



AKAT Consulting Sp.
z o.o.

★★★★★ 4,7 / 5

5 948 ocen

Autoprezentacja - szkolenie.

Numer usługi 2022/09/27/52158/1540083

📍 Opole / stacjonarna

🏠 Usługa szkoleniowa

🕒 8 h

📅 19.03.2026 do 19.03.2026

984,00 PLN brutto

800,00 PLN netto

123,00 PLN brutto/h

100,00 PLN netto/h

Informacje podstawowe

Kategoria

Biznes / Zarządzanie zasobami ludzkimi

Grupa docelowa usługi

Szkolenie przeznaczone jest dla osób, które chcą nabyć praktycznych umiejętności związanych z przygotowywaniem i wygłaszaniem prezentacji publicznych oraz które chcą pogłębić swoje kompetencje w obszarach związanych z komunikacją z odbiorcami oraz redukcją stresu i tremy

Minimalna liczba uczestników

6

Maksymalna liczba uczestników

16

Data zakończenia rekrutacji

18-03-2026

Forma prowadzenia usługi

stacjonarna

Liczba godzin usługi

8

Podstawa uzyskania wpisu do BUR

Standard Usług Szkoleniowo-Rozwojowych SUS 3.0

Cel

Cel edukacyjny

Celem szkolenia jest wykształcenie i nabycie przez uczestników praktycznych umiejętności związanych z przygotowywaniem i wygłaszaniem prezentacji publicznych. Uczestnicy pogłębiają również swoje kompetencje w obszarach związanych z komunikacją z odbiorcami oraz redukcją stresu i tremy, które w sposób naturalny wiążą się z wystąpieniami publicznymi.

Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
określa rolę przekonań i pewności siebie oraz sukcesy profesjonalnego mówcy, określa cechy osobowościowe autorytetów	omawia rolę głosu w wystąpieniach publicznych,	Test teoretyczny
wykorzystuje autoprezentację w budowaniu wizerunku profesjonalnego mówcy,	stosuje i wykorzystuje skuteczne metody komunikacji werbalnej i niewerbalnej,	Test teoretyczny
wykorzystuje umiejętność usunięcia niekorzystnych gestów - typowe błędy popełniane podczas wystąpień,	występuje publicznie	Test teoretyczny

Kwalifikacje

Kompetencje

Usługa prowadzi do nabycia kompetencji.

Warunki uznania kompetencji

Pytanie 1. Czy dokument potwierdzający uzyskanie kompetencji zawiera opis efektów uczenia się?

TAK

Pytanie 2. Czy dokument potwierdza, że walidacja została przeprowadzona w oparciu o zdefiniowane w efektach uczenia się kryteria ich weryfikacji?

TAK

Pytanie 3. Czy dokument potwierdza zastosowanie rozwiązań zapewniających rozdzielenie procesów kształcenia i szkolenia od walidacji?

TAK

Program

Moduł I - Autoprezentacja

1. Rola przekonań i pewności siebie, a sukcesy profesjonalnego mówcy.
2. Autoprezentacja - budowanie wizerunku profesjonalnego mówcy - ćwiczenia praktyczne.
3. Autorytetem być, czyli kreowanie image'u własnej osoby.
4. Jak cię widzą, tak cię piszą" – o ubiorze słów kilka.
5. Wyartykułuj więcej – rola głosu podczas wystąpień publicznych - ćwiczenia praktyczne.

Moduł II - Wystąpienia publiczne - komunikaty werbalne i niewerbalne

1. Spójność komunikatów werbalnych i niewerbalnych jako podstawa budowania wiarygodności podczas wystąpień publicznych.
2. Mowa ciała uczestników spotkania, czyli jak widzieć więcej i dotrzeć bardziej - ćwiczenia praktyczne.
3. Umiejętność usunięcia niekorzystnych gestów - typowe błędy popełnianie podczas wystąpień.

4. Walidacja - test teoretyczny

Usługa realizowana jest w godzinach zegarowychch - 1 godz. - 60 min.

Przerwy wliczone są w czas trwania usług rozwojowej

UWAGA!

Istnieje możliwość modyfikacji oraz dopasowania usługi do indywidualnych potrzeb projektowych bądź firmy.

Harmonogram

Liczba przedmiotów/zajęć: 4

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
1 z 4 Moduł I - Autoprezentacja.	Ekspert AKAT CONSULTING	19-03-2026	08:00	12:00	04:00
2 z 4 Przerwa	Ekspert AKAT CONSULTING	19-03-2026	12:00	12:15	00:15
3 z 4 Moduł II - Wystąpienia publiczne - komunikaty werbalne i niewerbalne	Ekspert AKAT CONSULTING	19-03-2026	12:15	15:45	03:30
4 z 4 Walidacja - test teoretyczny	-	19-03-2026	15:45	16:00	00:15

Cennik

Cennik

Rodzaj ceny	Cena
Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	984,00 PLN
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	800,00 PLN
Koszt osobogodziny brutto	123,00 PLN
Koszt osobogodziny netto	100,00 PLN

Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



1 z 1

Ekspert AKAT CONSULTING

Zawodowo zajmuje się wystąpieniami publicznymi i komunikacją w języku polskim, angielskim i hiszpańskim. Uczęszczała do Szkoły Animatorów Kultury i Bibliotekarzy we Wrocławiu o profilu teatralnym. Pracowała jako reporterka i prezenterka w Radio Wrocław, w radiowroclove.com oraz w magazynie kulturalnym PIK. Prowadzi szkolenia z zakresu wystąpień publicznych w WeDo Academy. Szkoli start upy oraz firmy z branż tak różnorodnych jak budownictwo, meblarstwo czy rozwiązania IT. Jako konferansjerka prowadziła wiele międzynarodowych konferencji z zakresu medycyny, psychologii biznesu, logistyki i transportu, a nawet mediów społecznościowych. Użycza głosu firmom przy produkcji filmów promocyjnych. Prowadzi zajęcia „Public Speaking in English” dla kierunku International Management w WSB. Jest zasłużonym członkiem klubu Toastmasters we Wrocławiu, laureatką i finalistką konkursów krasomówczych na poziomie europejskim w Toastmasters International (Szwecja 2015, Polska 2015-2019, Grecja 2018). W maju 2019 roku uzyskała tytuł Mistrza Ewaluacji Dystryktu 108 w Toastmasters International obejmującego obszar 5 krajów: Polski, Litwy, Łotwy, Estonii i Finlandii.

Informacje dodatkowe

Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Uczestnicy dostaną notesy, teczki, długopisy, a po zakończeniu usługi materiały wypracowane podczas usługi.

Warunki uczestnictwa

Uczestnicy nie muszą wykazywać się minimalnym doświadczeniem / stażem aby uczestniczyć w usłudze rozwojowej.

Informacje dodatkowe

PODATEK VAT

Usługa szkoleniowa (nie dotyczy doradztwa) jest zwolniona z podatku VAT w przypadku, kiedy przedsiębiorstwo zwolnione jest z podatku VAT lub dofinansowanie wynosi co najmniej 70%. W innej sytuacji do ceny netto doliczany jest podatek VAT w wysokości 23%.

Podstawa: §3 ust. 1 pkt. 14 rozporządzenia Ministra Finansów z dnia 20.12.2013 r. w sprawie zwolnień od podatku od towarów i usług oraz szczegółowych warunków stosowania tych zwolnień (Dz.U. z 2018 r., poz. 701).

OGÓLNE WARUNKI ŚWIADCZENIA USŁUG

Przed zgłoszeniem na usługę prosimy o kontakt celem potwierdzenia dostępności wolnych miejsc / gwarancji terminu szkolenia.

Dokonanie zapisu na usługę jest jednoznaczne z akceptacją OWU, które znajdują się na stronie [www http://www.akatconsulting.pl/ogolne-warunki-umowy](http://www.akatconsulting.pl/ogolne-warunki-umowy).

Usługa może być rejestrowana/nagrywana w celu kontroli w przypadku, gdy usługa jest realizowana z dofinansowaniem.

WSPARCIE W POZYSKANIU DOFINANSOWANIA

Zapraszamy do kontaktu

www.akatconsulting.pl

Adres

Opole

Opole

woj. opolskie

Kontakt



ANGELA JANAS

E-mail sprzedaz@akatconsulting.pl

Telefon (+48) 793 489 600