



Kurs - Komunikacja i zarządzanie zespołem

Numer usługi 2025/12/22/52766/3225827

1 746,60 PLN brutto

1 420,00 PLN netto

124,76 PLN brutto/h

101,43 PLN netto/h

NOBLEPROG

POLSKA Spółka z

o.o

★★★★☆ 4,4 / 5

923 oceny

📍 zdalna w czasie rzeczywistym

🏠 Usługa szkoleniowa

🕒 14 h

📅 07.05.2026 do 08.05.2026

Informacje podstawowe

Kategoria

Biznes / Zarządzanie zasobami ludzkimi

Grupa docelowa usługi

Szkolenie skierowane jest do:

- **Pracowników firm i instytucji** – którzy chcą poprawić komunikację w zespole i budować lepsze relacje zawodowe.
- **Kadry menedżerskiej i liderów zespołów** – potrzebujący narzędzi do prowadzenia rozmów, motywowania i rozwiązywania konfliktów.
- **Specjalistów HR / działów personalnych** – odpowiedzialni za rozwój kompetencji miękkich pracowników.
- **Osób przygotowujących się do pełnienia ról kierowniczych** – przyszli liderzy i koordynatorzy zespołów.

Minimalna liczba uczestników

2

Maksymalna liczba uczestników

15

Data zakończenia rekrutacji

06-05-2026

Forma prowadzenia usługi

zdalna w czasie rzeczywistym

Liczba godzin usługi

14

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 Komunikacja i zarządzanie zespołem przygotowuje uczestnika do samodzielnego stosowania skutecznych technik komunikacyjnych w pracy, w tym jasnego formułowania i odbierania komunikatów, budowania relacji, rozwiązywania konfliktów oraz wykorzystywania metod wspierających współpracę i efektywność zespołu. Po zakończeniu szkolenia uczestnik będzie potrafił świadomie dobierać i stosować odpowiednie narzędzia komunikacyjne w sytuacjach zawodowych.

Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Formułuje komunikaty zgodne z intencjami nadawcy i odbiorcy.	Uczestnik tworzy komunikaty w ćwiczeniach warsztatowych i odgrywanych scenkach, otrzymując informację zwrotną od trenera i grupy.	Test teoretyczny
Stosuje zasady efektywnej komunikacji w symulacjach zawodowych.	Uczestnik odgrywa role w symulacjach (nadawca/odbiorca) z uwzględnieniem odpowiedzialności za jakość przekazu.	Test teoretyczny
Identyfikuje i eliminuje nawyki językowe obniżające skuteczność rozmów.	Uczestnik analizuje własne komunikaty podczas warsztatów i case studies, wskazuje elementy wymagające poprawy.	Test teoretyczny
Stosuje techniki aktywnego słuchania i zadawania pytań.	Uczestnik bierze udział w ćwiczeniach grupowych i symulacjach, parafrazuje i klaryfikuje wypowiedzi partnera.	Test teoretyczny
Rozpoznaje bariery i pułapki w komunikacji.	Uczestnik analizuje przykłady trudnych sytuacji podczas case studies, proponuje alternatywne rozwiązania.	Test teoretyczny
Wdraża zasady współpracy w zespole.	Uczestnik realizuje zadania grupowe wymagające synergii, ocenia funkcjonowanie zespołu na podstawie kwestionariusza.	Test teoretyczny
Stosuje techniki rozwiązywania konfliktów w środowisku pracy.	Uczestnik wymienia i charakteryzuje techniki rozwiązywania konfliktów.	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

Zakres tematyczny usługi:

Moduł 1: Zasady skutecznej komunikacji.

Tematy:

- Kształtowanie własnego wizerunku w roli nadawcy i odbiorcy komunikatu
- Praktyczne zasady efektywnej komunikacji
- Odpowiedzialność za skuteczną komunikację
- Czynniki wpływające na jakość kontaktów zawodowych pomiędzy pracownikami

Narzędzia:

- Symulacje: odgrywanie ról nadawcy i odbiorcy
- Ćwiczenia indywidualne z zasad komunikacji
- Kwestionariusze: ocena efektywności komunikacji
- Gra zespołowa: „Konstrukcja Wieży” – budowanie współpracy i komunikacji

Moduł 2: Efektywne prowadzenie rozmów.

Tematy:

- Treść przekazu
- Struktura efektywnego komunikatu
- Nawyki językowe zmniejszające efektywność komunikatu

Narzędzia:

- Warsztaty: tworzenie i analiza komunikatów
- Case studies: przykłady niewłaściwej komunikacji
- Feedback: informacja zwrotna na temat przekazu
- Gra zespołowa: „Wędrujący Komunikat” – testowanie zmieniającej się treści.

Moduł 3: Relacje w komunikacji – poziom osobisty.

Tematy:

- Komunikacja pozawerbalna a spójność przekazu
- Budowanie klimatu i relacyjności sprzyjających porozumieniu
- Sygnały zainteresowania, rozumienia i porozumienia

Narzędzia:

- Ćwiczenia w parach: praktyka komunikacji pozawerbalnej
- Wideoanaliza: analiza komunikacji pozawerbalnej
- Dyskusje moderowane: budowanie relacji
- Gra zespołowa: „Rozmowy w ciemno” – komunikacja bez widoczności

Moduł 4: Narzędzia skutecznego komunikowania.

Tematy:

- Aktywne słuchanie jako podstawa porozumienia
- Techniki zadawania pytań (metoda lejka, technika wędki)
- Rodzaje pytań: otwarte, zamknięte, pogłębiające, poszerzające, procesowe, celowe, sugerujące
- Potwierdzanie zrozumienia poprzez parafrazę i klaryfikację

Narzędzia:

- Ćwiczenia grupowe: techniki aktywnego słuchania
- Symulacje: zastosowanie technik zadawania pytań
- Mini wykłady: teoria i przykłady
- Gra zespołowa: „Zaginiony Skarb” – odkrywanie ukrytego rozwiązania

Moduł 5: Bariery i pułapki w komunikacji.

Tematy:

- Rola pierwszego wrażenia – efekt „anielski” i „diabelski”
- Pułapka komunikacji jednostronnej
- Mapy myślenia – błąd założonej identyczności
- Milczące założenia i nieuprawnione interpretacje
- Trudne sytuacje komunikacyjne z praktyki uczestników

Narzędzia:

- Case studies: analiza trudnych sytuacji
- Ćwiczenia indywidualne i grupowe
- Symulacje: rozwiązywanie realnych problemów
- Gra zespołowa: „Labirynt Komunikacji” – unikanie pułapek

Moduł 6: Zasady funkcjonowania efektywnych zespołów.

Tematy:

- Budowanie synergii w zespole
- Motywowanie członków zespołu

Narzędzia:

- Warsztaty zespołowe: ćwiczenia na budowanie synergii
- Dyskusje moderowane: doświadczenia z pracy zespołowej
- Kwestionariusze: ocena efektywności zespołu
- Gra zespołowa: „Synergia w Działaniu” – zadania wymagające współpracy

Moduł 7: Walidacja - test teoretyczny z pytaniami zamkniętymi i otwartymi.

Adresaci szkolenia:

Szkolenie skierowane jest do pracowników firm i instytucji, kadry menedżerskiej, liderów zespołów, specjalistów HR, osób przygotowujących się do pełnienia ról kierowniczych którzy chcą poprawić komunikację w zespole i budować lepsze relacje zawodowe, potrzebujących narzędzi do prowadzenia rozmów, motywowania i rozwiązywania konfliktów.

Informacje o realizacji usługi:

Szkolenie trwa 14 godzin zegarowych. 10 godzin teoretycznych i 4 godziny praktyczne. W trakcie szkolenia w ciągu 1 dnia szkoleniowego przewiduje się przerwy dostosowane do potrzeb uczestników. Przerwy są wliczane w czas usługi rozwojowej.

Metody pracy: wykłady, dyskusje z uczestnikami, interaktywny chat za pomocą, którego będą przesyłane linki do podstron i omawianych tematów.

Uczestnicy, którzy otrzymali dofinansowanie z projektów regionalnych przed rozpoczęciem szkolenia wypełnią pre-test, który określi ich poziom wyjściowy wiedzy i umiejętności przed szkoleniem. Szkolenie zakończy się walidacją, która zweryfikuje osiągnięcie wszystkich efektów uczenia się.

Aby ukończyć szkolenie, uczestnicy muszą uczestniczyć w co najmniej 80% zajęć oraz podejść do testu końcowego weryfikującego uzyskane kompetencje.

Walidacja

Walidacja obejmuje całość procesu, aż do momentu uzyskania oceny efektów uczenia się. Minimalny poziom weryfikowalności poprawnych odpowiedzi w teście wiedzy wynosi 80%.

Proces walidacji - zostanie przeprowadzony test który ma na celu ocenę wiedzy i umiejętności uczestników, uwzględniając pytania zamknięte i otwarte. Test jest później oceniany przez walidatora. Walidator nie będzie obecny na szkoleniu. Oceni wszystko po zakończeniu kursu na podstawie testu końcowego. Uczestnicy po ocenie testu zostaną poinformowani o wynikach testu. Usługodawca zapewnia rozdzielność funkcji pomiędzy trenerem a osobą odpowiedzialną za walidację efektów uczenia się.

Minimalny poziom kwalifikowalności poprawnych odpowiedzi w teście wiedzy wynosi 80%.

Po ukończeniu szkolenia wystawiane jest zaświadczenie potwierdzające ukończenie szkolenia i osiągnięcie efektów kształcenia.

Warunki organizacyjne szkolenia:

Usługa jest realizowana zdalnie w czasie rzeczywistym, co oznacza, że każdy uczestnik w trakcie zajęć pracuje indywidualnie na swoim komputerze. Szkolenie będzie składało się z części teoretycznej i praktycznej.

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 dofinansowani a, 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.

Harmonogram

Liczba przedmiotów/zajęć: 16

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
1 z 16 Wprowadzenie - pre testy	Bartosz Wójcik	07-05-2026	09:00	09:15	00:15
2 z 16 Zasady skutecznej komunikacji.	Bartosz Wójcik	07-05-2026	09:15	10:50	01:35
3 z 16 Przerwa	Bartosz Wójcik	07-05-2026	10:50	11:00	00:10
4 z 16 Zasady skutecznej komunikacji	Bartosz Wójcik	07-05-2026	11:00	12:30	01:30
5 z 16 Przerwa	Bartosz Wójcik	07-05-2026	12:30	13:00	00:30
6 z 16 Efektywne prowadzenie rozmów.	Bartosz Wójcik	07-05-2026	13:00	14:00	01:00
7 z 16 Przerwa	Bartosz Wójcik	07-05-2026	14:00	14:10	00:10

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
8 z 16 Relacje w komunikacji – poziom osobisty.	Bartosz Wójcik	07-05-2026	14:10	16:00	01:50
9 z 16 Narzędzia skutecznego komunikowania.	Bartosz Wójcik	08-05-2026	09:00	10:40	01:40
10 z 16 Przerwa	Bartosz Wójcik	08-05-2026	10:40	10:50	00:10
11 z 16 Bariery i pułapki w komunikacji.	Bartosz Wójcik	08-05-2026	10:50	12:30	01:40
12 z 16 Przerwa	Bartosz Wójcik	08-05-2026	12:30	13:00	00:30
13 z 16 Zasady funkcjonowania efektywnych zespołów.	Bartosz Wójcik	08-05-2026	13:00	14:30	01:30
14 z 16 Przerwa	Bartosz Wójcik	08-05-2026	14:30	14:40	00:10
15 z 16 Zasady funkcjonowania efektywnych zespołów.	Bartosz Wójcik	08-05-2026	14:40	15:30	00:50
16 z 16 Walidacja- test teoretyczny	-	08-05-2026	15:30	16:00	00:30

Cennik

Cennik

Rodzaj ceny	Cena
Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	1 746,60 PLN
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	1 420,00 PLN
Koszt osobogodziny brutto	124,76 PLN
Koszt osobogodziny netto	101,43 PLN

Prowadzący

Liczba prowadzących: 2



1 z 2

Katarzyna Olszewska

Psycholog, terapeuta, certyfikowany doradca zawodowy, konsultant i trener biznesu w obszarach rozwoju osobistego, profesjonalnej obsługi klienta, zarządzania zespołem, human resources, negocjacji handlowych i windykacji należności pieniężnych.

Od ponad dziesięciu lat aktywnie związana ze światem szkoleń dedykowanych klientom biznesowym i indywidualnym, pracą w charakterze doradcy zawodowego i terapeuty.

Posiada bogate doświadczenie w obszarze kierowania zespołem, zarządzania sekcjami HR, działami jakości, windykacji i obsługi biznesowej.

Jako kierownik działu szkoleń i rekrutacji zarządzała działem human resources. Realizowała projekty rozwojowe, tworzyła programy wsparcia i jakości.

Łącznie przeprowadziła już ponad 23000 godzin szkoleniowych.

Preferuje prowadzenie szkoleń w formie warsztatowej, dzięki czemu uczestnicy od razu mają możliwość praktycznego zastosowania zdobytej wiedzy.

2024-obecnie: Psychoterapeuta

2023-obecnie: Trener biznesowy: Bloomvise Group

2018-obecnie: Właściciel firmy Raise Up - pracownia wsparcia rozwoju

Wykształcenie:

Uniwersytet Gdański- Psychologia społeczna



2 z 2

Bartosz Wójcik

Trener

Informacje dodatkowe

Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Uczestnicy otrzymają dostęp do materiałów online: slajdów i ćwiczeń, które będą przerabiać na szkoleniu.

Warunki uczestnictwa

Warunki uczestnictwa

- Przed szkoleniem uczestnicy muszą wypełnić pre-testy (dotyczy osób z dofinansowaniem z PARP)
- Potwierdzeniem udziału w walidacji oraz nabycia przewidzianych dla usługi efektów uczenia się jest pozytywne zaliczenie testu.
- Warunkiem uzyskania zaświadczenia jest uczestnictwo w co najmniej 80% zajęć usługi rozwojowej oraz zaliczenie zajęć.
- Potwierdzeniem udziału w usłudze będzie zrzut ekranu potwierdzający obecność oraz raport z logowań wygenerowany z platformy wykorzystywanej podczas szkolenia.
- Uczestnik ma obowiązek zapisania się na usługę przez BUR co najmniej na 1 dzień roboczy przed rozpoczęciem szkolenia.

Niespełnienie powyższych wymagań może skutkować brakiem dofinansowania.

- W razie potrzeby szkolenie zostanie dostosowane do osób z niepełnosprawnościami.
- Harmonogram godzinowy szkolenia każdorazowo dostosowywany jest do grupy szkoleniowej.
- Godziny realizacji poszczególnych modułów szkolenia mogą ulec zmianie.
- W trakcie szkolenia obowiązują przerwy.

Informacje dodatkowe

Uczestnicy przyjmują do wiadomości, że usługa może być poddana monitoringowi z ramienia Operatora lub PARP i wyrażają na to zgodę.

Podstawa zwolnienia z VAT:

1) art. 43 ust. 1 pkt 29 lit. c Ustawy z dnia 11 marca 2024 o podatku od towarów i usług - w przypadku dofinansowania w wysokości 100%.

2) § 3 ust. 1 pkt. 14 Rozporządzenia Ministra Finansów z dnia 20 grudnia 2013 r. w sprawie zwolnień od podatku od towarów i usług oraz warunków stosowania tych zwolnień - w przypadku dofinansowania.

Koordynator szkolenia

W sprawie organizacji szkolenia prosimy o kontakt z Patrycją Dobrzyńską: patrycja.dobrzyńska@nobleprog.com 880 997 760.

Warunki techniczne

Do realizacji szkoleń online korzystamy z platformy Zoom. Każdy uczestnik otrzymuje dzień przed szkoleniem link do platformy internetowej (na wskazany adres mailowy), na której znajdować się będzie transmisja online. Uczestnictwo w streamingu nie wymaga żadnych, specjalnych oprogramowań: wystarczy, że komputer jest podłączony do Internetu (należy korzystać z przeglądarek: Google Chrome, Mozilla Firefox lub Safari). Uczestnicy oglądają i słuchają na żywo tego, co dzieje się w sali szkoleniowej oraz śledzą treści wyświetlane na komputerze prowadzącego. Dodatkowo, wszyscy mogą zadawać pytania za pośrednictwem chatu online. W przypadku mniejszych szkoleń uczestnicy mogą przez mikrofon komunikować się z trenerem i innymi uczestnikami kursu. Do szkolenia potrzebna jest kamera.

Minimalne wymagania sprzętowe, jakie musi spełniać komputer Uczestnika lub inne urządzenie do zdalnej komunikacji: Dwurdzeniowy procesor Intel Core i5 2,5 GHz i wyższy.

Minimalne wymagania dotyczące parametrów łącza sieciowego, jakim musi dysponować Uczestnik: pobieranie: 10 Mb/s, wysyłanie: 5 Mb/s.

Niezbędne oprogramowanie umożliwiające Uczestnikom dostęp do prezentowanych treści i materiałów: Nie trzeba pobierać oprogramowania. Aby wziąć udział w szkoleniu online potrzebny jest komputer, laptop, telefon lub tablet ze stabilnym internetem i bez blokad firmowych.

Podczas szkoleń online wykorzystujemy następujące funkcjonalności:

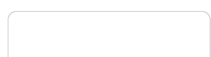
1) Praca w grupach (breakout rooms)

- trener może podzielić uczestników automatycznie lub manualnie
- trener ustala czas trwania pracy w grupach
- pojawia się krótki komunikat na ekranie uczestnika, który informuje, że gospodarz zaprasza do pokoju
- prowadzący może wysłać wiadomość do wszystkich pokoi jednocześnie, np. z opisem zadania do wykonania.

2) Narzędzia dostępne podczas sesji w breakout rooms:

- tablica, możliwość pisania mają wszyscy uczestnicy, efekt pracy można zapisać i pokazać w pokoju szkoleniowym, wszystkim uczestnikom szkolenia
- pokazywanie ekranu, każdy uczestnik może udostępnić swój ekran
- czat
- użytkownik pracujący w pokoju, może w dowolnym momencie zaprosić prowadzącego do pokoju grupowego.

Kontakt



Sylwia Preisnar



E-mail sylwia.preisnar@nobleprog.com

Telefon (+69) 559 505 053