



Future Consulting
Monika Ornal-Olech

★★★★★ 4,7 / 5

178 ocen

"Well - being w organizacji" – jak tworzyć harmonijną, służącą biznesowi i pracownikom kulturę organizacyjną

Numer usługi 2026/04/24/150920/3511566

📍 Lublin

🏢 Usługa szkoleniowa

📄 stacjonarna

🕒 08:00 h

📅 22.08.2026 do 22.08.2026

1 180,80 PLN brutto

960,00 PLN netto

147,60 PLN brutto/h

120,00 PLN netto/h

181,67 PLN cena rynkowa ⓘ

Informacje podstawowe

Kategoria	Biznes / Zarządzanie zasobami ludzkimi
Grupa docelowa usługi	<p>Szkolenie skierowane jest do osób, które:</p> <ul style="list-style-type: none">-pełnią funkcje kierownicze lub mają je objąć (brygadziści, liderzy zmian, mistrzowie i kierownicy produkcji, koordynatorzy zespołów, kierownicy działów technicznych),-pracują w środowisku produkcyjnym, czyli tam, gdzie liczy się: praca zespołowa, szybkie reagowanie na problemy, umiejętność motywowania pracowników liniowych, budowanie kultury bezpieczeństwa i jakości,-wszystkich, którzy chcą rozwijać kompetencje liderek.
Minimalna liczba uczestników	5
Maksymalna liczba uczestników	16
Data zakończenia rekrutacji	17-08-2026
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

Szkolenie przygotowuje menadżerów do identyfikowania i eliminowania destrukcyjnych i dysfunkcyjnych zachowań i zjawisk w organizacji. Nauczą się jak budować odporność psychiczną u pracowników i przeciwdziałać wypaleniu zawodowemu oraz poznają z czego składa się dobra, harmonijna kultura organizacyjna.

Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Rozpoznaje kluczowe elementy kultury organizacyjnej wspierającej well-being pracowników.	Poprawnie wskazuje, które z wymienionych praktyk (np. elastyczność pracy, transparentna komunikacja, przeciwdziałanie przeciążeniu) należą do działań wspierających dobrostan w organizacji.	Test teoretyczny
Identyfikuje czynniki ryzyka obniżającego dobrostan pracowników.	W pytaniu sytuacyjnym poprawnie wybiera zachowania lub warunki pracy stanowiące ryzyko dla well-beingu (np. brak autonomii, niejasne oczekiwania, nadmierna presja czasu).	Test teoretyczny
Rozpoznaje i definiuje podstawowe narzędzia i działania wspierające budowanie kultury well-being w firmie.	Dopasowuje konkretne narzędzie (np. program wsparcia psychologicznego, regularne rozmowy rozwojowe, działania integracyjne) do opisanego celu lub problemu w organizacji.	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 rozdzielanie procesów kształcenia i szkolenia od walidacji?

TAK

Program

> Szkolenie jest adresowane głównie do osób, które:

- pełnią funkcje kierownicze lub mają je objąć,
- pracują w środowisku produkcyjnym, czyli tam, gdzie liczy się: praca zespołowa, szybkie reagowanie na problemy, umiejętność motywowania pracowników liniowych, budowanie kultury bezpieczeństwa i jakości,
- wszystkich, którzy chcą rozwijać kompetencje liderские.

-> Za 1 godzinę usługi szkoleniowej uznaje się godzinę dydaktyczną (45 minut).

-> Łączna długość przerw podczas szkolenia nie będzie dłuższa aniżeli zawarta w harmonogramie.

-> Przerwy nie wliczają się w czas trwania usługi.

Program:

1. Odporność psychiczna i źródła wypalenia zawodowego - przyczyny zewnętrzne (organizacyjne, makro i mikroekonomiczne) i wewnętrzne - praca w grupach + psychoedukacja
2. Profilaktyka zdrowia psychicznego - czym jest zdrowy selfcare i samotroska - jak dbać o ciało, emocje i głowę (asertywne komunikaty w relacjach i stawianie granic, prawa i potrzeby, dobrostan ciała, praca z przekonaniami i schematami poznawczymi, samoocena i poczucie własnej wartości)
3. Pierwsza niespecjalistyczna pomoc psychologiczna - jak dbać o własną kondycję psychiczną oraz jak pomagać innym.
4. Walidacja efektów uczenia się: test końcowy

Harmonogram

Liczba pozycji harmonogramu: 6

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
1 z 6 Odporność psychiczna i źródła wypalenia zawodowego - przyczyny zewnętrzne (organizacyjne, makro i mikroekonomiczne) i wewnętrzne - praca w grupach + psychoedukacja	Anna Ukalska	22-08-2026	09:00	10:30	01:30
2 z 6 Przerwa	Anna Ukalska	22-08-2026	10:30	10:45	00:15

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
3 z 6 Profilaktyka zdrowia psychicznego - czym jest zdrowy selfcare i samotroska - jak dbać o ciało, emocje i głowę	Anna Ukalska	22-08-2026	10:45	12:30	01:45
4 z 6 Przerwa	Anna Ukalska	22-08-2026	12:30	13:15	00:45
5 z 6 Pierwsza niespecjalistyczna pomoc psychologiczna - jak dbać o własną kondycję psychiczną oraz jak pomagać innym.	Anna Ukalska	22-08-2026	13:15	15:45	02:30
6 z 6 Walidacja efektów uczenia się: test końcowy	-	22-08-2026	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	1 180,80 PLN
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	960,00 PLN
Koszt osobogodziny brutto	147,60 PLN
Koszt osobogodziny netto	120,00 PLN

Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



1 z 1

Anna Ukalska

Ukończyła studia wyższe na KUL w Lublinie.

Psycholog, Psychoterapeuta, Mentor, Ekspert HR. Posiada 20 letnie doświadczenie wspierania biznesu, zarządzania HR, pracy z ludźmi i prowadzenia indywidualnej psychoterapii.

Ma doświadczenie w pracy psychoterapeutycznej, wsparciu psychologicznym, mentoringu, coachingu, doradztwie indywidualnym, zawodowym, ekspertyzie HR, szkoleniach, projektach rozwojowych dla Liderów, Managerów, Pracowników. Ma wieloletnie doświadczenie we współpracy z Zarządami, Senior Managementem oraz liderami w zakresie realizacji polityki personalnej w międzynarodowych korporacjach, spółkach giełdowych, spółce skarbu Państwa, firmach rodzinnych, projektach unijnych. Jest trenerem biznesu z wieloletnim doświadczeniem szkoleniowym i warsztatowym w obszarze kompetencji miękkich. Ma doświadczenie w projektowaniu oraz prowadzeniu projektów interimowych (sukcesja, rekrutacja, leadership, ocena efektywności pracy, projekty rozwojowe, inplacement, outplacement, employer branding, onboarding, wdrażanie zmian w zakresie kultury organizacyjnej, badania zaangażowania, diagnoza i ekspertyza HR, wsparcie liderów, zarządów, Działów HR).

Trenerka posiada odpowiednie do rodzaju i zakresu świadczonych usług doświadczenie zawodowe, nabyte w ciągu ostatnich 5 lat od daty publikacji usługi. Trenerka posiada co najmniej 120-godzinne doświadczenie w prowadzeniu szkoleń o podobnej tematyce dla osób dorosłych w ostatnich dwóch latach (24 miesiącach) wstecz od dnia rozpoczęcia szkolenia

Informacje dodatkowe

Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Każdy uczestnik otrzyma:

- prezentacja szkoleniowa (PDF)
- arkusze ćwiczeń

Warunki uczestnictwa

Warunkiem uzyskania zaświadczenia o ukończeniu szkolenia jest uczestnictwo w co najmniej 80% zajęć oraz przystąpienie do testu końcowego.

Informacje dodatkowe

Ujęte godziny są godzinami dydaktycznymi - 1h = 45 min.

Nie pasuje Ci termin szkolenia? Skontaktuj się z nami!

Telefon: 731 791 691

Mail: kontakt@future-consulting.pl

Zgodnie z rozporządzeniem Ministra Finansów z dnia 20.12.2013 r. w sprawie zwolnień od podatku od towarów i usług oraz warunków stosowania tych zwolnień (Dz. U. z 2018, poz. 701) usługa jest zwolniona z podatku VAT jeśli uczestnik uzyskuje min. 70% dofinansowania ze środków publicznych. W tym przypadku kwota netto równa jest kwocie brutto.

Adres

ul. Aleja Warszawska 109

20-832 Lublin

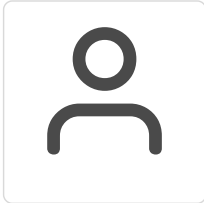
woj. lubelskie

Szkolenie będzie realizowane w sali konferencyjnej Hotelu Focus Centrum Konferencyjne.

Udogodnienia w miejscu realizacji usługi

- Klimatyzacja
- Wi-fi

Kontakt



Magdalena Kondas

E-mail kontakt@future-consulting.pl

Telefon (+48) 731 791 691