elektronicznej, obejmujące modele komunikacji, przykłady sytuacji zawodowych, scenariusze rozmów oraz ćwiczenia praktyczne. W trakcie szkolenia wykorzystywane są narzędzia cyfrowe (AI) wspierające analizę i tworzenie komunikatów.

Warunki uczestnictwa

Brak wymagań formalnych. Uczestnik powinien być osobą aktywną zawodowo lub planującą rozwój kompetencji komunikacyjnych w środowisku pracy.

Informacje dodatkowe

Szkolenie rozwija kompetencje przyszłości, w tym kompetencje zielone oraz cyfrowe (AI), wspierające transformację środowiskową i organizacyjną przedsiębiorstw. Zdobyte umiejętności mogą być wykorzystywane w różnych branżach, w szczególności w obszarach wymagających efektywnej komunikacji, współpracy oraz odpowiedzialnego podejmowania decyzji. Po zakończeniu szkolenia uczestnik otrzymuje zaświadczenie potwierdzające udział w usłudze oraz nabycie kompetencji.

Adres

ul. Leśnica 153

43-438 Brenna

woj. śląskie

Szkolenie odbędzie się w obiekcie Dolina Leśnicy, położonym w malowniczej, spokojnej okolicy sprzyjającej koncentracji i pracy warsztatowej.

Zajęcia realizowane będą w komfortowej sali szkoleniowej wyposażonej w niezbędny sprzęt multimedialny, dostęp do internetu oraz przestrzeń umożliwiającą swobodną pracę indywidualną i zespołową.

Program szkolenia koncentruje się na praktycznym zastosowaniu narzędzi i rozwiązań omawianych podczas zajęć, z naciskiem na efektywność pracy oraz możliwość wdrożenia zdobytej wiedzy w środowisku zawodowym uczestników.

Uczestnicy otrzymają materiały szkoleniowe w formie elektronicznej. W trakcie szkolenia zapewnione są przerwy kawowe oraz wsparcie techniczne związane z obsługą wykorzystywanego oprogramowania i sprzętu.

Udogodnienia w miejscu realizacji usługi

- Klimatyzacja

- Wi-fi
- Laboratorium komputerowe

Kontakt



PAWEŁ WIATRAK

E-mail kontakt@pasjaexcela.pl

Telefon (+48) 690 512 234