



"POWER FOR
CHANGE"

MARTYNA GUBA

Brak ocen dla tego dostawcy

Szkolenie: Zarządzanie potencjałem ludzkim – z wykorzystaniem metodologii FRIS® oraz metody i narzędzi POINTS OF YOU®

Numer usługi 2026/07/06/185131/3672106

📍 Warszawa

🏠 Usługa szkoleniowa

📄 stacjonarna

👥 Zajęcia grupowe

🕒 16:00 h

📅 08.12.2026 do 09.12.2026

4 920,00 PLN brutto

4 000,00 PLN netto

307,50 PLN brutto/h

250,00 PLN netto/h

181,67 PLN cena rynkowa ⓘ

Informacje podstawowe

Kategoria	Biznes / Zarządzanie zasobami ludzkimi
Grupa docelowa usługi	- Pracownicy zespołów średniego i wyższego szczebla, którzy chcą rozwijać kompetencje komunikacyjne, interpersonalne i empatyczne. - Liderzy i menedżerowie lub odpowiedzialni za budowanie efektywnych i spójnych zespołów. - Osoby, które chcą lepiej rozumieć siebie i współpracowników, poprawić relacje w zespole oraz skutecznie rozwiązywać konflikty. - Zespoły HR, w których kluczowa jest współpraca, zaufanie i efektywna komunikacja między członkami. - Pracownicy przedsiębiorcy odpowiedzialni za politykę personalną przedsiębiorstwa lub za zarządzanie zasobami ludzkimi - Kandydaci na menadżerów
Minimalna liczba uczestników	3
Maksymalna liczba uczestników	30
Data zakończenia rekrutacji	31-10-2026
Forma prowadzenia usługi	stacjonarna
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 diagnozowania i świadomego zarządzania potencjałem własnym oraz potencjałem pracowników z wykorzystaniem metodologii FRIS®, w celu skuteczniejszego komunikowania się, budowania efektywnej współpracy, rozpoznawania stylów myślenia i działania oraz dostosowywania sposobu komunikacji do indywidualnych predyspozycji członków zespołu.

Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Uczestnik identyfikuje własny styl myślenia oraz styl działania zgodnie z metodologią FRIS®.	• identyfikuje swój Styl Myślenia FRIS®,	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
	• identyfikuje swój Styl Działania FRIS®,	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
	• rozróżnia charakterystyczne cechy poszczególnych Stylów Myślenia FRIS®,	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
	• wskazuje zależności pomiędzy Stylem Myślenia a Stylem Działania.	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
	• analizuje mocne strony wynikające ze Stylu Myślenia,	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
Uczestnik analizuje potencjał własny oraz członków zespołu z wykorzystaniem metodologii FRIS®.	• analizuje obszary wymagające świadomego rozwoju,	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
	• wskazuje naturalne predyspozycje wynikające ze Stylu Myślenia,	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
	• dobiera sposób wykorzystania potencjału w pracy zespołowej.	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
Uczestnik dobiera sposób komunikacji do Stylów Myślenia FRIS® członków zespołu.	• rozróżnia potrzeby komunikacyjne poszczególnych Stylów Myślenia,	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
	• dobiera sposób przekazywania informacji do różnych Stylów Myślenia,	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
	• wskazuje działania wspierające efektywną komunikację,	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
	• analizuje bariery komunikacyjne wynikające z różnic stylów.	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Uczestnik organizuje współpracę z wykorzystaniem wiedzy o potencjale i różnorodności Stylów Myślenia FRIS®.	• rozróżnia role poszczególnych Stylów Myślenia w zespole,	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
	• dobiera zadania do naturalnych predyspozycji członków zespołu,	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
	• wskazuje działania wspierające współpracę,	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
	• analizuje źródła napięć wynikające z różnic stylów.	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie

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

Program szkolenia jest dostosowany do potrzeb uczestników, celu edukacyjnego oraz zakresu tematycznego usługi. Uczestnik nie musi spełniać dodatkowych wymagań dotyczących poziomu zaawansowania.

Usługa realizowana jest w godzinach zegarowych. Przerwy są wliczane do czasu trwania usługi zgodnie z obowiązującym Standardem Usług Rozwojowych BUR. Harmonogram może ulec nieznacznym zmianom organizacyjnym, z zachowaniem łącznej liczby godzin usługi oraz zakresu merytorycznego. Łączny czas przerw jest zgodny z harmonogramem usługi.

Usługa prowadzona jest przez Martynę Guba – eksperta psychometrii, specjalistę w zakresie komunikacji, zarządzania potencjałem oraz rozwoju liderów i zespołów. Zajęcia mają charakter interaktywny i łączą wiedzę merytoryczną z praktycznym wykorzystaniem metodologii FRIS®, umożliwiając uczestnikom zastosowanie zdobytych kompetencji w środowisku zawodowym. Dodatkowym atutem jest wykorzystanie narzędzi i metody Points of you ®

METODY I NARZĘDZIA PRACY

- wykład interaktywny,
- analiza indywidualnych raportów FRIS®,
- praktyczne ćwiczenia indywidualne i zespołowe,
- praca w parach i podgrupach,
- moderowane procesy refleksji i feedbacku,
- facylitacja procesu grupowego,
- proces rozwojowy z wykorzystaniem metodologii i narzędzi Points of You® - słuchanie jako dawanie, komunikacja oparta na empatii
- analiza sytuacji komunikacyjnych,
- sesje informacji zwrotnej (feedback).
- Points of You® - praca z metaforą i podświadomością

PROGRAM SZKOLENIA

Moduł I. Zgrany zespół – co to znaczy?

- zaufanie, bezpieczeństwo psychologiczne i różnice indywidualne jako zasób,
- znaczenie diagnozy potencjału w budowaniu efektywnej współpracy,
- wpływ Stylów Myślenia FRIS® na komunikację i funkcjonowanie zespołu.

Moduł II. FRIS® – Style Myślenia i Style Działania w zespole

- mój Styl Myślenia – Twój Styl Myślenia – nasza współpraca,
- identyfikacja własnego potencjału oraz potencjału współpracowników,
- rozpoznawanie i wykorzystywanie mocnych stron wynikających ze Stylów Myślenia FRIS®,
- różnorodność stylów myślenia jako fundament skutecznej współpracy.
- Rozpoznawanie i zarządzanie ryzykiem komunikacyjnym wynikającym z różnic indywidualnych (diagnoza potencjału do konfliktów)

Moduł III. Komunikacja z empatią i uważnością – Język Granic w praktyce

- aktywne słuchanie jako narzędzie skutecznej komunikacji,
- komunikacja oparta na faktach zamiast założeń i projekcji,
- rola emocji, pytań i języka w budowaniu porozumienia,
- świadome zarządzanie komunikacją z uwzględnieniem różnic indywidualnych.

Moduł IV. Points of You® – zobaczyć więcej, niż się mówi

- procesy wspierające otwartość i wzajemne zrozumienie,
- praca z obrazem i metaforą,
- rozwijanie empatii oraz świadomego dialogu,
- wykorzystanie nowych perspektyw w komunikacji i współpracy.
- Integracja różnorodności

Moduł V. Rozpoznawanie napięć i ich konstruktywne rozwiązywanie

- identyfikacja źródeł napięć i konfliktów,
- komunikacja w sytuacjach trudnych,
- zarządzanie emocjami i reakcjami, myślami
- dobór sposobu komunikacji do Stylów Myślenia FRIS®.

Moduł VI. Zespół jako organizm – co możemy zrobić lepiej razem?

- wykorzystanie potencjału zespołu w codziennej współpracy,
- planowanie działań wspierających komunikację i współpracę,
- wypracowanie rekomendacji do wdrożenia po szkoleniu,
- podsumowanie procesu rozwojowego.

WALIDACJA

Po zakończeniu części szkoleniowej uczestnicy przystępują do testu teoretycznego online z automatycznym generowaniem wyniku, przeprowadzanego synchronicznie. Test obejmuje zagadnienia odnoszące się do wszystkich efektów uczenia się określonych w Karcie Usługi i stanowi podstawę potwierdzenia osiągnięcia zakładanych efektów uczenia się.

Harmonogram

Liczba pozycji harmonogramu: 7

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
1 z 7 Zgrany zespół – co to znaczy?, FRIS® – Style Myślenia i Style Działania w zespole	Zajęcia	Martyna Guba	08-12-2026	10:00	13:00	03:00
2 z 7 -	Przerwa	-	08-12-2026	13:00	14:00	01:00
3 z 7 Komunikacja z empatią i uważnością – Język Granic w praktyce	Zajęcia	Martyna Guba	08-12-2026	14:00	18:00	04:00
4 z 7 Points of You® – zobaczyć więcej, niż się mówi, Rozpoznawanie napięć i ich konstruktywne rozwiązywanie	Zajęcia	Martyna Guba	09-12-2026	09:00	13:00	04:00
5 z 7 -	Przerwa	-	09-12-2026	13:00	14:00	01:00
6 z 7 Zespół jako organizm – co możemy zrobić lepiej razem?	Zajęcia	Martyna Guba	09-12-2026	14:00	16:00	02:00
7 z 7 -	Walidacja	-	09-12-2026	16:00	17:00	01:00

Podsumowanie

Rodzaj godzin	Liczba godzin
Suma godzin zegarowych usługi	16:00

Rodzaj godzin	Liczba godzin
w tym suma godzin zajęć	13:00
w tym suma godzin walidacji	01:00
w tym suma przerw	02:00
Suma godzin dydaktycznych bez przerw	18:30

Cennik

Jeżeli korzystasz z dofinansowania i usługa stanowi usługę kształcenia zawodowego lub przekwalifikowania zawodowego wraz z usługą lub dostawą towarów ściśle związaną z usługami kształcenia zawodowego lub przekwalifikowania zawodowego to możesz mieć możliwość skorzystania za zwolnienia z podatku VAT na podstawie art. 43 ust. 1 pkt 29 lit. c ustawy z dnia 11 marca 2024 r. o podatku od towarów i usług, jeśli usługa w całości jest finansowana ze środków publicznych lub § 3 ust. 1 pkt 14 rozporządzenia Ministra Finansów z dnia 20 grudnia 2013 r. w sprawie zwolnień od podatku od towarów i usług oraz warunków stosowania tych zwolnień w przypadku, gdy usługa jest finansowana w co najmniej 70% ze środków publicznych.

Cennik

Rodzaj ceny	Cena
Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	4 920,00 PLN
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	4 000,00 PLN
Koszt osobogodziny brutto	307,50 PLN
Koszt osobogodziny netto	250,00 PLN

Liczba godzin usługi

Rodzaj godzin	Liczba godzin
Liczba godzin zegarowych usługi	16:00

Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



Martyna Guba

Martyna Guba – ekspert psychometrii, Trener i Partner FRIS®, RMP® PRO BUSINESS Master, Master Points of You®, Certyfikowany Coach ICI, Tutor, Akredytowany Konsultant MTQ Plus®, Certyfikowany Trener BELBIN®, Akredytowany Trener HEROS NAVIGARES® – Gra Podróż Bohatera®, Członek Polskiej Izby Firm Szkoleniowych. Specjalizuje się w pracy z zespołami, liderami, firmami, które chcą budować kulturę opartą na wartościach, rozumieniu i świadomej komunikacji.

Specjalizuje się także w Audycie Potencjału i Ryzyk Komunikacyjnych oraz diagnozie i zarządzaniu potencjałem z wykorzystaniem psychometrii FRIS®, RMP, komunikacji, rozwoju liderów oraz budowaniu efektywnie współpracujących zespołów. Posiada ponad 25-letnie doświadczenie biznesowe oraz 15 letnie doświadczenie w projektowaniu i realizacji procesów szkoleniowych, doradczych i rozwojowych dla przedsiębiorców, kadry menedżerskiej oraz zespołów.

W ostatnich latach realizowała procesy rozwojowe m.in. dla:

- Śnieżka Farby,
- Polskiej Agencji Żeglugi Powietrznej,
- Herbapolu,
- Hydro Building,
- Nordea Bank,
- PKO BP,
- Multiserwis – realizacja procesów rozwojowych dla zespołów IT.

Projektuje i prowadzi procesy rozwojowe z zakresu:

- diagnozy i zarządzania potencjałem z wykorzystaniem psychometrii FRIS®, RMP®, BELBIN®, MTQ®
- komunikacji i współpracy w zespołach,
- komunikacji opartej na empatii,
- TEAM BUILDING,
- zarządzania stresem,
- integracji zespołów,
- rozwoju liderów i menedżerów
- zarządzania zmianą

Informacje dodatkowe

Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Każdy uczestnik usługi otrzyma materiały dydaktyczne bezpośrednio związane z tematyką szkolenia, obejmujące:

- autorski skrypt szkoleniowy w wersji elektronicznej (PDF),
- indywidualny raport FRIS®,
- karty pracy i arkusze ćwiczeń do pracy podczas szkolenia,
- pliki dokumentów i materiały edukacyjne udostępnione na Platformie Edu POWER FOR CHANGE,
- Certyfikat o ukończeniu szkolenia
- Prezentacja w formie e-mail

Warunki uczestnictwa

Usługa realizowana jest w formie stacjonarnej.

Warunkiem udziału w usłudze jest zgłoszenie uczestnictwa za pośrednictwem Bazy Usług Rozwojowych oraz spełnienie warunków określonych przez Operatora, w przypadku korzystania z dofinansowania.

Obecność uczestników jest weryfikowana na podstawie listy obecności prowadzonej podczas realizacji usługi.

Warunkiem ukończenia usługi jest:

- udział w usłudze zgodnie z wymaganiami określonymi przez Operatora lub Regulamin BUR,
- przystąpienie do procesu walidacji efektów uczenia się

Informacje dodatkowe

Podstawa zwolnienia z VAT:

1) art. 43 ust. 1 pkt 29 lit. c Ustawy z dnia 11 marca 2024 o podatku od towarów i usług - w przypadku dofinansowania w wysokości 100%

2) § 3 ust. 1 pkt. 14 Rozporządzenia Ministra Finansów z dnia 20 grudnia 2013 r. w sprawie zwolnień od podatku od towarów i usług oraz warunków stosowania tych zwolnień - w przypadku dofinansowania w co najmniej 70%

3) W przypadku braku uzyskania dofinansowania lub uzyskania dofinansowania poniżej 70%, do ceny usługi należy doliczyć 23% VAT

Adres

pl. Plac Inwalidów 10

01-552 Warszawa

woj. mazowieckie

Usługa realizowana jest w formie stacjonarnej.

Kontakt



MARTYNA GUBA

E-mail kontakt@forchange.pl

Telefon (+48) 733 161 616