



WSPIERAMY W ŚWIADOMYM PODEJMOWANIU NOWYCH RÓL

WSZECHNICA UNIWERSYTETU JAGIELLOŃSKIEGO



SZKOŁA FACYLITATORÓW

Kraków | Warszawa | Wrocław

SZKOŁA TRENERÓW

Kraków

TRENING INTERPERSONALNY

Kraków | Wrocław

LEARNING & DEVELOPMENT MANAGEMENT

Kraków | Online



SZKOŁA COACHÓW

Online | Kraków | Warszawa | Wrocław

PSYCHOLOGIA DLA COACHÓW

Online

CERTYFIKACJA KOMPETENCJI ICF

Online

STRES.EMOCJE.REZYLIENCJA.

24/7 | Kurs Video

FACYLITACJA - JAK BUDOWAĆ DIALOG, WSPÓŁPRACĘ I PARTNERSTWO W ORGANIZACJI

24/7 | Kurs Video





promoting the power
of facilitation worldwide

Szkoła Facylitatorów

Zarządzaj pracą grupy tak, by w krótkim czasie osiągać najlepsze rezultaty i korzystać z potencjału wszystkich zaangażowanych osób.

DLACZEGO WARTO?

Biorąc udział w programie, dowiesz się, jak ułatwiać grupie wypracowanie satysfakcjonujących rezultatów zarówno w środowisku zdalnym, jak i podczas spotkań bezpośrednich. Nauczysz się uruchamiać potencjał poszczególnych osób oraz grupy jako całości dzięki adekwatnemu korzystaniu z różnorodnych technik facylitacyjnych.

- / Moduł I dostarczy Ci kluczowych umiejętności facylitacyjnych, takich jak skupienie grupy wokół zadania, planowanie spotkania oraz angażowanie uczestników, dzięki czemu zwiększysz jakość prowadzonych spotkań.
- / Moduł II nauczy Cię, jak korzystać i rozwijać twórcze myślenie, co pomoże Twojemu zespołowi w generowaniu innowacyjnych pomysłów i rozwiązań. Nauczysz się uruchamiać kreatywność, budując bezpieczne i twórcze środowisko wspólnego myślenia. Poznasz różnorodne metody rozwiązywania problemów, co pozwoli Ci skuteczniej projektować sesje prowadzące do ich rozwiązania.
- / Podczas Modułu III poznasz strategię podejmowania decyzji zespołowych. Nauczysz się facylitować proces decyzyjny, co przełoży się na trafniejsze i bardziej przemyślane działania. Nauczysz się projektować sesje planowania zespołowego i wzmacniać motywację uczestników do realizacji celu.
- / Podczas Modułu IV poddasz grupowej refleksji doświadczenia zdobyte podczas samodzielnych sesji facylitowanych. Ponadto określisz swoje cele rozwojowe w roli facylitatora oraz sposoby ich realizacji.

Uczestnictwo w programie to inwestycja w Twój rozwój osobisty i zawodowy. Zdobyte umiejętności stworzą nowe możliwości kariery i pozwolą Ci osiągać jeszcze lepsze wyniki w pracy.



KTO SKORZYSTA NA SZKOLENIU?

Szkoła Facylitatorów skierowana jest do osób, które potrzebują rozwinąć umiejętności angażowania grup zespołów do wspólnego: rozwiązywania problemów, i podejmowania decyzji, planowania działań, tworzenia rozwiązań i wymiany wiedzy.

W szczególności program adresowany jest do: liderów zmiany, kierowników projektu i produktu, specjalistów ds. HR, trenerów, konsultantów, menedżerów.

INFORMACJE ORGANIZACYJNE

88 godzin szkolenia (11 dni, w tym 7 stacjonarnych i 4 online)

Miejsce realizacji: Kraków, Warszawa, Wrocław

Cena: 8500 zł (+23% VAT)





Szkoła Trenerów

Twórz środowisko, które wspiera uczenie i dzielenie się wiedzą, oraz umożliwia praktykę w bezpiecznej atmosferze.

DLACZEGO WARTO?

Szkoła Trenerów to kompleksowy program, który przygotowuje uczestników do samodzielnego projektowania, realizacji i ewaluacji prowadzonych aktywnymi metodami szkoleń dla osób dorosłych.

- / Podczas Modułu I dowiesz się, jakie kompetencje są kluczowe w pracy trenera. Nauczysz się, jak dostosować swoje podejście do osób dorosłych, aby skutecznie wspierać ich w nauce i rozwoju. Dowiesz się, jak wykorzystać swoje unikalne umiejętności, aby stać się inspirującym liderem w pracy z grupami.
- / Podczas Modułu II rozwiniesz swoje umiejętności komunikacyjne i autoprezentacyjne. Nauczysz się, jak prowadzić angażujące dyskusje i zadawać pytania, które skłonią uczestników do głębszej refleksji. Dowiesz się, jak przygotować i prezentować treści w sposób zrozumiały i interesujący. Nauczysz się, jak przekazywać informacje zwrotne w sposób, który wspiera rozwój uczestników i buduje pozytywne relacje.
- / Na Module III poznasz różnorodne metody i techniki, które pozwolą Ci tworzyć skuteczne i angażujące programy szkoleniowe. Nauczysz się, jak precyzyjnie określać cele szkolenia, aby zapewnić efektywność i mierzalność rezultatów. Dowiesz się, jak wybierać odpowiednie metody w zależności od celów szkolenia i potrzeb uczestników. Nauczysz się, jak zaplanować program szkolenia, aby był spójny i efektywnie wykorzystywał dostępny czas.
- / Moduł IV będzie okazją do praktyki różnych form pracy szkoleniowej, od wykładów po warsztaty i ćwiczenia grupowe. Nauczysz się, jak obserwować dynamikę grupy oraz jak z niej korzystać, aby wspierać osiągnięcie celów. Dowiesz się, jak radzić sobie z wyzwaniami i konfliktami, które mogą pojawić się podczas szkoleń.

Nasz program szkolenia oferuje kompleksowe przygotowanie, które pomoże Ci rozwijać się w tej dynamicznej i satysfakcjonującej roli. Dzięki uczestnictwu zyskasz nie tylko teoretyczną wiedzę, ale przede wszystkim praktyczne umiejętności. Będziesz gotowy na wyzwania, które niesie ze sobą praca trenera.



KTO SKORZYSTA NA SZKOLENIU?

Początkujący trenerzy, którzy chcą zdobyć przygotowanie do samodzielnego projektowania i realizacji szkoleń z wybranego przez siebie obszaru tematycznego.

Doświadczeni eksperci, którzy poszukują nowych możliwości zawodowego rozwoju i chcą nauczyć się przekazywać swoją wiedzę za pomocą interaktywnych, angażujących grupę metod.

Menedżerowie HR i trenerzy wewnętrzni, odpowiedzialni za projekty rozwojowe w organizacjach i dzielenie się wiedzą ze współpracownikami.

INFORMACJE ORGANIZACYJNE

104 godziny szkolenia (13 dni)

Miejsce realizacji: Kraków

Cena: 6600 zł (+23% VAT)





Trening interpersonalny

Doświadcz procesu grupowego i dowiedz się, jaki ma wpływ na przebieg prowadzonego przez siebie szkolenia lub spotkania.

DLACZEGO WARTO?

- / Nauczysz się, jak komunikować swoje potrzeby, co pozwoli Ci lepiej zrozumieć zarówno siebie, jak i innych ludzi. Doświadczysz różnych stylów komunikacji, których zrozumienie pomoże Ci w budowaniu opartych na zaufaniu i bardziej satysfakcjonujących relacji. Zwiększysz gotowość do empatycznego słuchania i rozumienia perspektywy innych osób. Zrozumiesz, jak pielęgnować relacje w różnych kontekstach, co pomoże Ci w tworzeniu zdrowych i trwałych więzi z innymi ludźmi.
- / Dzięki informacjom zwrotnym dowiesz się, jak odbierają Cię inni i jaką rolę pełnisz w grupie. Zwiększona samoświadomość będzie pomocna w analizowaniu swoich emocji, myśli i sposobów reagowania. Nauczysz się rozpoznawać swoje uczucia i z uważnością się im przyglądać, co pomoże Ci w radzeniu sobie z trudnymi i stresującymi sytuacjami.
- / Rozwiniiesz kompetencje niezbędne do efektywnej współpracy w zespole, co może przełożyć się na większą satysfakcję z pracy i osiągnięcie lepszych rezultatów. Dzięki zdobytym umiejętnościom przyczynisz się do tworzenia pozytywnej i wspierającej atmosfery w zespole. Nauczysz się, jak wyrażać swoje potrzeby i opinie w sposób asertywny, co zwiększy Twoją pewność siebie i skuteczność w komunikacji.



KTO SKORZYSTA NA SZKOLENIU?

Trening interpersonalny jest dedykowany wszystkim osobom, które chcą rozwijać swoje umiejętności interpersonalne oraz budować bardziej efektywne i satysfakcjonujące relacje zarówno w życiu zawodowym, jak i osobistym. Szczególnie: liderów, menedżerów, specjalistów HR, trenerów, coachów, mentorów, profesjonalistów z obszarów sprzedaży i obsługi klienta, oraz osobom dążącym do rozwoju osobistego.

Każdy, kto pragnie lepiej rozumieć siebie i innych ludzi, doskonalić swoje umiejętności komunikacyjne oraz efektywnie zarządzać swoimi emocjami, budując głębsze relacje z innymi.

INFORMACJE ORGANIZACYJNE

40 godzin szkolenia (5 dni)

Miejsce realizacji: Kraków, Wrocław

Cena: 2500 zł (+23% VAT)





Szkoła Coachów

Zdobądź kompleksową wiedzę, dzięki której poprowadzisz coaching w podejściu skoncentrowanym na rozwiązaniach.

DLACZEGO WARTO?

Szkoła Coachów The Art & Science of Coaching jest jednym z najbardziej znanych międzynarodowo kursów coachingu. Wyróżnia się certyfikatem międzynarodowym Erickson Professional Coach (EPC) i najwyższym poziomem akredytacji International Coach Federation, umożliwiającym zdobycie certyfikatów PCC lub ACC.

- / Dzięki części pierwszej szkolenia poznasz podstawowe założenia coachingu, które pozwolą Ci zrozumieć istotę tej dziedziny. Rozwiniesz swoje umiejętności komunikacyjne, aby efektywnie prowadzić sesje z klientami. Naucz się struktury rozmowy coachingowej, co umożliwi Ci prowadzenie sesji w sposób uporządkowany i skuteczny. Dowiesz się, jak definiować rezultaty sesji oraz jak formułować pytania coachingowe pomagające klientom odkrywać nowe możliwości i rozwiązania.
- / Moduł II nauczy Cię wyznaczać priorytety, aby skutecznie zarządzać czasem swoim i swoich klientów. Rozwinie umiejętności planowania i zarządzania czasem, co pozwoli na lepsze wykorzystanie zasobów. Wspierając twórczość i projektowanie rozwiązań pomożesz klientom w tworzeniu innowacyjnych planów rozwojowych. Naucz się radzić sobie z wewnętrznym krytykiem, co zwiększy Twoją skuteczność w roli coacha.
- / Podczas Modułu III poznasz kulturowy i społeczny aspekt wartości, co pomoże Ci w pracy w różnorodnym środowisku. Pogłębiając i pracując ze strategiami motywowania, zwiększysz zaangażowanie i determinację swoich klientów.
- / Moduł IV będzie okazją do doskonalenia i integracji umiejętności, aby stać się wszechstronnym coachem. Rozpoznasz swoje kompetencje coachingowe i przygotujesz się do dalszej pracy rozwojowej oraz certyfikacji. Zaprojektujesz również własną praktykę coachingową, co pozwoli na tworzenie spersonalizowanych planów dla klientów.

Każdy z tych modułów przynosi konkretne korzyści, które pozwolą Ci rozwijać się jako coach i wspierać swoich klientów w osiągnięciu ich celów.

KTO SKORZYSTA NA SZKOLENIU?

Kurs jest przeznaczony dla osób przygotowujących się do podjęcia roli coacha rozumianej jako profesjonalna rola zawodowa i poszukujących kompleksowego przygotowania oraz możliwości weryfikacji zdobytych kompetencji.

Będzie również użyteczny dla osób, które zamierzają korzystać z warsztatu pracy coachingowej w innych rolach zawodowych: trenera, specjalistów HR, menedżera, konsultanta, facylitatora, doradcy, psychologa, terapeuty, pracowników służb medycznych, prawnika oraz innych.

INFORMACJE ORGANIZACYJNE

136 godzin szkolenia (16 dni stacjonarnie, 24 dni online)

Miejsce realizacji: Kraków, Warszawa, Online

Cena edycji stacjonarnej: 14 600 zł (+23% VAT)

Cena edycji online: 13 800 zł (+23% VAT)





Psychologia dla Coachów

Dotychczas zdobyte umiejętności i doświadczenie coachingowe oprzyj na solidnych podstawach wiedzy psychologicznej.

DLACZEGO WARTO?

Biorąc udział w kursie nauczysz się łączyć rzetelną wiedzę psychologiczną z praktyką coachingową, co pozwoli Ci na bardziej efektywne wsparcie swoich klientów. Zyskasz umiejętność krytycznej oceny obecnych na rynku modeli i narzędzi coachingowych, dzięki czemu z większym prawdopodobieństwem unikniesz błędów wynikających z nieprawdziwych przekonań na temat rozwoju osobistego. Zwiększysz swoją elastyczność w doborze i samodzielnej modyfikacji strategii pracy z klientami, precyzyjniej odpowiadając na ich indywidualne potrzeby. Dzięki wiedzy na temat praktycznych kryteriów zdrowia psychicznego nauczysz się trafniej oceniać sytuację psychologiczną klienta, co pomoże Ci w decyzji o podjęciu lub rezygnacji z coachingu w przypadkach, gdy interwencja psychologiczna może być bardziej odpowiednia.

Dołącz do kursu **Psychologia dla Coachów** i **wnieś swoje kompetencje na wyższy poziom, zwiększając wartość, jaką dostarczasz swoim klientom.**

KTO SKORZYSTA NA SZKOLENIU?

Kurs Psychologia dla coachów jest skierowany do osób, które w praktyce korzystają z umiejętności coachingowych i chcą poszerzyć swoją wiedzę na temat głównych nurtów współczesnej psychologii, jednocześnie porządkując i weryfikując założenia, na których opierają się w codziennej pracy z klientami.

Kurs zaprojektowano z myślą o osobach nie mających wykształcenia psychologicznego, które ukończyły kompleksowy, trwający co najmniej 60 godzin kurs coachingu. Może jednak być użyteczny również dla psychologów, zainteresowanych odświeżeniem i pogłębieniem zdobytej wcześniej wiedzy.

INFORMACJE ORGANIZACYJNE

56 godzin szkolenia (14 wieczornych spotkań)

Miejsce realizacji: Online

Cena: 4 500 zł (+23% VAT)





Learning & Development Management

Szkoła zarządzania procesami rozwojowymi z organizacji

Planuj i realizuj projekty rozwojowe adekwatne do potrzeb Twojej organizacji.

DLACZEGO WARTO?

- / Biorąc udział w szkoleniu zyskasz głębokie rozumienie roli specjalisty Learning & Development, co pozwoli Ci skuteczniej planować i realizować projekty. Nauczysz się, kogo pytać o potrzeby rozwojowe i jak dobierać adekwatne narzędzia diagnozy. Dowiesz się, o co pytać w trakcie diagnozy potrzeb, co ułatwi precyzyjne identyfikowanie obszarów wymagających rozwoju. Praca na case study uczestników umożliwi Ci zastosowanie zdobytej wiedzy w praktyce.
- / Dzięki Modułowi II poznasz różne metody wspierania rozwoju i nauczysz się tworzyć kompleksowe programy. Zyskasz umiejętność określania celów na różnych poziomach, co zapewni lepsze dopasowanie działań rozwojowych do strategicznych celów firmy. Nauczysz się, jak skutecznie komunikować projekt różnym grupom interesariuszy, co zwiększy ich zaangażowanie w podejmowane działania.
- / Na Module III poznasz różnorodne narzędzia ewaluacji, dzięki którym precyzyjnie ocenisz rezultaty podjętych działań. Dowiesz się, jak oceniać rezultaty na poziomie wyników biznesowych organizacji. Nauczysz się oceniać ROI projektów rozwojowych, co pozwoli Ci lepiej argumentować ich wartość. Poznasz rozwiązania służące zarządzaniu wiedzą w organizacji.

Program szkoleniowy pomoże Ci w rozwoju zawodowym, co wpłynie na Twoją skuteczność i satysfakcję z pracy. Rozwój kompetencji ważnych w roli specjalisty Learning & Development przyniesie korzyści zarówno Tobie, jak i Twojej organizacji.

KTO SKORZYSTA NA SZKOLENIU?

Program Learning & Development Management jest skierowany do szerokiej grupy profesjonalistów związanych z rozwojem pracowników i zarządzaniem talentami. Oferuje zaawansowaną wiedzę, praktyczne narzędzia oraz techniki niezbędne do skutecznego zarządzania procesami L&D, co przekłada się na realne korzyści dla uczestników oraz ich organizacji.

Szkolenie będzie szczególnie wartościowe dla: menedżerów HR i specjalistów w działach personalnych, HR Business Partnerów, specjalistów i menedżerów Learning & Development, liderów zmiany, talent menedżerów oraz wszystkich osób odpowiedzialnych za projektowanie, realizację i ocenę programów rozwojowych w organizacji.

INFORMACJE ORGANIZACYJNE

48 godzin szkolenia (9 dni)

Miejsce realizacji: online

Cena: 4200 zł (+23% VAT)





Kurs video

Facylitacja – jak budować dialog, współpracę i partnerstwo w organizacji?

O KURSIE

Facylitacja, czyli umiejętność ułatwiania dialogu i współpracy, staje się kluczową kompetencją przyszłości liderów i profesjonalistów, którzy chcą wspierać organizacje w zrównoważonym rozwoju. Uczestnictwo w kursie to inwestycja, która pozwoli Ci zrozumieć jak stworzyć środowisko, w którym innowacje i współpraca stają się elementami kultury wspierającej realizację celów organizacji.



DLACZEGO WARTO?

Po zakończeniu kursu zrozumiesz jaki wpływ facylitacja wywiera na tworzenie zdrowych, dynamicznych i efektywnych organizacji. Nauczysz się, jak budować środowisko pracy sprzyjające zaangażowaniu i wzajemnemu inspirowaniu się, które prowadzi do wyższej motywacji i lepszych wyników zespołowych. Dowiesz się jakie kompetencje powinna posiadać osoba pełniąca rolę facylitatora oraz jakie są jej kluczowe zadania i odpowiedzialności. Będziesz wiedzieć jak praktycznie stosować facylitację na różnych poziomach organizacji z różnych perspektyw uwzględniając potrzeby i oczekiwania różnych interesariuszy. Poznasz strategie, którymi warto kierować się poszukując strategicznego kierunku rozwoju Twojej firmy, co pomoże Ci w podejmowaniu trafnych decyzji i długofalowym planowaniu.

INFORMACJE ORGANIZACYJNE

105 minut praktycznego, konkretnego i profesjonalnego materiału video i audio w podziale na 4 rozbudowane moduły tematyczne + quiz, arkusz oceny, case study, podsumowanie
Realizacja: platforma kursów video Wszechnicy UJ
Cena: 569 PLN netto / 700 PLN brutto / osoba



Kurs video

Stres. Emocje. Rezyliencja.

Jak wzmacniać odporność psychiczną i skutecznie radzić sobie ze stresem.

O KURSIE

Mądre podejście do zarządzania stresem i kształtowanie nawyków wspierających obniżenie napięcia ma kluczowe znaczenie dla naszego zdrowia. Pozwala lepiej radzić sobie z przeciwnościami i kształtować przeciwwagę dla nieprzyjemnych sytuacji.

Kurs to niewątpliwa inwestycja w Twoje zdrowie i dobrostan psychiczny. Zyskasz narzędzia i wiedzę, które pomogą Ci lepiej radzić sobie z codziennym stresem, zrozumieć swoje emocje i budować odporność psychiczną, co przełoży się na lepszą jakość życia i większą efektywność w sferze zawodowej.



DLACZEGO WARTO?

Dowiesz się, czym tak naprawdę jest stres i jak oddziałuje na Ciebie w codziennym życiu. Będziesz umieć interpretować swoje zachowanie w sytuacji stresowej z perspektywy fizjologicznej i psychologicznej. Poznasz rodzaje stresu (stres krótkotrwały, chroniczny, traumatyczny). Zrozumiesz, na czym polega mechanizm stresu, tego, z jakich elementów się składa oraz jakie reakcje wywołuje. Poznasz skuteczne i praktyczne techniki redukcji napięcia, które pomogą Ci budować odporność psychiczną.

W materiałach PDF otrzymasz również ćwiczenia, linki do dodatkowych treści video oraz źródeł stanowiących uzupełniającą lekturę z tego zagadnienia.

INFORMACJE ORGANIZACYJNE

172 minuty praktycznego, konkretnego i skondensowanego materiału video w podziale na 7 bloków tematycznych.

Realizacja: platforma kursów video Wszechnicy UJ

Cena: 371 PLN netto / 456 PLN brutto / osoba