



EDU-SCHOLARIS
SPÓŁKA Z
OGRANICZONĄ
ODPOWIEDZIALNOŚ
CIĄ

★★★★★ 4,8 / 5
13 ocen

Szkolenie skuteczna komunikacja interpersonalna i współpraca z wykorzystaniem AI – rozwój kompetencji społecznych i cyfrowych

Numer usługi 2026/10/12/205144/3873742

📍 Kwidzyn
🏢 Usługa szkoleniowa
📅 stacjonarna
👥 Zajęcia grupowe
🕒 15:00 h
📅 15.03.2027 do 17.03.2027

1 400,00 PLN brutto
1 400,00 PLN netto
93,33 PLN brutto/h
93,33 PLN netto/h
128,21 PLN cena rynkowa ⓘ

Informacje podstawowe

Kategoria	Inne / Edukacja
Grupa docelowa usługi	Osoby dorosłe zainteresowane rozwijaniem kompetencji społecznych i cyfrowych w zakresie skutecznej komunikacji interpersonalnej, współpracy zespołowej, rozwiązywania konfliktów oraz wykorzystania sztucznej inteligencji w życiu codziennym i pracy zawodowej. Szkolenie skierowane jest w szczególności do pracowników różnych branż, osób pracujących w zespołach, zajmujących się obsługą klienta, koordynowaniem działań i zarządzaniem zespołem oraz wszystkich zainteresowanych doskonaleniem umiejętności komunikacyjnych. Uczestnicy poznają zasady aktywnego słuchania, asertywności, udzielania informacji zwrotnej i współpracy oraz wykorzystania narzędzi cyfrowych i AI do przygotowywania komunikatów, analizowania sytuacji interpersonalnych i organizowania pracy zespołowej. Nie jest wymagane wcześniejsze doświadczenie w korzystaniu z narzędzi AI ani specjalistyczna wiedza informatyczna.
Minimalna liczba uczestników	2
Maksymalna liczba uczestników	6
Data zakończenia rekrutacji	12-03-2027
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

Przygotowanie uczestnika do skutecznej komunikacji i współpracy z wykorzystaniem narzędzi cyfrowych i AI.

Po ukończeniu szkolenia uczestnik stosuje techniki aktywnego słuchania, asertywności i rozwiązywania konfliktów, dobiera komunikaty do odbiorcy oraz wykorzystuje AI do tworzenia wiadomości, analizy sytuacji interpersonalnych i organizacji współpracy, z zachowaniem zasad bezpieczeństwa.

Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
1. Uczestnik charakteryzuje zasady skutecznej komunikacji interpersonalnej.	– rozróżnia komunikację werbalną i niewerbalną; – wskazuje bariery komunikacyjne; – określa sposoby dostosowania komunikatu do odbiorcy; – wskazuje zasady budowania pozytywnych relacji.	Test teoretyczny
2. Uczestnik stosuje techniki aktywnego słuchania i komunikacji asertywnej.	– zadaje pytania i parafrazuje wypowiedzi; – rozpoznaje potrzeby rozmówcy; – formułuje komunikaty asertywne; – wyraża własne potrzeby i granice; – udziela konstruktywnej informacji zwrotnej.	Obserwacja w warunkach symulowanych
3. Uczestnik rozwiązuje przykładowe sytuacje konfliktowe.	– identyfikuje przyczynę konfliktu; – rozpoznaje potrzeby stron; – dobiera sposób komunikacji; – prowadzi rozmowę ukierunkowaną na porozumienie; – reaguje na krytykę i trudne zachowania.	Obserwacja w warunkach symulowanych
4. Uczestnik wykorzystuje narzędzia cyfrowe i AI do przygotowywania komunikatów.	– dobiera narzędzie AI do zadania; – formułuje polecenia; – przygotowuje wiadomość lub komunikat; – dostosowuje ton i styl wypowiedzi; – weryfikuje wygenerowane treści; – stosuje zasady ochrony danych i odpowiedzialnego korzystania z AI.	Obserwacja w warunkach symulowanych
		Test teoretyczny
5. Uczestnik planuje współpracę zespołową z wykorzystaniem narzędzi cyfrowych i AI.	– określa cel współpracy; – proponuje podział zadań; – przygotowuje plan lub harmonogram; – wykorzystuje AI do opracowania ustaleń; – przygotowuje komunikat lub podsumowanie dla zespołu.	Analiza dowodów i deklaracji
6. Uczestnik stosuje poznane techniki komunikacyjne w praktyce.	– dobiera technikę do sytuacji; – prowadzi rozmowę z wykorzystaniem aktywnego słuchania; – stosuje komunikację asertywną; – udziela informacji zwrotnej; – ocenia skuteczność zastosowanych technik.	Obserwacja w warunkach symulowanych

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
7. Uczestnik samodzielnie rozwiązuje sytuację komunikacyjną i organizuje współpracę z wykorzystaniem AI.	– analizuje sytuację interpersonalną; – dobiera sposób komunikacji; – przygotowuje komunikat z wykorzystaniem AI; – przeprowadza symulowaną rozmowę; – opracowuje plan współpracy; – ocenia rezultat i wskazuje możliwości usprawnienia komunikacji.	Obserwacja w warunkach symulowanych
		Analiza dowodów i deklaracji

Kwalifikacje

Kompetencje

Usługa prowadzi do nabycia kompetencji.

Warunki uznania kompetencji

Pytanie 1. Czy dokument potwierdzający uzyskanie kompetencji lub wyrażnie z nim powiązane inne dokumenty związane ze wsparciem zawierają opis efektów uczenia się?

TAK

Pytanie 2. Czy dokument lub wyrażnie 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 wyrażnie z nim powiązane inne dokumenty związane ze wsparciem potwierdzają zastosowanie rozwiązań zapewniających rozdzielenie procesów kształcenia i szkolenia od walidacji?

TAK

Program

1. Podstawy skutecznej komunikacji interpersonalnej

- pojęcie i znaczenie komunikacji interpersonalnej w życiu i pracy
- elementy procesu komunikowania się
- komunikacja werbalna i niewerbalna
- bariery komunikacyjne i sposoby ich przewyżczania
- dostosowanie sposobu komunikacji do odbiorcy i sytuacji
- zasady budowania pozytywnych relacji interpersonalnych

2. Aktywne słuchanie i komunikacja asertywna

- zasady aktywnego słuchania
- techniki zadawania pytań i parafrazowania wypowiedzi
- rozpoznawanie potrzeb i oczekiwań rozmówcy
- wyrażanie własnych opinii i potrzeb
- komunikacja asertywna i stawianie granic

- udzielanie i przyjmowanie informacji zwrotnej
- praktyczne ćwiczenia komunikacyjne

3. Rozwiązywanie konfliktów i trudnych sytuacji komunikacyjnych

- przyczyny powstawania konfliktów interpersonalnych
- rozpoznawanie emocji i potrzeb uczestników konfliktu
- techniki konstruktywnego rozwiązywania konfliktów
- komunikacja w sytuacjach stresowych
- sposoby reagowania na krytykę i trudne zachowania
- prowadzenie rozmów ukierunkowanych na porozumienie
- praktyczna analiza i odgrywanie sytuacji konfliktowych

4. Narzędzia cyfrowe i AI w komunikacji interpersonalnej

- zastosowanie narzędzi cyfrowych i AI w komunikacji
- możliwości i ograniczenia sztucznej inteligencji
- zasady tworzenia skutecznych poleceń dla AI
- przygotowywanie wiadomości i komunikatów z wykorzystaniem AI
- dostosowywanie tonu i stylu wypowiedzi do odbiorcy
- analiza przykładowych sytuacji komunikacyjnych z wykorzystaniem AI
- ochrona danych osobowych i prywatności
- zasady odpowiedzialnego korzystania z AI

5. Współpraca zespołowa i organizacja komunikacji z wykorzystaniem AI

- zasady efektywnej współpracy w zespole
- role i odpowiedzialność członków zespołu
- komunikacja i przepływ informacji w pracy zespołowej
- wspólne ustalanie celów i podział zadań
- wykorzystanie narzędzi cyfrowych do organizacji współpracy
- przygotowywanie planów i harmonogramów z wykorzystaniem AI
- tworzenie podsumowań ustaleń i komunikatów zespołowych
- praktyczne ćwiczenia współpracy

6. Praktyczne zastosowanie technik komunikacji

- prowadzenie rozmów z wykorzystaniem aktywnego słuchania
- formułowanie komunikatów asertywnych
- udzielanie konstruktywnej informacji zwrotnej
- dobór sposobu komunikacji do odbiorcy
- rozwiązywanie przykładowych konfliktów
- wykorzystanie AI do przygotowania trudnych rozmów
- ćwiczenia komunikacyjne w parach i grupach
- analiza skuteczności zastosowanych technik

7. Samodzielne rozwiązywanie sytuacji komunikacyjnych i organizacja współpracy

- analiza przykładowej sytuacji interpersonalnej
- dobór odpowiednich technik komunikacyjnych
- przygotowanie komunikatu z wykorzystaniem AI
- dostosowanie treści do odbiorcy i celu
- przeprowadzenie symulowanej rozmowy
- opracowanie planu współpracy zespołowej
- wykorzystanie narzędzi cyfrowych do organizacji zadań
- ocena skuteczności komunikacji i zaproponowanie usprawnień

8. Walidacja efektów uczenia się

- test wiedzy dotyczący zasad komunikacji, współpracy i bezpiecznego korzystania z AI
- przygotowanie komunikatu z wykorzystaniem narzędzi AI
- wykonanie zadania praktycznego dotyczącego komunikacji interpersonalnej

- opracowanie planu współpracy zespołowej
- ocena osiągnięcia efektów uczenia się według określonych kryteriów

Warunki organizacyjne realizacji usługi

Szkolenie realizowane jest w formie stacjonarnej, z wykorzystaniem metod warsztatowych, ćwiczeń praktycznych, symulacji rozmów, analizy przypadków oraz pracy indywidualnej i zespołowej.

Zajęcia prowadzone są w grupie od 2 do 6 osób, co umożliwia indywidualne podejście do uczestników oraz aktywny udział w ćwiczeniach.

Uczestnicy korzystają z komputerów z dostępem do Internetu, sprzętu multimedialnego, narzędzi cyfrowych i AI oraz materiałów dydaktycznych przygotowanych przez organizatora.

W trakcie szkolenia uczestnicy ćwiczą aktywne słuchanie, komunikację asertywną, udzielanie informacji zwrotnej i rozwiązywanie konfliktów. Przygotowują komunikaty z wykorzystaniem AI, analizują sytuacje interpersonalne oraz opracowują plany współpracy zespołowej.

Łączny czas usługi wynosi 15 godzin zegarowych, w tym 12 godzin zajęć szkoleniowych, 1 godzina walidacji oraz 2 godziny przerw. Przerwy zostały uwzględnione w harmonogramie i wliczone do czasu trwania usługi.

Organizacja walidacji

Walidacja efektów uczenia się przeprowadzana jest ostatniego dnia szkolenia i trwa 1 godzinę zegarową. Prowadzi ją osoba inna niż trener realizujący zajęcia, z zachowaniem rozdzielności procesu szkolenia i walidacji.

Walidacja obejmuje:

- test teoretyczny sprawdzający znajomość zasad komunikacji interpersonalnej, współpracy zespołowej oraz bezpiecznego korzystania z AI
- obserwację w warunkach symulowanych, podczas której uczestnik prezentuje umiejętności aktywnego słuchania, komunikacji asertywnej, udzielania informacji zwrotnej i rozwiązywania sytuacji konfliktowych
- analizę dowodów i deklaracji obejmującą przygotowany podczas szkolenia komunikat z wykorzystaniem AI oraz plan współpracy zespołowej

Osoba prowadząca walidację ocenia osiągnięcie efektów uczenia się na podstawie ustalonych kryteriów weryfikacji.

Warunkiem pozytywnego wyniku walidacji jest uzyskanie pozytywnego wyniku testu oraz potwierdzenie umiejętności praktycznych zgodnie z kryteriami określonymi w karcie usługi.

Pozytywny wynik walidacji stanowi podstawę do wydania dokumentu potwierdzającego uzyskanie efektów uczenia się.

Harmonogram

Liczba pozycji harmonogramu: 13

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
1 z 13 Podstawy skutecznej komunikacji interpersonalnej	Zajęcia	Gabriela Szwacka	15-03-2027	15:30	16:00	00:30

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
2 z 13 Aktywne słuchanie i komunikacja asertywna	Zajęcia	Gabriela Szwacka	15-03-2027	16:00	18:00	02:00
3 z 13 -	Przerwa	-	15-03-2027	18:00	18:30	00:30
4 z 13 Rozwiązywanie konfliktów i trudnych sytuacji komunikacyjnych	Zajęcia	Gabriela Szwacka	15-03-2027	18:30	20:00	01:30
5 z 13 Narzędzia cyfrowe i AI w komunikacji interpersonalnej	Zajęcia	Gabriela Szwacka	16-03-2027	15:30	16:00	00:30
6 z 13 Współpraca zespołowa i organizacja komunikacji z wykorzystaniem AI	Zajęcia	Gabriela Szwacka	16-03-2027	16:00	18:00	02:00
7 z 13 -	Przerwa	-	16-03-2027	18:00	18:30	00:30
8 z 13 Praktyczne zastosowanie technik komunikacji	Zajęcia	Gabriela Szwacka	16-03-2027	18:30	20:00	01:30
9 z 13 Samodzielne rozwiązywanie sytuacji komunikacyjnych i organizacja współpracy	Zajęcia	Gabriela Szwacka	17-03-2027	14:00	16:30	02:30
10 z 13 -	Przerwa	-	17-03-2027	16:30	17:00	00:30

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
11 z 13 Samodzielne rozwiązywanie sytuacji komunikacyjnych i organizacja współpracy – ćwiczenia praktyczne	Zajęcia	Gabriela Szwacka	17-03-2027	17:00	18:30	01:30
12 z 13 -	Przerwa	-	17-03-2027	18:30	19:00	00:30
13 z 13 -	Walidacja	-	17-03-2027	19:00	20:00	01:00

Podsumowanie

Rodzaj godzin	Liczba godzin
Suma godzin zegarowych usługi	15:00
w tym suma godzin zajęć	12:00
w tym suma godzin walidacji	01:00
w tym suma przerw	02:00
Suma godzin dydaktycznych bez przerw	17:15

Cennik

Cennik

Rodzaj ceny	Cena
Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	1 400,00 PLN
Podmiot uprawniony do zwolnienia z VAT na podstawie art. 43 ust. 1 ustawy o VAT	
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	1 400,00 PLN
Koszt osobogodziny brutto	93,33 PLN
Koszt osobogodziny netto	93,33 PLN

Liczba godzin usługi

Rodzaj godzin	Liczba godzin
Liczba godzin zegarowych usługi	15:00

Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



1 z 1

Gabriela Szwacka

-

Informacje dodatkowe

Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Uczestnicy szkolenia otrzymają materiały dydaktyczne w formie elektronicznej, obejmujące zagadnienia komunikacji interpersonalnej, aktywnego słuchania, asertywności, rozwiązywania konfliktów i współpracy zespołowej.

Materiały będą zawierały przykładowe scenariusze rozmów, ćwiczenia praktyczne, studia przypadków, wzory komunikatów oraz instrukcje i przykładowe polecenia do wykorzystania narzędzi AI.

Podczas zajęć uczestnicy będą korzystać z komputerów, dostępu do Internetu oraz narzędzi cyfrowych niezbędnych do realizacji ćwiczeń.

Materiały zostaną udostępnione bez dodatkowych opłat i będą mogły być wykorzystywane do samodzielnego doskonalenia umiejętności po zakończeniu szkolenia.

Warunki uczestnictwa

Szkolenie skierowane jest do osób pełnoletnich zainteresowanych rozwojem kompetencji społecznych i cyfrowych w zakresie komunikacji interpersonalnej, współpracy zespołowej oraz wykorzystania narzędzi AI.

Nie jest wymagane wcześniejsze doświadczenie zawodowe ani specjalistyczna wiedza z zakresu komunikacji i sztucznej inteligencji.

Uczestnik powinien posiadać podstawowe umiejętności obsługi komputera i Internetu oraz być gotowy do aktywnego udziału w ćwiczeniach indywidualnych i zespołowych.

Warunkiem przystąpienia do walidacji jest uczestnictwo w minimum 80% zajęć szkoleniowych.

Liczba uczestników: od 2 do 6 osób.

Adres

ul. Józefa Piłsudskiego 29
82-500 Kwidzyn
woj. pomorskie

Szkolenie realizowane będzie w sali szkoleniowej przy ul. J. Piłsudskiego 29 w Kwidzynie, przystosowanej do prowadzenia zajęć teoretycznych i warsztatowych z zakresu komunikacji interpersonalnej, współpracy zespołowej oraz wykorzystania narzędzi cyfrowych i AI.

Sala wyposażona jest w komputery z dostępem do Internetu, sprzęt multimedialny oraz materiały dydaktyczne niezbędne do realizacji programu szkolenia.

Uczestnicy mają możliwość wykonywania ćwiczeń komunikacyjnych, pracy indywidualnej i zespołowej, odgrywania scenek sytuacyjnych oraz przygotowywania komunikatów i planów współpracy z wykorzystaniem AI.

Przestrzeń umożliwia przeprowadzenie walidacji obejmującej test wiedzy, ocenę przygotowanych materiałów oraz obserwację umiejętności praktycznych w warunkach symulowanych.

Udogodnienia w miejscu realizacji usługi

- Klimatyzacja
- Wi-fi
- Laboratorium komputerowe

Kontakt



ANNA MURAWSKA

E-mail a.murawska@edu-scholaris.pl

Telefon (+48) 667 152 648