



GRAŻYNA
PŁAWSKA
SZKOLENIA

★★★★★ 4,8 / 5
8 ocen

AI od podstaw – Praktyczne wykorzystanie sztucznej inteligencji w pracy

Numer usługi 2026/10/15/189990/3881823

- 📄 Usługa szkoleniowa
- 📺 zdalna w czasie rzeczywistym
- 👥 Zajęcia grupowe
- 🕒 07:00 h
- 📅 14.11.2026 do 14.11.2026

1 500,00 PLN brutto
1 500,00 PLN netto
214,29 PLN brutto/h
214,29 PLN netto/h
233,33 PLN cena rynkowa ⓘ

Informacje podstawowe

Kategoria	Informatyka i telekomunikacja / Internet
Grupa docelowa usługi	Szkolenie międzybranżowe dedykowane specjalistom, menedżerom, liderom zespołów oraz pracownikom działów operacyjnych, administracji, HR, sprzedaży, marketingu, finansów i obsługi klienta, którzy chcą przejść od doraźnego korzystania z AI do projektowania procesów, powtarzalnych workflow, analityki oraz wdrażania rozwiązań w organizacji.
Minimalna liczba uczestników	4
Maksymalna liczba uczestników	16
Data zakończenia rekrutacji	12-11-2026
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

Celem szkolenia jest praktyczne, przystępne i bezpieczne wprowadzenie uczestników w świat generatywnej sztucznej inteligencji oraz wyrobienie nawyku wspierania się narzędziami AI w codziennych obowiązkach biurowych. Prowadzi do zwiększenia rozumienia podstawowych zasad działania i ograniczeń modeli generatywnych (w tym mechanizmu halucynacji). Wyjaśnia zasady BHP w pracy z danymi (RODO, tajemnica firmy, anonimizacja treści). Efektem jest samodzielne konstruowanie poprawnych poleceń biznesowych.

Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Uczestnik charakteryzuje mechanizmy działania generatywnej AI oraz stosuje zasady bezpieczeństwa danych (BHP pracy z AI).	Wyjaśnia zjawisko halucynacji i ograniczenia modeli językowych; poprawnie ocenia ryzyko wprowadzenia danych do publicznych narzędzi AI; stosuje zasadę anonimizacji danych osobowych i poufnych.	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
Uczestnik formułuje precyzyjne polecenia i prowadzi iteracyjny dialog z modelem AI.	Konstruuje polecenie z uwzględnieniem 4 elementów (Rola, Kontekst, Zadanie, Format); rozpoznaje błędy w nieefektywnych promptach; doskonali odpowiedź modelu w kolejnych iteracjach.	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
Uczestnik wykorzystuje narzędzia AI do usprawniania komunikacji, asysty biurowej i pracy z tekstem.	Przygotowuje lub redaguje profesjonalną korespondencję e-mail; porządkuje notatki w checklisty i agendy; dokonuje syntezy dłuższego tekstu/procedury i weryfikuje poprawność uzyskanych wniosków.	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
Uczestnik planuje wdrożenie narzędzi AI we własnej codziennej pracy zawodowej (AI Action Plan).	Identyfikuje powtarzalne czynności na własnym stanowisku kwalifikujące się do wsparcia AI; dobiera bezpłatne narzędzia i schematy poleceń; szacuje zysk czasu i określa oczekiwane rezultaty.	Test teoretyczny

Kwalifikacje i kompetencje

Kwalifikacje niewłączone do ZSK

Uznane kwalifikacje

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

TAK

Strona internetowa Instytucji Certyfikującej: <https://my-ps.eu/dzialalnosc-miedzynarodowa/>

Strona internetowa Instytucji Walidującej: <https://my-ps.eu/dzialalnosc-miedzynarodowa/>

Informacje

Nazwa Podmiotu prowadzącego walidację	Fundacja My Personality Skills
Nazwa Podmiotu certyfikującego	Fundacja My Personality Skills

Program

Blok 1: Fundamenty AI i zasady bezpiecznego korzystania (BHP pracy z AI)

Wymiar czasowy: 2 godz. dydaktyczne – 90 min

- Czym jest generatywna sztuczna inteligencja i jak działa model językowy (bez żargonu technicznego).
- Ograniczenia i halucynacje: dlaczego AI zmyśla fakty i jak zachować czujność.
- Zasady ochrony informacji: dane osobowe (RODO), tajemnica przedsiębiorstwa oraz zasada anonimizacji danych wejściowych.
- **Warsztat praktyczny:** „Sito bezpieczeństwa” – analiza 3 realistycznych sytuacji zawodowych (ocena: co można wkleić wprost, co po anonimizacji, a czego nie wolno wprowadzać do narzędzia).

Blok 2: Skuteczna rozmowa z modelem i techniki poleceń

Wymiar czasowy: 2 godz. dydaktyczne – 90 min

- Dlaczego lakoniczne pytania dają słabe odpowiedzi.
- 4 filary skutecznego polecenia dla początkujących: Rola, Kontekst, Zadanie, Format wyjściowy.
- Praca iteracyjna z modelem: doprecyzowywanie, skracanie, rozwijanie oraz zmiana stylu i tonu wypowiedzi.
- **Warsztat praktyczny (darmowy ChatGPT / Gemini):** „Metamorfoza polecenia” – przekształcenie nieefektywnego zapytania w precyzyjne polecenie biznesowe oraz doskonalenie wyniku w 2 kolejnych krokach.

Blok 3: AI w codziennej komunikacji, asyście biurowej i pracy z tekstem

Wymiar czasowy: 2 godz. dydaktyczne – 90 min

- Redagowanie i korekta korespondencji e-mail w wymagających sytuacjach biznesowych (zmiana tonu na profesjonalny i dyplomatyczny).
- Porządkowanie chaotycznych notatek ze spotkań, tworzenie przejrzystych checklist i agend.
- Bezpieczne wprowadzanie dłuższych tekstów i synteza dokumentu (wyciąganie najważniejszych wniosków z procedur i artykułów).
- **Warsztat praktyczny:** „Asystent biurowy i pigułka wiedzy” – przekształcenie surowych punktów ze spotkania w podsumowanie dla zespołu oraz przygotowanie 5 kluczowych wniosków z dostarczonego fragmentu procedury.

Blok 4: Partner w myśleniu, Action Plan i podsumowanie

Wymiar czasowy: 1 godz. dydaktyczna – 45 min

- AI jako partner sparringowy: burza mózgów, analiza „za i przeciw” wybranego pomysłu zawodowego.
- Budowanie osobistego banku przydatnych poleceń do ponownego wykorzystania.
- **Warsztat podsumowujący:** „Mój plan wdrożenia AI” – wybór 3 konkretnych zadań z własnego stanowiska pracy, zapisanie do nich schematów poleceń i oszacowanie tygodniowej oszczędności czasu.
- Runda pytań i odpowiedzi (Q&A), indywidualne wskazówki trenera i zakończenie szkolenia.

Harmonogram

Liczba pozycji harmonogramu: 8

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
1 z 8 Fundamenty AI i zasady bezpiecznego korzystania	Zajęcia	Katarzyna Wiorek	14-11-2026	09:00	10:30	01:30
2 z 8 -	Przerwa	-	14-11-2026	10:30	10:45	00:15
3 z 8 Skuteczna rozmowa z modelem i techniki poleceń	Zajęcia	Katarzyna Wiorek	14-11-2026	10:45	12:15	01:30
4 z 8 -	Przerwa	-	14-11-2026	12:15	12:45	00:30
5 z 8 AI w codziennej komunikacji, asyście biurowej i pracy z tekstem	Zajęcia	Katarzyna Wiorek	14-11-2026	12:45	14:15	01:30
6 z 8 -	Przerwa	-	14-11-2026	14:15	14:30	00:15
7 z 8 Partner w myśleniu, Action Plan i podsumowanie	Zajęcia	Katarzyna Wiorek	14-11-2026	14:30	15:30	01:00
8 z 8 -	Walidacja	-	14-11-2026	15:30	16:00	00:30

Podsumowanie

Rodzaj godzin	Liczba godzin
Suma godzin zegarowych usługi	07:00
w tym suma godzin zajęć	05:30
w tym suma godzin walidacji	00:30
w tym suma przerw	01:00
Suma godzin dydaktycznych bez przerw	08:00

Cennik

Cennik

Rodzaj ceny	Cena
Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	1 500,00 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	1 500,00 PLN
Koszt osobogodziny brutto	214,29 PLN
Koszt osobogodziny netto	214,29 PLN
W tym koszt walidacji brutto	120,00 PLN
W tym koszt walidacji netto	120,00 PLN
W tym koszt certyfikowania brutto	120,00 PLN
W tym koszt certyfikowania netto	120,00 PLN

Liczba godzin usługi

Rodzaj godzin	Liczba godzin
Liczba godzin zegarowych usługi	07:00

Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



1 z 1

Katarzyna Wiorek

Posiada aktualne kwalifikacje w zakresie praktycznego wykorzystania sztucznej inteligencji w biznesie. Rozwija kompetencje dotyczące generatywnej AI, promptowania, analizy danych, wykorzystania AI w procesach biznesowych oraz budowania rozwiązań wspierających pracę organizacji.

W 2025 roku uzyskała certyfikaty Google związane z wykorzystaniem sztucznej inteligencji w rozwoju biznesu. Zakres zdobytych kwalifikacji obejmuje m.in. praktyczne zastosowanie generatywnej AI, wykorzystanie AI w marketingu i rozwoju biznesu, analizę danych oraz rozwiązywanie

oparte na narzędziach Google Cloud.

W latach 2025–2026 rozwija również swoje kwalifikacje w Akademii Leona Koźmińskiego w obszarze związanym z wykorzystaniem sztucznej inteligencji i transformacją biznesową.

Informacje dodatkowe

Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Uczestnicy otrzymają materiały szkoleniowe w formie elektronicznej, obejmujące prezentację ze szkolenia, przykładowe prompty, ćwiczenia oraz materiały pomocnicze do samodzielnego wykorzystania po zakończeniu usługi.

Warunki techniczne

Komputer/laptop z dostępem do Internetu, mikrofonem i kamerą. Szkolenie oparte w 100% na ogólnodostępnych, bezpłatnych narzędziach generatywnej AI (np. bezpłatny ChatGPT lub Google Gemini). Nie jest wymagany zakup płatnych subskrypcji.

Kontakt



GRAŻYNA PŁAWSKA

E-mail grazyna.plawska@gmail.com

Telefon (+48) 881 634 555