



Efektywne zespoły: komunikacja i współpraca

Numer usługi 2026/02/02/41749/3300856

2 400,00 PLN brutto

2 400,00 PLN netto

100,00 PLN brutto/h

100,00 PLN netto/h

136,25 PLN cena rynkowa ⓘ

Pośrednictwo

Biznesowe Maciej

Pyszka

★★★★★ 4,9 / 5

246 ocen

📍 zdalna w czasie rzeczywistym

🏠 Usługa szkoleniowa

🕒 24 h

📅 16.03.2026 do 18.03.2026

Informacje podstawowe

Kategoria	Biznes / Zarządzanie zasobami ludzkimi
Grupa docelowa usługi	Efektywne zespoły: komunikacja i współpraca
Minimalna liczba uczestników	1
Maksymalna liczba uczestników	20
Data zakończenia rekrutacji	15-03-2026
Forma prowadzenia usługi	zdalna w czasie rzeczywistym
Liczba godzin usługi	24
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

Celem szkolenia jest rozwinięcie umiejętności skutecznej komunikacji i współpracy w zespole oraz budowania pozytywnych relacji zawodowych. Uczestnicy nauczą się rozpoznawać bariery komunikacyjne, rozwiązywać konflikty i współpracować w sposób oparty na wzajemnym szacunku, co przełoży się na lepszą efektywność i atmosferę w zespole.

Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Uczestnik wyjaśnia znaczenie komunikacji i relacji w budowaniu efektywnego zespołu Uczestnik identyfikuje bariery komunikacyjne i typowe źródła konfliktów w pracy zespołowej	potrafi wskazać co najmniej trzy korzyści płynące z dobrej komunikacji w zespole	Wywiad swobodny
	opisuje wpływ pozytywnych relacji na efektywność pracy grupy.	Wywiad swobodny
	wskazuje minimum dwa typowe źródła nieporozumień w zespole,	Wywiad swobodny
	rozpoznaje co najmniej dwa przykłady barier komunikacyjnych na podstawie scenek lub case study.	Wywiad swobodny
Uczestnik stosuje techniki skutecznej komunikacji, w tym aktywnego słuchania i klarownego przekazu	przeprowadza krótką rozmowę z użyciem aktywnego słuchania i technik klarownego komunikowania się,	Wywiad swobodny
	formułuje komunikat uwzględniający potrzeby rozmówcy.	Wywiad swobodny
Uczestnik wykorzystuje metody rozwiązywania konfliktów w zespole oraz podejmowania konstruktywnej współpracy	proponuje rozwiązanie przykładowego konfliktu w zespole	Wywiad swobodny
	demonstruje umiejętność negocjowania kompromisu w ćwiczeniu praktycznym	Obserwacja w warunkach symulowanych
Uczestnik buduje relacje oparte na wzajemnym szacunku, zaufaniu i współdziałaniu w grupie Uczestnik planuje działania wspierające efektywną współpracę i integrację zespołu w miejscu pracy	identyfikuje działania sprzyjające budowaniu zaufania i pozytywnych relacji w zespole	Wywiad swobodny
	aktywnie uczestniczy w ćwiczeniach grupowych, wykazując współpracę i szacunek dla innych	Wywiad swobodny
	opracowuje krótki plan działań na rzecz poprawy współpracy w swoim zespole	Wywiad swobodny
	wskazuje co najmniej dwa narzędzia lub metody, które mogą wprowadzić pozytywne zmiany w pracy grupowej	Wywiad swobodny

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

DZIEŃ 1 – Fundamenty komunikacji w zespole

09:00–11:00 – Moduł 1: „Rola komunikacji i relacji w zespole”

- Wprowadzenie i diagnoza oczekiwań uczestników
- Znaczenie komunikacji w pracy grupowej
- Wpływ relacji na efektywność zespołu

11:00–11:15 – Przerwa (15 min)

11:15–13:15 – Moduł 2: „Bariery komunikacyjne i źródła konfliktów”

- Typowe nieporozumienia w zespołach
- Bariery komunikacyjne i ich wpływ na współpracę
- Analiza przykładów z praktyki uczestników

13:15–14:15 – BLOK ĆWICZEŃ PRAKTYCZNYCH 1

- Rozpoznawanie barier komunikacyjnych w scenkach
- Ćwiczenia z aktywnego słuchania i klarownego przekazu

14:15–17:15 – Moduł 3: „Podstawy efektywnej współpracy”

- Zasady współdziałania w zespole
- Budowanie zaufania i wzajemnego szacunku
- Praktyczne przykłady i dyskusja grupowa

DZIEŃ 2 - Narzędzia współpracy i rozwiązywania konfliktów

09:00–11:00 – Moduł 4: „Techniki skutecznej komunikacji w zespole”

- Formułowanie komunikatów i feedback
- Współpraca oparta na jasnym przekazie i aktywnym słuchaniu

11:00–11:15 – Przerwa (15 min)

11:15–13:15 – Moduł 5: „Rozwiązywanie konfliktów w zespole”

- Rozpoznawanie źródeł konfliktów
- Techniki deeskalacji i negocjowania kompromisów
- Case study i przykłady z życia zespołów

13:15–14:15 – BLOK ĆWICZEŃ PRAKTYCZNYCH 2

- Symulacje sytuacji konfliktowych
- Ćwiczenia negocjacji i konstruktywnego rozwiązywania problemów

14:15–17:15 – Moduł 6: „Współpraca w praktyce – role i odpowiedzialności”

- Role w zespole i synergiczne wykorzystanie kompetencji
- Planowanie działań zespołowych
- Dyskusje i analiza doświadczeń uczestników

DZIEŃ 3 - Wdrażanie i integracja zespołu

09:00–11:00 – Moduł 7: „Budowanie relacji w zespole”

- Zaufanie, współdziałanie i integracja
- Dobre praktyki i przykłady z firm
- Ćwiczenia w pracy grupowej

11:00–11:15 – Przerwa (15 min)

11:15–13:15 – Moduł 8: „Planowanie działań wspierających współpracę”

- Tworzenie mapy komunikacji zespołu
- Indywidualne i grupowe strategie poprawy współpracy

13:15–14:15 – BŁOK ĆWICZEŃ PRAKTYCZNYCH 3

- Opracowanie realnych scenariuszy działań integracyjnych
- Praca warsztatowa nad standardami współpracy w zespole

14:15–16:15 – Moduł 9: „Utrzymanie efektywnej współpracy w praktyce”

- Monitorowanie i rozwój relacji w zespole
- Dyskusja nad wyzwaniami i rozwiązaniami

16:15–17:15 – WALIDACJA EFEKTÓW UCZENIA SIĘ

- Sprawdzenie wiedzy, umiejętności i kompetencji uczestników
- Podsumowanie i informacje zwrotne

Szkolenie w formie zdalnej w czasie rzeczywistym trwa 24 godzin, przerwy wliczają się w czas szkolenia. Część teoretyczna trwa 20 godzin, część praktyczna 4 godziny, w tym walidacja, a przerwy 45 minut.

Usługa prowadzona jest w godzinach zegarowych, godzina = 60 minut

Harmonogram

Liczba przedmiotów/zajęć: 16

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
1 z 16 Moduł 1: „Rola komunikacji i relacji w zespole”	Maciej Pyszka	16-03-2026	09:00	11:00	02:00
2 z 16 Przerwa	Maciej Pyszka	16-03-2026	11:00	11:15	00:15

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
3 z 16 Moduł 2: „Bariery komunikacyjne i źródła konfliktów”	Maciej Pyszka	16-03-2026	11:15	13:15	02:00
4 z 16 BLOK ĆWICZEŃ PRAKTYCZNYCH 1	Maciej Pyszka	16-03-2026	13:15	14:15	01:00
5 z 16 Moduł 3: „Podstawy efektywnej współpracy”	Maciej Pyszka	16-03-2026	14:15	17:15	03:00
6 z 16 Moduł 4: „Techniki skutecznej komunikacji w zespole”	Maciej Pyszka	17-03-2026	09:00	11:00	02:00
7 z 16 Przerwa	Maciej Pyszka	17-03-2026	11:00	11:15	00:15
8 z 16 Moduł 5: „Rozwiązywanie konfliktów w zespole”	Maciej Pyszka	17-03-2026	11:15	13:15	02:00
9 z 16 BLOK ĆWICZEŃ PRAKTYCZNYCH 2	Maciej Pyszka	17-03-2026	13:15	14:15	01:00
10 z 16 Moduł 6: „Współpraca w praktyce – role i odpowiedzialności”	Maciej Pyszka	17-03-2026	14:15	17:15	03:00
11 z 16 Moduł 7: „Budowanie relacji w zespole”	Maciej Pyszka	18-03-2026	09:00	11:00	02:00
12 z 16 Przerwa	Maciej Pyszka	18-03-2026	11:00	11:15	00:15
13 z 16 Moduł 8: „Planowanie działań wspierających współpracę”	Maciej Pyszka	18-03-2026	11:15	13:15	02:00

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
14 z 16 BLOK ĆWICZEŃ PRAKTYCZNYCH 3	Maciej Pyszka	18-03-2026	13:15	14:15	01:00
15 z 16 Moduł 9: „Utrzymanie efektywnej współpracy w praktyce”	Maciej Pyszka	18-03-2026	14:15	16:15	02:00
16 z 16 WALIDACJA EFEKTÓW UCZENIA SIĘ	-	18-03-2026	16:15	17:15	01:00

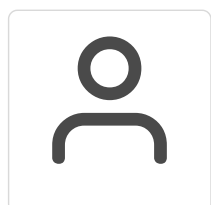
Cennik

Cennik

Rodzaj ceny	Cena
Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	2 400,00 PLN
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	2 400,00 PLN
Koszt osobogodziny brutto	100,00 PLN
Koszt osobogodziny netto	100,00 PLN

Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



1 z 1

Maciej Pyszka

Doświadczony doradca biznesowy i trener, specjalizujący się w zarządzaniu zasobami ludzkimi, komunikacji międzypokoleniowej oraz rozwoju kompetencji menedżerskich i zespołowych. Od wielu lat wspiera przedsiębiorstwa w projektowaniu i wdrażaniu strategii HR, optymalizacji procesów organizacyjnych oraz budowaniu efektywnych struktur zarządzania.

Jako właściciel firmy doradczo-szkoleniowej prowadzi projekty w zakresie zarządzania wiekiem, budowania kultury organizacyjnej, rozwoju kompetencji pracowników oraz wdrażania systemów ocen i motywacyjnych. Realizuje kompleksowe działania doradcze dla kadry zarządzającej i działów HR, koncentrując się na efektywnej komunikacji, rozwoju przywództwa i zarządzaniu zmianą.

Posiada również doświadczenie w pracy jako doradca biznesowy w firmach komercyjnych, gdzie odpowiadał m.in. za mapowanie procesów wewnętrznych, opracowanie strategii sprzedażowych i marketingowych oraz rozwój struktur zespołowych. Brał udział w projektach transformacyjnych, wspierając liderów w procesach reorganizacji i wdrażaniu zmian.

Magister politologii (Uniwersytet Gdański) Szkoleniowiec i doradca biznesowy. Kwalifikacje i doświadczenie zawodowe nabyte nie wcześniej niż 5 lat przed datą rozpoczęcia realizacji usługi rozwojowej, posiada co najmniej 120-godzinne doświadczenie w prowadzeniu szkoleń o podobnej tematyce dla osób dorosłych w dwóch ostatnich latach (24 miesiącach) wstecz od dnia rozpoczęcia szkolenia

Informacje dodatkowe

Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Materiały dodatkowe zapewnia realizator:

-case study

-prezentacja

-interaktywne ćwiczenia

Uczestnik otrzyma materiały w dniu szkolenia.

Warunki uczestnictwa

Zapis na usługę z wykorzystaniem odpowiedniego ID wsparcia.

Warunkiem uzyskania zaświadczenia i certyfikatu jest uczestnictwo w 100% szkolenia. Warunkiem niezbędnym do spełnienia

przez uczestników, aby realizacja usługi pozwoliła na osiągnięcie głównego celu jest aktywność oraz obecność na szkoleniu. Certyfikat iza:

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 zi

Usługa rozwojowa nie obejmuje wzajemnego świadczenia usług w projekcie o zbliżonej tematyce przez Dostawców usług, którzy delegują usługę obejmuje kosztów niezwiązanych bezpośrednio z usługą rozwojową, w szczególności kosztów środków

trwałych przekazywanych Przedsiębiorcom lub Pracownikom przedsiębiorcy, kosztów dojazdu.

Warunki techniczne

Rodzaj komunikatora, za pośrednictwem którego prowadzona będzie usługa rozwojowa: Usługa szkoleniowa realizowana będzie zdalnie w czasie rzeczywistym przy wykorzystaniu aplikacji „TEAMS”.

Minimalne wymagania sprzętowe, jakie musi spełniać komputer Uczestnika lub inne urządzenie do zdalnej komunikacji: Komputer(PC lub internetowe - szerokopasmowe przewodowe lub bezprzewodowe (3G lub 4G /LTE)- Głośniki i mikrofon - wbudowany lub wtyk

USB lub bezprzewodowy Bluetooth - Kamera internetowa lub kamera internetowa HD -wbudowana lub wtyczka USB lub kamera HD lub

kamera HD z kartą przechwytywania wideo - Dwurdzeniowy procesor 2 GHz lub szybszy (zalecany 4- rdzeniowy) (i3 / i5 / i7

lub odpowiednik AMD) - 2GB pamięci RAM (zalecane 4GB) - System operacyjny Windows 8(zalecany Windows 10), Mac OS wersja

10.13 (zalecana najnowsza wersja) – dla PC lub laptopa

Minimalne wymagania dotyczące parametrów łącza sieciowego, jakim musi dysponować Uczestnik: - Stałe łącze

internetowe o prędkości 1,5 Mbps (zalecane 2,5 Mbps z obrazem w jakości HD - 800kbps / 1.0Mbps (góra / dół) dla wysokiej jakości wideo

- W przypadku widoku galerii / lub video HD 720p: 1,5 / 1,5 (góra / dół) - Odbieranie wideo HD 1080p wymaga 2,5 (w górę / w dół) -

Przesyłanie wideo HD 1080p wymaga 3,0 (w górę / w dół) - Tylko do udostępniania ekranu (brak miniatury wideo): 50-75 -

Dostęp do udostępniania ekranu z miniaturą wideo: 50-150 - W przypadku audio VoIP: 60-80 - W przypadku telefonu Zoom: 60-100

Niezbędne oprogramowanie umożliwiające Uczestnikom dostęp do prezentowanych treści i materiałów: -

Przeglądarka internetowa: Google Chrome, Firefox, lub Safari (zaktualizowane do najnowszej wersji) - Bezpłatna aplikacja „TEAMS” -

Programy z możliwością odczytywania dokumentów „.pdf”, „.doc”, „.xlsx”, „.xls”, „.pptx”, „.

Podstawą do rozliczenia usługi, jest wygenerowanie z systemu raportu, umożliwiającego

identyfikację wszystkich uczestników oraz zastosowanie narzędzia

Kontakt



Weronika Pasieba

E-mail projekty@posrednictwobiznesowe.pl

Telefon (+48) 530 163 879