



AKADEMIA
ROZWOJU
OSOBISTEGO
"KOMPAS"
MAŁGORZATA
DUDEK

★★★★★ 4,8 / 5

5 423 oceny

Szkolenie Inteligencja emocjonalna: jak skutecznie zarządzać emocjami w wielopokoleniowym zespole

Numer usługi 2025/07/30/8826/2912751

📍 Węgorzewo / stacjonarna

🏠 Usługa szkoleniowa

🕒 16 h

📅 02.10.2025 do 06.10.2025

2 500,00 PLN brutto

2 500,00 PLN netto

156,25 PLN brutto/h

156,25 PLN netto/h

Informacje podstawowe

Kategoria

Biznes / Zarządzanie zasobami ludzkimi

Grupa docelowa usługi

Szkolenie "Inteligencja emocjonalna: jak skutecznie zarządzać emocjami w wielopokoleniowym zespole" skierowane jest do:

- właścicieli i pracowników firm, w których są wielopokoleniowe zespoły
- przedsiębiorców, którzy tworzą w swojej firmie wielopokoleniowe zespoły
- osób pracujących w wielopokoleniowych zespołach

Minimalna liczba uczestników

1

Maksymalna liczba uczestników

16

Data zakończenia rekrutacji

01-10-2025

Forma prowadzenia usługi

stacjonarna

Liczba godzin usługi

16

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

Szkolenie "Inteligencja emocjonalna: jak skutecznie zarządzać emocjami w wielopokoleniowym zespole" przygotowuje uczestnika do podniesienia kompetencji emocjonalnych w kontekście pracy w zespołach wielopokoleniowych poprzez rozwój inteligencji emocjonalnej, umiejętności komunikacyjnych, empatii, elastyczności oraz skutecznego zarządzania relacjami i konfliktami międzypokoleniowymi.

Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
stosuje inteligencję emocjonalną w swoim życiu zawodowym	wymienia niewerbalne sygnały i odpowiednio na nie reaguje	Test teoretyczny
	charakteryzuje strategie budowania i utrzymywania zaufania w zespole	Test teoretyczny
	charakteryzuje pięć głównych komponentów inteligencji emocjonalnej	Test teoretyczny
	wymienia pokolenia (Baby Boomers, Pokolenie X, Milenialsi, Pokolenie Z)	Test teoretyczny
	wymienia techniki, które pomagają być bardziej elastycznymi emocjonalnie	Test teoretyczny
	charakteryzuje pojęcie inteligencji emocjonalnej	Test teoretyczny
stosuje techniki samoregulacji w stresujących sytuacjach	charakteryzuje techniki samoregulacji	Test teoretyczny
	wymienia techniki zwiększające świadomość własnych emocji	Test teoretyczny
zarządza konfliktami w wielopokoleniowym zespole	wymienia typowe źródła konfliktów pokoleniowych	Test teoretyczny
	opisuje techniki rozwiązywania konfliktów	Test teoretyczny
stosuje komunikację niewerbalną i aktywne słuchanie	charakteryzuje pojęcie komunikacji niewerbalnej	Test teoretyczny
	wymienia zasady dotyczące aktywnego słuchania	Test teoretyczny
	charakteryzuje sygnały niewerbalne	Test teoretyczny

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
stosuje adaptację i elastyczność w kontaktach z drugim człowiekiem	opisuje techniki adaptacyjne w pracy z różnymi pokoleniami	Test teoretyczny
	charakteryzuje techniki zwiększania elastyczności emocjonalnej	Test teoretyczny
stosuje strategie budowania kultury opartej na inteligencji emocjonalnej	wymienia strategie budowania kultury opartej na inteligencji emocjonalnej	Test teoretyczny
	opisuje znaczenie zaufania i charakteryzuje jak je budować	Test teoretyczny
	wymienia strategie i techniki komunikacji między pokoleniami	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

Szkolenie "Inteligencja emocjonalna: jak skutecznie zarządzać emocjami w wielopokoleniowym zespole" skierowane jest do:

- właścicieli i pracowników firm, w których są wielopokoleniowe zespoły
- przedsiębiorców, którzy tworzą w swojej firmie wielopokoleniowe zespoły
- osób pracujących w wielopokoleniowych zespołach

Szkolenie "Inteligencja emocjonalna: jak skutecznie zarządzać emocjami w wielopokoleniowym zespole" przygotowuje uczestnika do podniesienia kompetencji emocjonalnych w kontekście pracy w zespołach wielopokoleniowych poprzez rozwój inteligencji emocjonalnej, umiejętności komunikacyjnych, empatii, elastyczności oraz skutecznego zarządzania relacjami i konfliktami międzypokoleniowymi.

Szkolenie będzie się składało z części teoretycznej i części praktycznej z wykorzystaniem następujących metod aktywizacyjnych uczestników:

- mini wykład
- ćwiczenia indywidualne
- case study
- burza mózgów
- praca w grupach

Program szkolenia:

Dzień 1 - 02.10.2025, prowadzący: Małgorzata Bukowska-Selwon

1. Wprowadzenie do Inteligencji Emocjonalnej

- Definicja i znaczenie inteligencji emocjonalnej (IE)
- Pięć głównych komponentów IE: samoświadomość, samoregulacja, motywacja, empatia, umiejętności społeczne

2. Różnice Pokoleniowe w Miejsu Pracy

- Charakterystyka różnych pokoleń (Baby Boomers, Pokolenie X, Milenialsi, Pokolenie Z)
- Wartości, oczekiwania i preferencje poszczególnych pokoleń

3. Samoświadomość i Samoregulacja

- Ćwiczenia zwiększające świadomość własnych emocji
- Techniki samoregulacji w stresujących sytuacjach
- Studium przypadków

4. Empatia i Umiejętności Społeczne

- Znaczenie empatii w pracy z wielopokoleniowym zespołem
- Ćwiczenia rozwijające umiejętności empatyczne
- Komunikacja między pokoleniami: strategie i techniki

5. Budowanie Zaufania w Wielopokoleniowym Zespole

- Znaczenie zaufania i jak je budować
- Ćwiczenia praktyczne w budowaniu zaufania
- Analiza przypadków z życia zawodowego

Dzień 2 - 06.10.2025, prowadzący: Małgorzata Bukowska-Selwon

1. Zarządzanie Konfliktami w Wielopokoleniowym Zespole

- Typowe źródła konfliktów pokoleniowych
- Techniki rozwiązywania konfliktów
- Praktyczne ćwiczenia i scenki

2. Komunikacja Niewerbalna i Aktywne Słuchanie

- Znaczenie komunikacji niewerbalnej
- Ćwiczenia z zakresu aktywnego słuchania
- Rozpoznawanie i reagowanie na sygnały niewerbalne

3. Adaptacja i Elastyczność

- Umiejętności adaptacyjne w pracy z różnymi pokoleniami
- Techniki zwiększania elastyczności emocjonalnej

4. Tworzenie Kultury Emocjonalnej w Organizacji

- Strategie budowania kultury opartej na IE
- Przykłady z najlepszych praktyk

5. Test wiedzy - walidacja

Walidacja usługi odbędzie się 06 października 2025 roku w godz. 15:15–15:30 i będzie polegała na przeprowadzeniu pisemnego testu teoretycznego jednokrotnego wyboru (ABC). Test został opracowany przez trenera prowadzącego we współpracy z walidatorem, w oparciu o zamierzone efekty usługi. Testy (w formie papierowej) zostaną rozdane uczestnikom przez trenera prowadzącego usługę.

Wyniki testu będą oceniane przez walidatora zgodnie z kluczem odpowiedzi przygotowanym przez trenera prowadzącego usługę po zakończonej usłudze rozwojowej.

Zostanie zachowana rozdzielność pomiędzy szkoleniem a walidacją usługi.

Informacje dodatkowe:

- Po szkoleniu uczestnik otrzyma zaświadczenie
- 1 godzina rozliczeniowa = 45 minut dydaktycznych
- Szkolenie składa się z 16 godzin dydaktycznych
- Przerwy nie wliczają się do czasu trwania usługi.

Harmonogram

Liczba przedmiotów/zajęć: 11

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
1 z 11 Wprowadzenie do Inteligencji Emocjonalnej	Małgorzata Bukowska-Selwon	02-10-2025	09:00	10:30	01:30
2 z 11 Różnice Pokoleniowe w Miejscu Pracy	Małgorzata Bukowska-Selwon	02-10-2025	10:30	12:00	01:30
3 z 11 Przerwa	Małgorzata Bukowska-Selwon	02-10-2025	12:00	12:30	00:30
4 z 11 Samowiedomość i Samoregulacja	Małgorzata Bukowska-Selwon	02-10-2025	12:30	14:00	01:30
5 z 11 Empatia i Umiejętności Społeczne. Budowanie Zaufania w Wielopokoleniowym Zespole	Małgorzata Bukowska-Selwon	02-10-2025	14:00	15:30	01:30
6 z 11 Zarządzanie Konfliktami w Wielopokoleniowym Zespole	Małgorzata Bukowska-Selwon	06-10-2025	09:00	10:30	01:30

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
7 z 11 Komunikacja Niewerbalna i Aktywne Słuchanie	Małgorzata Bukowska-Selwon	06-10-2025	10:30	12:00	01:30
8 z 11 Przerwa	Małgorzata Bukowska-Selwon	06-10-2025	12:00	12:30	00:30
9 z 11 Adaptacja i Elastyczność	Małgorzata Bukowska-Selwon	06-10-2025	12:30	14:00	01:30
10 z 11 Tworzenie Kultury Emocjonalnej w Organizacji	Małgorzata Bukowska-Selwon	06-10-2025	14:00	15:15	01:15
11 z 11 Test wiedzy - walidacja	-	06-10-2025	15:15	15:30	00:15

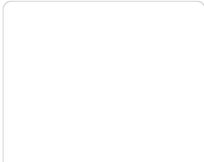
Cennik

Cennik

Rodzaj ceny	Cena
Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	2 500,00 PLN
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	2 500,00 PLN
Koszt osobogodziny brutto	156,25 PLN
Koszt osobogodziny netto	156,25 PLN

Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



1 z 1
Małgorzata Bukowska-Selwon



Trener, coach, praktyk biznesowy. Posiada doświadczenie w prowadzeniu szkoleń w następujących obszarach: inteligencja emocjonalna, budowanie zespołów, komunikacja i współpraca w różnorodnych zespołach, budowanie zespołów opartych na współpracy, adaptacji do zmian i zarządzania zmianą w organizacjach, prowadzenie warsztatów i szkoleń wspierających rozwój kreatywności oraz innowacyjnego myślenia w zespole, technik rozwiązywania konfliktów i mediacji w zespołach, umiejętności prezentacyjnych oraz skutecznego komunikowania się na forum publicznym. Oprócz tego:

1. Realizacji szkoleń z zakresu budowania różnorodnych relacji biznesowych opartych na biznesie B2B oraz biznesie opartym na wewnętrznej strukturze organizacji i przedsiębiorczości oraz w obszarach transformacji cyfrowej organizacji i wynikającego z tego procesu komunikacji wewnętrznej i zewnętrznej.
2. Specjalizacja w budowaniu wewnętrznych motywatorów sprzedawcy jako źródło potencjału niezbędne w procesie sprzedaży.
3. Dokonywaniu audytu szkoleniowego, które są bazą do procesu ciągłego rozwoju.
4. Szkoleniach z zakresu HR w firmach.

Trener posiada doświadczenie w szkoleniach o podobnej tematyce - zrealizowanych ponad 120h szkoleniowych w ciągu ostatnich 5 lat.

Informacje dodatkowe

Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Materiały dla uczestników usługi:

- scenariusz szkolenia,
- materiały szkoleniowe (notes, długopis)
- skrypt podsumowujący wiedzę zdobytą na szkoleniu

Warunki uczestnictwa

Warunkiem uczestnictwa jest zarejestrowanie i założenie konta w Bazie Usług Rozwojowych, zapisanie się na szkolenie za pośrednictwem Bazy i przypisanego ID wsparcia oraz spełnienie wszystkich warunków uczestnictwa w projekcie określonych przez Operatora.

Informacje dodatkowe

Usługa rozwojowa nie jest świadczona przez podmiot pełniący funkcję Operatora lub Partnera Operatora w danym projekcie PSF lub w którymkolwiek Regionalnym Programie lub FERS albo przez podmiot powiązany z Operatorem lub Partnerem kapitałowo lub osobowo.

Usługa rozwojowa nie jest świadczona przez podmiot będący jednocześnie podmiotem korzystającym z usług rozwojowych o zbliżonej tematyce w ramach danego projektu.

Usługa rozwojowa nie obejmuje wzajemnego świadczenia usług w projekcie o zbliżonej tematyce przez Dostawców usług, którzy delegują na usługi siebie oraz swoich pracowników i korzystają z dofinansowania, a następnie świadczą usługi w zakresie tej samej tematyki dla Przedsiębiorcy, który wcześniej występował w roli Dostawcy tych usług.

Cena usługi nie obejmuje kosztów niezwiązanych bezpośrednio z usługą rozwojową, w szczególności kosztów środków trwałych przekazywanych Przedsiębiorcom lub Pracownikom przedsiębiorcy, kosztów dojazdu i zakwaterowania.

Adres

ul. Przemysłowa 10

11-600 Węgorzewo

woj. warmińsko-mazurskie

Northman. Stocznia Jachtowa

Udogodnienia w miejscu realizacji usługi

- Wi-fi

Kontakt



Sandra Kasprowicz

E-mail biuro@akademiakompas.pl

Telefon (+48) 535 296 584