



COGNITY SPÓŁKA Z
OGRANICZONĄ
ODPOWIEDZIALNOŚĆ
CIĄ

★★★★★ 4,9 / 5

5 ocen

Kurs Wystąpienia publiczne, autoprezentacja i storytelling – siła słowa, emocji i przekazu

Numer usługi 2026/05/06/212082/3542895

- Usługa szkoleniowa
- zdalna w czasie rzeczywistym
- Zajęcia grupowe
- 14:00 h
- 21.05.2026 do 22.05.2026

4 797,00 PLN brutto

3 900,00 PLN netto

342,64 PLN brutto/h

278,57 PLN netto/h

249,58 PLN cena rynkowa ⓘ

Informacje podstawowe

Kategoria	Biznes / PR
Grupa docelowa usługi	Menedżerowie, liderzy zespołów, specjaliści, trenerzy, handlowcy, osoby występujące publicznie oraz wszyscy, którzy chcą skuteczniej komunikować się z odbiorcami, budować pewność siebie i tworzyć angażujące wystąpienia.
Minimalna liczba uczestników	2
Maksymalna liczba uczestników	10
Forma prowadzenia usługi	zdalna w czasie rzeczywistym
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

Kurs „Wystąpienia publiczne, autoprezentacja i storytelling – siła słowa, emocji i przekazu” przygotowuje uczestnika do świadomego i skutecznego prowadzenia wystąpień publicznych. Po zakończeniu szkolenia uczestnik będzie potrafił budować spójny i przekonujący przekaz, zarządzać emocjami, wykorzystywać techniki autoprezentacji oraz stosować storytelling w celu zwiększenia zaangażowania odbiorców.

Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
--------------------	----------------------	------------------

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
<p>Uczestnik:</p> <p>rozumie zasady skutecznej komunikacji i wystąpień publicznych, potrafi świadomie budować swój wizerunek i autoprezentację, tworzy logiczne i angażujące wystąpienia, wykorzystuje storytelling jako narzędzie komunikacji, zarządza stresem oraz emocjami własnymi i odbiorców.</p>	<p>przygotowanie i wygłoszenie wystąpienia zgodnego z zasadami struktury przekazu, zastosowanie elementów autoprezentacji i komunikacji niewerbalnej, wykorzystanie historii lub narracji w prezentacji, kontrola głosu, tempa i pracy z emocjami, umiejętność utrzymania uwagi odbiorców.</p>	<p>Wywiad swobodny</p>

Cel biznesowy

Celem biznesowym usługi szkoleniowej „Wystąpienia publiczne, autoprezentacja i storytelling – siła słowa, emocji i przekazu” jest zwiększenie skuteczności komunikacji uczestników w środowisku zawodowym. Po zakończeniu szkolenia oraz w okresie do 3 miesięcy uczestnicy będą prowadzić bardziej angażujące prezentacje, spotkania i wystąpienia, co przełoży się na lepsze wyniki biznesowe, wyższą jakość komunikacji oraz większy wpływ na odbiorców. Efektem będzie m.in. skrócenie czasu przekazywania informacji, zwiększenie skuteczności prezentacji oraz poprawa odbioru komunikatów przez interesariuszy.

Efekt usługi

Efekt usługi

Efektem usługi jest rozwój kompetencji w zakresie wystąpień publicznych, autoprezentacji i budowania angażującego przekazu. Uczestnicy potrafią tworzyć i prowadzić wystąpienia, które są spójne, przekonujące i oparte na świadomym wykorzystaniu emocji, narracji oraz komunikacji werbalnej i niewerbalnej.

Kryteria weryfikacji osiągnięcia efektu:

- przygotowanie i wygłoszenie wystąpienia końcowego,
- zastosowanie struktury wypowiedzi oraz elementów storytellingu,
- świadome wykorzystanie głosu i mowy ciała,
- utrzymanie zaangażowania odbiorców,
- pozytywna ocena wystąpienia przez trenera.

Metoda potwierdzenia osiągnięcia efektu usługi

Potwierdzeniem osiągnięcia efektu usługi jest dokumentacja obejmująca nagrania lub scenariusze wystąpień uczestników oraz ich ocenę przez trenera. Dodatkowo sporządzany jest protokół podsumowujący szkolenie zawierający opis osiągniętych kompetencji, indywidualne rekomendacje rozwojowe oraz wskazówki do dalszej pracy. Uzupełnieniem jest ankieta ewaluacyjna wypełniana przez uczestników po zakończeniu szkolenia.

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

1. Podstawy skutecznych wystąpień

- czym wyróżnia się dobre wystąpienie,
- znaczenie emocji, autentyczności i narracji,
- sposoby przyciągania uwagi odbiorców od pierwszych chwil.

2. Autoprezentacja i budowanie wizerunku mówcy

- pierwsze wrażenie i postawa,
- spójność komunikacji werbalnej i niewerbalnej,
- techniki radzenia sobie ze stresem i treścią,
- rozwijanie pewności siebie i własnego stylu.

3. Tworzenie przekonującego przekazu

- struktura i logika wystąpienia,
- język perswazji i elementy retoryki,
- praca głosem: tempo, ton, pauzy,
- znaczenie gestów, mimiki i kontaktu wzrokowego.

4. Storytelling w wystąpieniach

- rola historii w komunikacji,
- budowanie angażującej opowieści (bohater, konflikt, rozwiązanie),
- zastosowanie storytellingu w biznesie,
- tworzenie inspirujących narracji.

5. Praca z emocjami

- budowanie relacji z odbiorcami,
- zarządzanie energią podczas wystąpienia,
- techniki utrzymywania uwagi i dynamiki przekazu.

6. Wykorzystanie narzędzi i multimediów

- efektywne użycie slajdów i materiałów wizualnych,
- różnice między wystąpieniami online i na żywo,
- wykorzystanie przestrzeni i rekwizytów.

7. Podsumowanie i dalszy rozwój

- metody doskonalenia umiejętności wystąpień,
- narzędzia do samodzielnej pracy,
- określenie indywidualnych celów rozwojowych.

Harmonogram

Liczba pozycji harmonogramu: 15

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
1 z 15 Zajęcia	Zajęcia	ALEKSANDRA FYDA-SIWEK	21-05-2026	09:00	10:30	01:30
2 z 15 -	Przerwa	-	21-05-2026	10:30	10:45	00:15
3 z 15 Zajęcia	Zajęcia	ALEKSANDRA FYDA-SIWEK	21-05-2026	10:45	12:15	01:30
4 z 15 -	Przerwa	-	21-05-2026	12:15	12:45	00:30
5 z 15 Zajęcia	Zajęcia	ALEKSANDRA FYDA-SIWEK	21-05-2026	12:45	14:15	01:30
6 z 15 -	Przerwa	-	21-05-2026	14:15	14:30	00:15
7 z 15 Zajęcia	Zajęcia	ALEKSANDRA FYDA-SIWEK	21-05-2026	14:30	16:00	01:30
8 z 15 Zajęcia	Zajęcia	ALEKSANDRA FYDA-SIWEK	22-05-2026	09:00	10:30	01:30
9 z 15 -	Przerwa	-	22-05-2026	10:30	10:45	00:15
10 z 15 Zajęcia	Zajęcia	ALEKSANDRA FYDA-SIWEK	22-05-2026	10:45	12:15	01:30
11 z 15 -	Przerwa	-	22-05-2026	12:15	12:45	00:30
12 z 15 Zajęcia	Zajęcia	ALEKSANDRA FYDA-SIWEK	22-05-2026	12:45	14:15	01:30
13 z 15 -	Przerwa	-	22-05-2026	14:15	14:30	00:15
14 z 15 Zajęcia	Zajęcia	ALEKSANDRA FYDA-SIWEK	22-05-2026	14:30	15:50	01:20
15 z 15 -	Walidacja	-	22-05-2026	15:50	16:00	00:10

Podsumowanie

Rodzaj godzin	Liczba godzin
Suma godzin zegarowych usługi	03:30
w tym suma godzin zajęć	01:20
w tym suma godzin walidacji	00:10
w tym suma przerw	02:00
Suma godzin dydaktycznych bez przerw	02:00

Cennik

Jeżeli korzystasz z dofinansowania w wysokości co najmniej 70% przysługuje Tobie zwolnienie z podatku VAT

Cennik

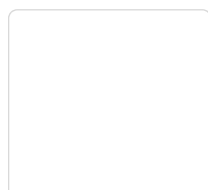
Rodzaj ceny	Cena
Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	4 797,00 PLN
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	3 900,00 PLN
Koszt osobogodziny brutto	342,64 PLN
Koszt osobogodziny netto	278,57 PLN

Liczba godzin usługi

Rodzaj godzin	Liczba godzin
Liczba godzin zegarowych usługi	14:00

Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



1 z 1

ALEKSANDRA FYDA-SIWEK

Aleksandra Siwek – Head of Learning & Development w Cognity, trenerka i konsultantka biznesowo-technologiczna.

Na co dzień zajmuje się automatyzacją procesów, optymalizacją pracy zespołów oraz wdrażaniem rozwiązań opartych o AI i narzędzia Microsoft. W pracy z klientami koncentruje się przede wszystkim na realnych potrzebach organizacji i rozwiązywaniu konkretnych problemów biznesowych – tak, aby technologia faktycznie usprawniała codzienną pracę.

Absolwentka Matematyki Stosowanej na AGH oraz kierunku Business Intelligence w WSB. Specjalizuje się w automatyzacji procesów, rozwiązaniach opartych o sztuczną inteligencję oraz ekosystemie Microsoft (m.in. Microsoft 365, Power Platform, Power BI, Copilot). Łączy podejście analityczne z praktycznym wdrażaniem narzędzi w organizacjach – od warsztatów, przez szkolenia, po konsultacje wdrożeniowe.

Informacje dodatkowe

Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Standard Cognity dla szkoleń zdalnych

W ramach szkoleń online Cognity uczestnicy otrzymują kompleksowe warunki do komfortowej i efektywnej nauki:

 **Dostęp do nagrania szkolenia** – możliwość powrotu do materiału po szkoleniu.

 **Komplet plików szkoleniowych** – prezentacje, ćwiczenia, przykłady do dalszej pracy.

 **Certyfikat ukończenia szkolenia** – potwierdzenie udziału w kursie.

 **Opieka poszkoleniowa** – możliwość konsultacji po szkoleniu.

 **Doświadczony trener** – praktyk, który prowadzi szkolenie w formie warsztatowej i pracuje na realnych przykładach biznesowych.

 **Szczegóły szkolenia: Kurs Wystąpienia publiczne, autoprezentacja i storytelling – siła słowa, emocji i przekazu**

<https://www.cognity.pl/kurs-wystapienia-publiczne-autoprezentacja-i-storytelling-sila-slowa-emocji-i-przekazu>

Warunki techniczne

Szkolenie na platformie Zoom lub Teams.

Kontakt



ALEKSANDRA FYDA-SIWEK

E-mail aleksandra.siwek@cognity.pl

Telefon (+48) 662 293 077