



Budowanie i rozwój zespołu. Zasady efektywnej współpracy i komunikacji

Numer usługi 2025/07/31/121571/2916053

7 158,60 PLN brutto

5 820,00 PLN netto

223,71 PLN brutto/h

181,88 PLN netto/h

Pracownia Rozwoju
Osobistego "Dla
Ciebie" Aleksandra
Martynów

★★★★★ 5,0 / 5

97 ocen

📍 Leszno / stacjonarna

🏠 Usługa szkoleniowa

🕒 32 h

📅 15.09.2025 do 13.10.2025

Informacje podstawowe

Kategoria	Biznes / Zarządzanie zasobami ludzkimi
Identyfikatory projektów	Regionalny Fundusz Szkoleniowy II
Grupa docelowa usługi	Osoba, właścicielka, która w wykonywaniu codziennych obowiązków zawodowych ma stały kontakt z innymi ludźmi. Kadra kierownicza mikro, małych i średnich przedsiębiorstw, osoby chcące świadomie budować zespół. Osoby prowadzące działalność gospodarczą, zatrudniające pracowników. W szkoleniu udział weźmie Katarzyna Kozłowska właścicielka. Z uwagi na niełatwy i wymagający charakter branży spożywczej i wysokie wymagania jakościowe jakie stawia przed nami Franczyzodawca, konieczne jest zbudowanie dobrych relacji wewnątrz zespołu, gdyż nasza praca wymaga w dużej mierze działania w zespole – ścisłej współpracy i przekazywania informacji.
Minimalna liczba uczestników	1
Maksymalna liczba uczestników	1
Data zakończenia rekrutacji	14-09-2025
Forma prowadzenia usługi	stacjonarna
Liczba godzin usługi	32
Podstawa uzyskania wpisu do BUR	Standard Usługi Szkoleniowo-Rozwojowej PIFS SUS 2.0

Cel

Cel edukacyjny

Usługa szkoleniowa przygotowuje do świadomego kształtowania efektywnej pracy zespołowej oraz stosowania technik i narzędzi skutecznej komunikacji interpersonalnej w środowisku zawodowym, w szczególności podczas rozwiązywania sytuacji trudnych i konfliktowych w codziennym funkcjonowaniu zawodowym.

Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Po zakończeniu usługi uczestnik w zakresie wiedzy: definiuje pojęcie zespołu oraz cechy bazowe skutecznego zespołu, - zna znaczenie zespołu i cykl jego życia w funkcjonowaniu przedsiębiorstwa - omawia koncepcję ról zespołowych oraz rozróżnia poszczególne role, - charakteryzuje efekt synergii w zespole, - definiuje istotę komunikacji interpersonalnej w zespole pracowniczym, - omawia i rozróżnia warunki prowadzenia skutecznej komunikacji, - zna cechy skutecznego zespołu - omawia i rozróżnia techniki i narzędzia przeciwdziałania presji i manipulacji, - charakteryzuje warunki wzmacniania motywacji i zaangażowania w pracy zespołowej, - omawia istotę konfliktu i charakteryzuje sposoby rozwiązywania konfliktów, - omawia i uzasadnia wpływ emocji na rozwiązywanie sytuacji konfliktowych.	rozwiązanie przez uczestników testu wejścia na początku szkolenia oraz testu wyjścia na zakończeniu szkolenia	Test teoretyczny

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Po zakończeniu usługi uczestnik w zakresie umiejętności: - stosuje metody wyznaczania wspólnego celu w pracy zespołowej - współtworzy wizję, misję i wartości zespołu, - diagnozuje własną rolę zespołową, - stosuje efektywną komunikację w zespole - tworzy zasady wzajemnego angażowania członków zespołu oraz budowania systemu wzajemnej motywacji, - stosuje sposoby zarządzania emocjami oraz skutecznego reagowania w sytuacjach trudnych, czy konfliktowych w pracy zespołowej, - rozpoznaje przejawy presji i manipulacji oraz im przeciwdziała, - stosuje techniki wywierania wpływu, przekonywania i argumentowania, - tworzy mapy myśli jako skuteczne narzędzie rozwiązywania problemów w pracy zespołowej, - stosuje strategie i metody rozwiązywania konfliktów, - stosuje zasady procesu mediacji sporów w zespole pracowniczym.	aktywny udział w ćwiczeniach i scenkach prowadzonych przez trenera	Test teoretyczny
Po zakończeniu usługi uczestnik w zakresie kompetencji społecznych: - charakteryzuje i ocenia znaczenie komunikacji interpersonalnej oraz identyfikuje zachowania innych ludzi podczas wykonywania przez siebie obowiązków zawodowych, - lepiej podejmuje decyzje związane z relacjami z innymi ludźmi w ramach wykonywania swojej pracy zawodowej	aktywny udział w ćwiczeniach i scenkach prowadzonych przez trenera	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 prowadzone będzie z wykorzystaniem stylów myślenia i działania FRIS - uczestniczka otrzyma swój indywidualny raport opisujący jej styl myślenia i działania

Szkolenie rozpocznie się rozwiązaniem TESTU WEJŚCIA przez uczestników szkolenia (jako forma walidacji) oraz zakończy się rozwiązaniem TESTU WYJŚCIA (jako forma walidacji)

Ramowy program

1. BUDOWANIE ZESPOŁU - FUNDAMENT DOBREJ WSPÓŁPRACY

Co to jest zespół? Wprowadzenie do tematu.

Po co nam zespoły?

przerwa

Cykl życia - etapy tworzenia się zespołu.

Cechy skutecznego zespołu.

Warunki efektywności pracy zespołu - wizja, misja, wartości.

Role w zespole - teoria a rzeczywistość

przerwa

Określenie własnej roli w zespole - ćwiczenia.

Współpraca w zespole - metody współdziałania.

Wyzwania pracy zespołowej czyli jak podnosić jakość pracy.

II. KOMUNIKACJA INTERPERSONALNA A EFEKTYWNOŚĆ ZESPOŁU

Co to jest komunikacja interpersonalna? Wprowadzenie do tematu.

Kanały komunikacji i ich znaczenie w odbiorze informacji.

Rodzaje komunikacji w zespołach i jej efektywność.

Przerwa

Elementy analizy transakcyjnej wg Erica Berna.

Aktywne słuchanie - ćwiczenia.

Wyzwania komunikacyjne w zespole - jak rozpoznać i poprawiać błędy w komunikacji.

Diagnoza własnego stylu komunikacji

Harmonogram

Liczba przedmiotów/zajęć: 21

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
1 z 21 Walidacja - test teoretyczny	-	15-09-2025	09:00	09:30	00:30
2 z 21 BUDOWANIE ZESPOŁU - FUNDAMENT DOBREJ WSPÓŁPRACY - Co to jest zespół? Wprowadzenie do tematu.	Aleksandra Martynów	15-09-2025	09:30	10:15	00:45
3 z 21 BUDOWANIE ZESPOŁU - FUNDAMENT DOBREJ WSPÓŁPRACY - po co nam zespoły?	Aleksandra Martynów	15-09-2025	10:15	11:00	00:45
4 z 21 BUDOWANIE ZESPOŁU - FUNDAMENT DOBREJ WSPÓŁPRACY - określenie własnej roli w zespole - ćwiczenia.	Aleksandra Martynów	15-09-2025	11:00	12:30	01:30
5 z 21 przerwa	Aleksandra Martynów	15-09-2025	12:30	12:45	00:15
6 z 21 BUDOWANIE ZESPOŁU - FUNDAMENT DOBREJ WSPÓŁPRACY - cykl życia - etapy tworzenia się zespołu	Aleksandra Martynów	15-09-2025	12:45	14:45	02:00

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
7 z 21 BUDOWANIE ZESPOŁU - FUNDAMENT DOBREJ WSPÓŁPRACY - Cechy skutecznego zespołu.	Aleksandra Martynów	15-09-2025	14:45	17:00	02:15
8 z 21 BUDOWANIE ZESPOŁU - FUNDAMENT DOBREJ WSPÓŁPRACY - Warunki efektywności pracy zespołu - wizja, misja, wartości.	Aleksandra Martynów	06-10-2025	09:00	10:30	01:30
9 z 21 BUDOWANIE ZESPOŁU - FUNDAMENT DOBREJ WSPÓŁPRACY - Role w zespole - teoria a rzeczywistość.	Aleksandra Martynów	06-10-2025	10:30	12:00	01:30
10 z 21 przerwa	Aleksandra Martynów	06-10-2025	12:00	12:15	00:15
11 z 21 BUDOWANIE ZESPOŁU - FUNDAMENT DOBREJ WSPÓŁPRACYws półpraca w zespole - metody współdziałania.	Aleksandra Martynów	06-10-2025	12:15	14:30	02:15
12 z 21 BUDOWANIE ZESPOŁU - FUNDAMENT DOBREJ WSPÓŁPRACY - wyzwania pracy zespołowej czyli jak podnosić jakość pracy.	Aleksandra Martynów	06-10-2025	14:30	17:00	02:30

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
13 z 21 KOMUNIKACJA INTERPERSONALNA A EFEKTYWNOŚĆ ZESPOŁU - Co to jest komunikacja interpersonalną? Wprowadzenie do tematu.	Aleksandra Martynów	13-10-2025	09:00	09:45	00:45
14 z 21 KOMUNIKACJA INTERPERSONALNA A EFEKTYWNOŚĆ ZESPOŁU - Kanały komunikacji i ich znaczenie w odbiorze informacji.	Aleksandra Martynów	13-10-2025	09:45	10:30	00:45
15 z 21 KOMUNIKACJA INTERPERSONALNA A EFEKTYWNOŚĆ ZESPOŁU - Rodzaje komunikacji w zespołach i jej efektywność.	Aleksandra Martynów	13-10-2025	10:30	11:15	00:45
16 z 21 przerwa	Aleksandra Martynów	13-10-2025	11:15	12:00	00:45
17 z 21 KOMUNIKACJA INTERPERSONALNA A EFEKTYWNOŚĆ ZESPOŁU - Elementy analizy transakcyjnej wg Erica Berna.	Aleksandra Martynów	13-10-2025	12:00	12:45	00:45

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
18 z 21 KOMUNIKACJA INTERPERSONALNA A EFEKTYWNOŚĆ ZESPOŁU - Aktywne słuchanie - ćwiczenia.	Aleksandra Martynów	13-10-2025	12:45	13:30	00:45
19 z 21 KOMUNIKACJA INTERPERSONALNA A EFEKTYWNOŚĆ ZESPOŁU - Wyzwania komunikacyjne w zespole - jak rozpoznać i poprawiać błędy w komunikacji.	Aleksandra Martynów	13-10-2025	13:30	15:00	01:30
20 z 21 KOMUNIKACJA INTERPERSONALNA A EFEKTYWNOŚĆ ZESPOŁU - Diagnostyka własnego stylu komunikacji	Aleksandra Martynów	13-10-2025	15:00	16:30	01:30
21 z 21 walidacja - test teoretyczny	-	13-10-2025	16:30	17:00	00:30

Cennik

Cennik

Rodzaj ceny	Cena
Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	7 158,60 PLN
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	5 820,00 PLN
Koszt osobogodziny brutto	223,71 PLN
Koszt osobogodziny netto	181,88 PLN

Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



1 z 1

Aleksandra Martynów

Trener komunikacji opartej na empatii, trener FRIS®. Certyfikowany trener biznesu Brian Tracy International. Trener mentalny. Mentor. Zarządzanie zespołem. Wdrażanie zmian. Praktyk posiadający ponad 25 letnie doświadczenie w sprzedaży i zarządzaniu produkcją. Pracując w sprzedaży dla międzynarodowej korporacji przeszła większość możliwych kierowniczych szczebli w strukturze. Nagradzana za efekty swoich działań. W sferze produkcyjnej odpowiedzialna za zlecenie oraz koordynowanie produkcji w branży odzieżowej oraz drobnego agd w Chinach i Indiach. Niezmiennie sfokusowana na rozwijaniu kompetencji swoich zespołów. Specjalizująca się w podnoszeniu efektywności oraz optymalizacji procesów i komunikacji. Autorka licznych warsztatów – m.in. „Kobieta przedsiębiorcza”, „Budżetowe wtorki”, „Na rozdrożu”. Prelegentka konferencji Polko! Bądź zdrowsza – PGE Narodowy dla publiczności liczącej 600 osób. Z tematyki mentalności finansowej i przedsiębiorczości przeszkoliła ponad 5 tys osób. Autorka kilku programów mentorskich - np. „Trampolina do sukcesu finansowego”, Akademia finansów małego przedsiębiorstwa; Charyzmatyczna i pełna energii. Wyznaje zasadę mówiącą, że kto chce – szuka sposobu. A kto nie chce – szuka powodu. Współpracuje z Wydział Rewitalizacji i Promocji Miasta Leszna, MOPR w Lesznie, Centrum Biznesowych Inspiracji Lublin, Adwokacka Kancelaria Prawa Gospodarczego Tomasz Kirstajn Leszno, SHERATON.

Informacje dodatkowe

Informacje o materiałach dla uczestników usługi

uczestnik otrzyma skrypt szkoleniowy oraz indywidualny raport - styl myślenia i działania FRIS

Warunki uczestnictwa

brak szczególnych wymagań dotyczących udziału w szkoleniu

Informacje dodatkowe

1. w przypadku tej usługi nie występuje zwolnienie z podatku VAT - ponieważ usługa ze względu na rodzaj/wielkość przedsiębiorstwa dofinansowana jest w wysokości 65%.

Do ceny netto tj. 5.820 dodano 1.338,60 zł (23% wartość podatku VAT) co daje łącznie 7.158,60 za udział 1 osoby

2. Obecność na szkoleniu weryfikowana będzie na podstawie listy obecności. Warunkiem niezbędnym do zaliczenia udziału w szkoleniu jest udział w przynajmniej 80% zajęć zawartych w harmonogramie

3. Jednostką w jakiej są liczone godziny usługi są godziny dydaktyczne tj. 45 min - całość szkolenia to 32 godziny dydaktyczne.

4. przerwy wliczają się w czas trwania kursu

Adres

ul. Gabriela Narutowicza 37/1

64-100 Leszno

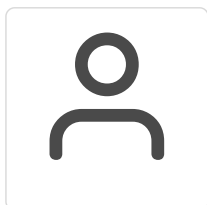
woj. wielkopolskie

Szkolenie prowadzone będzie w biurze firmy uczestniczki.

Udogodnienia w miejscu realizacji usługi

- Wi-fi

Kontakt



Aleksandra Martynów

E-mail martynowsandra@gmail.com

Telefon (+48) 502 588 728