



JKR TRAINING
SZKOLENIA &
DORADZTWO
SPÓŁKA JAWNA
IWONA
MAZELANIK, JAROS
ŁAW DRZAZGA

Brak ocen dla tego dostawcy

Poznaj siebie - co sprawia, że "chce mi się chcieć"

Numer usługi 2025/04/26/182360/2711750

📍 Katowice / stacjonarna

🏠 Usługa szkoleniowa

🕒 9 h

📅 01.12.2025 do 01.12.2025

1 586,70 PLN brutto

1 290,00 PLN netto

176,30 PLN brutto/h

143,33 PLN netto/h

Informacje podstawowe

Kategoria	Zdrowie i medycyna / Psychologia i rozwój osobisty
Grupa docelowa usługi	Szkolenie dedykowane jest dla osób, które chcą dowiedzieć się co motywuje ich do działania.
Minimalna liczba uczestników	7
Maksymalna liczba uczestników	12
Data zakończenia rekrutacji	21-11-2025
Forma prowadzenia usługi	stacjonarna
Liczba godzin usługi	9
Podstawa uzyskania wpisu do BUR	Standard Usługi Szkoleniowo-Rozwojowej PIFS SUS 2.0

Cel

Cel edukacyjny

Szkolenie ma na celu rozwój osobisty uczestników. Uczestnicy odkryją swoje motywacje, wartości oraz cele życiowe, co pozwoli im lepiej zrozumieć siebie i zwiększyć wewnętrzną motywację do działania w różnych obszarach życia.

Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Uczestnik zna wybrane teorie motywacji	Uczestnik potrafi dokonać charakterystyki wybranych teorii motywacji: Piramidy Dilts'a, Piramidy potrzeb wg Maslowa, Teorii dwuczynnikowej Herzberga. Uczestnik potrafi opisać podejście do motywowania przez poczucie sensu wg Viktora E. Frankla.	Test teoretyczny
Uczestnik potrafi zidentyfikować obszary życia osobistego i zawodowego, które są ważne zgodnie z przyjętym przez uczestnika systemem wartości.	Uczestnik potrafi posługiwać się: Kołem życia, Matrycą aktywności, Subiektywną mapą myśli	Obserwacja w warunkach symulowanych

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 WPROWADZENIE DO GŁÓWNEGO TEMATU SZKOLENIA - osobiste doświadczenia uczestników związane z motywacją do działania

1. Wprowadzenie w tematykę szkolenia
2. Osobiste doświadczenia uczestników związane z motywacją i zaangażowaniem się w działanie

MODUŁ II MOTYWACJA WYBRANE TEORIE

1. Teorie motywacji
 1. Piramida Dilts'a
 2. Piramida potrzeb wg Maslowa

- 3. Teoria dwuczynnikowa Herzberga
- 2. Podejście do motywowania przez poczucie sensu wg Viktora E. Frankla

MODUŁ III AUTODIAGNOZA

- 1. Koło życia
- 2. Matryca aktywności
- 3. Subiektywna mapa myśli
- 4. Ankieta - KOS
- 5. Podsumowanie szkolenia

MODUŁ IV WALIDACJA EFEKTÓW SZKOLENIA

- 1. Test teoretyczny

Harmonogram

Liczba przedmiotów/zajęć: 11

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
1 z 11 MODUŁ I Wprowadzenie do głównego tematu szkolenia- osobiste doświadczenia uczestników związane z motywacją do działania	Iwona Mazelanik	01-12-2025	08:00	09:15	01:15
2 z 11 Przerwa	Iwona Mazelanik	01-12-2025	09:15	09:30	00:15
3 z 11 MODUŁ II MOTYWACJA WYBRANE TEORIE cz.1	Iwona Mazelanik	01-12-2025	09:30	10:30	01:00
4 z 11 Przerwa	Iwona Mazelanik	01-12-2025	10:30	10:45	00:15
5 z 11 MODUŁ II MOTYWACJA WYBRANE TEORIE cz.2	Iwona Mazelanik	01-12-2025	10:45	12:15	01:30
6 z 11 Przerwa	Iwona Mazelanik	01-12-2025	12:15	12:30	00:15

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
7 z 11 MODUŁ III AUTODIAGNOZA cz.1	Iwona Mazelanik	01-12-2025	12:30	13:30	01:00
8 z 11 Przerwa	Iwona Mazelanik	01-12-2025	13:30	14:00	00:30
9 z 11 MODUŁ III AUTODIAGNOZA cz.2	Iwona Mazelanik	01-12-2025	14:00	15:45	01:45
10 z 11 Przerwa	Iwona Mazelanik	01-12-2025	15:45	16:00	00:15
11 z 11 MODUŁ IV WALIDACJA EFEKTÓW SZKOLENIA	Iwona Mazelanik	01-12-2025	16:00	17:00	01:00

Cennik

Cennik

Rodzaj ceny	Cena
Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	1 586,70 PLN
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	1 290,00 PLN
Koszt osobogodziny brutto	176,30 PLN
Koszt osobogodziny netto	143,33 PLN

Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



1 z 1

Iwona Mazelanik

Wykształcenie

Wyższa Szkoła Zarządzania Marketingowego i Języków Obcych w Katowicach - marketingowe zarządzanie firmą

Uniwersytet Jagielloński w Krakowie -studia podyplomowe z zakresu prawa pracy

Uniwersytet Śląski w Katowicach – studia podyplomowe psychologia zachowań społecznych

Specjalizuje się w szkoleniach z zakresu zarządzania, motywowania pracowników, komunikacji w zespole, budowania zespołu, asertywności oraz czasu pracy i czasu pracy kierowców.

Kompetencje

wysokie kompetencje interpersonalne oraz umiejętności leaderskie
innowacyjność przygotowywanych programów szkoleniowych, jak i sposobu prowadzenia szkoleń
otwartość na uczenie się procesów biznesowych, co pozwala zapewnić skuteczne łączenie
prowadzonego szkolenia z codzienną praktyką biznesową szkolonych ludzi
doświadczenie w projektowaniu szkoleń stacjonarnych, szkoleń on-line oraz szkoleń e-learningowych

Doświadczenie zawodowe

25 lat doświadczenia w obszarze HR, jako specjalista i praktyk w zakresie czasu pracy, organizacji szkoleń, prowadzenia rekrutacji oraz obsługi kadrowej i płacowej; w tym:

4 lata - doradca w obszarze HR - praca na stanowisku HR Biznes Partnera

4 lata - doświadczenie menedżerskie – praca na stanowisku kierownika w obszarze HR - dział zajmujący się obsługą kierowców

22 lata doświadczenia jako trener kompetencji menadżerskich i miękkich

17 lat doświadczenia jako współlnik spółki jawnej zajmującej się szkoleniem i doradztwem w zakresie rozwoju pracowników

Informacje dodatkowe

Informacje o materiałach dla uczestników usługi

PO SZKOLENIU UCZESTNICZY:

1. otrzymują do wykonania zadanie praktyczne w formie poszkoleniowego planu wdrożenia
2. mogą skorzystać z jednego spotkania grupowego on-line z trenerem do miesiąca od zakończenia szkolenia mającego na celu zebranie informacji zwrotnych o wdrożeniu zadania indywidualnego, sukcesach/trudnościach we wdrożeniu zadania
3. mogą skorzystać z jednego spotkania indywidualnego on-line z trenerem do miesiąca od ukończenia szkolenia dającego możliwość uzyskania wsparcia indywidualnego w formie mentoringu w obszarze zadania wdrożeniowego

Informacje dodatkowe

Przed zapisem na usługę szkoleniową proszę o kontakt pod numerem: 608 052 658

Adres

Katowice
Katowice
woj. śląskie

Kontakt

Iwona Mazelanik

E-mail iwona.mazelanik@jkrtraining.pl



Telefon (+48) 608 052 658