

Trening Interpersonalny PLUS Akademii SET®

Kurs z treningiem interpersonalnym przygotowujący do prowadzenia warsztatów i treningów opartych na procesie grupowym.

EDYCJA 67 WARSZAWA

W programie:
Proces grupowy
Role grupowe
Model FRIS®



ZAŁOŻENIA PROJEKTU

Projekt Trening Interpersonalny PLUS® został przygotowany specjalnie dla osób, które pragną rozwinąć swoje umiejętności interpersonalne i intrapsychiczne oraz chciałyby poszerzyć swoją wiedzę o procesach grupowych i stylach poznawczych.

PODCZAS PROGRAMU PRACUJEMY NA DWÓCH POZIOMACH:

Poziom poszerzania samoświadomości i rozwoju umiejętności psychospołecznych.

Na tym poziomie uczestnicy biorą udział w ćwiczeniach i grach szkoleniowych, dzięki którym mogą poszerzyć swoją osobistą efektywność interpersonalną. Mogą poprzyglądać się swoim mocnym stronom i obszarom rozwojowym. Mogą zobaczyć, w jaki sposób wchodzą w relacji interpersonalne z innymi i jakie role pełnią w grupie

Poziom merytoryczny.

Na tym poziomie uczestnicy pozyskują wiedzę z zakresu teorii psychologicznych wykorzystywanych w pracy z grupami/zespołami, takie jak proces grupowy, role grupowe, style myślenia i działania w oparciu o style poznawcze.

PROGRAM JEST TAK SKONSTRUOWANY ABY UCZESTNIK MIAŁ MOŻLIWOŚĆ:

Uzyskać wiedzę merytoryczną pozwalającą mu na **zrozumienie mechanizmów psychologicznych** kierujących zachowaniami innych.

Rozwinąć umiejętności interpersonalne z obszaru: komunikacji, asertywności, zarządzania emocjami.

Doświadczyć dynamiki procesu grupowego zarówno na sobie, jak i poprzez obserwację grupy treningowej.

Uzyskać wiedzę na temat **stylów myślenia i działania** w oparciu o Model FRIS®.

Program Trening Interpersonalny PLUS® kierujemy do: trenerów, coachów, psychologów, nauczycieli, mediatorów, moderatorów, kierowników zespołów roboczych i projektowych, studentów, menadżerów oraz wszystkich tych, od których praca wymaga wysoko rozwiniętych umiejętności interpersonalnych.ej

DLACZEGO WARTO?



Osoba pracująca z grupami, pracuje na trzech poziomach:

POZIOM MERYTORYCZNY – na tym poziomie prowadzący grupę jest odpowiedzialny za realizację zakontraktowanych celów merytorycznych, za przekazanie wiedzy, stworzenie okazji do rozwoju umiejętności lub wykreowanie czegoś konkretnego, jak ma to miejsce w zespołach projektowych.

POZIOM INTERPERSONALNY – to poziom, na którym uczestnicy grupy wchodzi w relacje między sobą oraz w relacje z prowadzącym. Niezależnie od celów komunikują się ze sobą w określony sposób, tworzą normy grupowe i nadają poszczególnym osobom role grupowe. Wszystko to w bezpośredni sposób wpływa na realizację celu merytorycznego, wspierając go lub hamując.

POZIOM INTRAPSYCHICZNY – to indywidualny świat każdego z uczestników – jego wartości, przekonania, style komunikowania się z otoczeniem, schematy działania i sposoby wyrażania emocji – wszystko to, co odpowiada za jego działania i motywacje. To, w jaki sposób uczestnicy grupy komunikują się ze sobą nawzajem jest uzależnione właśnie od tych indywidualnych właściwości.

Poziom INTERPERSONALNY i INTRAPSYCHICZNY określany jest mianem procesu **grupowego**. Skoro proces wpływa na efektywność pracy prowadzącego na poziomie merytorycznym, nieświadomość mechanizmów kierujących zachowaniami uczestników może być dla niego niezwykle niebezpieczna. Może on nie rozumieć zachowań poszczególnych uczestników i tego w jaki sposób on sam – jako prowadzący – ułatwia lub utrudnia realizację celów merytorycznych.

Warto też pamiętać, że to sam **PROWADZĄCY JEST GŁÓWNYM NARZĘDZIEM ZMIANY UCZESTNIKÓW**. To, w jaki sposób komunikuje się on z uczestnikami, na ile ma gotowość do skonfrontowania się z trudnymi sytuacjami, wpływa na ostateczny efekt i poziom realizacji jego celów i celów grupy.



CO NAS WYRÓŻNIA?

RÓWNOLEGŁE DWA POZIOMY PRACY – UCZESTNIK I PROWADZĄCY.

W odróżnieniu od innych na rynku, program rozwija kompetencje psychospołeczne uczestników oraz pokazuje jak kompetencje psychospołeczne rozwijać.

DWIE PERSPEKTYWY PRACY – PROCES I STRUKTURY.

Na poziomie trenerskim program uczy pracy w oparciu o proces grupowy i wykorzystywania różnorodnych struktur szkoleniowych.

SPRAWDZONE TECHNIKI I NARZĘDZIA.

Uczestnicy otrzymują wiele użytecznych materiałów pomocnych w prowadzeniu szkoleń, warsztatów, coachingów grupowych do pracy w relacji indywidualnej z wykorzystaniem Stylów Myślenia i Działania FRIS®.



PROPAGOWANIE ETYCZNEGO TRENERSTWA.

Wartością Akademii SET® jest towarzyszenie drugiemu człowiekowi i pomoc w odkrywaniu i wzmacnianiu jego ukrytego potencjału w oparciu o Kodeks Dobrych Praktyk Polskiej Izby Firm Szkoleniowych, Kodeks Etyczny Izby Coachingu oraz Kodeks Etyczny Psychologa.

PRZYGOTOWANIE DO CERTYFIKACJI PTP.

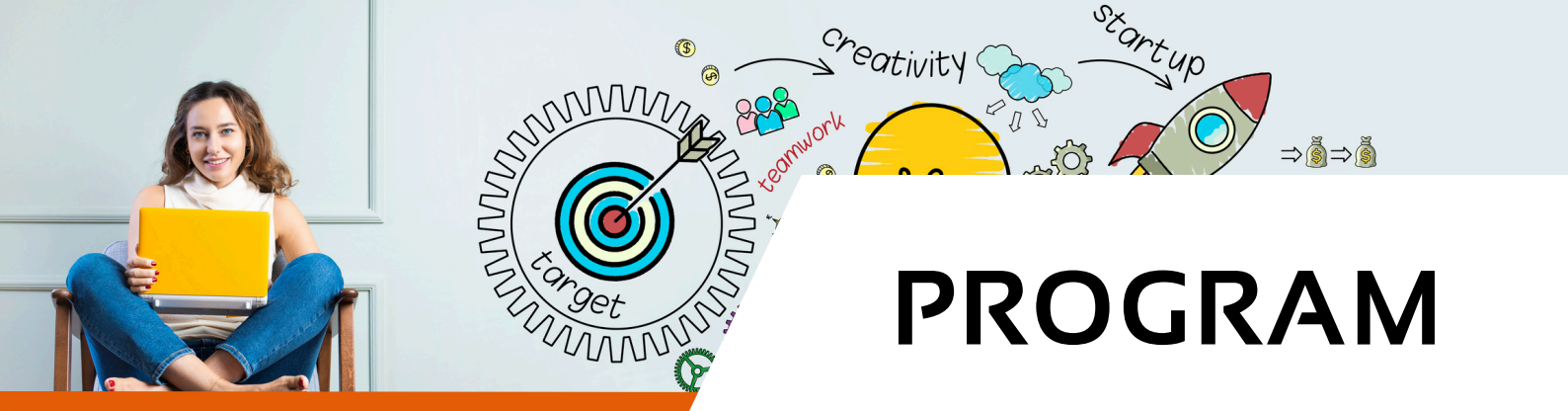
Ukończenie Szkoły Trenerów Biznesu Akademii SET® oraz programu Trening Interpersonalny PLUS®, gwarantuje spełnienie formalnych wymogów związanych z przygotowaniem do uzyskania rekomendacji trenerskich Polskiego Towarzystwa Psychologicznego.



POLSKIE
TOWARZYSTWO
PSYCHOLOGICZNE

DOŚWIADCZENI TRENERZY I COACHOWIE

Trenerzy prowadzący zajęcia posiadają doświadczenie trenerskie i coachingowe. Wszyscy pracują w oparciu o Model Efektywnego Treningu – Model SET®.



PROGRAM

SESJE TRENINGOWE I SZKOLENIOWE /56 godzin/

TRENING /46 godzin/

TRENING INTERPERSONALNY

Moja rola w grupie.

SZKOLENIE /10 godzin/

ZROZUMIEĆ SIEBIE I INNYCH.

Style Myślenia i Działania FRIS®.

E-LEARNING /5 godzin/

LEKCJA 1 /1 godzina/

Proces grupowy.

LEKCJA 2 /2 godziny/

Kompetencje społeczne.

LEKCJA 3 /2 godziny/

Psychologia zmiany i rozwoju.

BONUS

DOSTĘP DO WIEDZY
Baza materiałów.

INDYWIDUALNA OPIEKA
Wsparcie w realizacji zadań.

BLOKI TEMATYCZNE

SESJE TRENINGOWE I SZKOLENIOWE /56 godzin/
Trening interpersonalny oraz szkolenie rozwijające kompetencje interpersonalne i intrapsychiczne.

E-LEARNING /5 godzin/
Lekcje e-learningowe realizowane w ramach kursu przygotowują uczestnika do udziału w Treningu Interpersonalnym oraz są uzupełnieniem wiedzy teoretycznej na temat mechanizmów rozwoju i zmiany.

ZJAZD 1

SOBOTA - NIEDZIELA

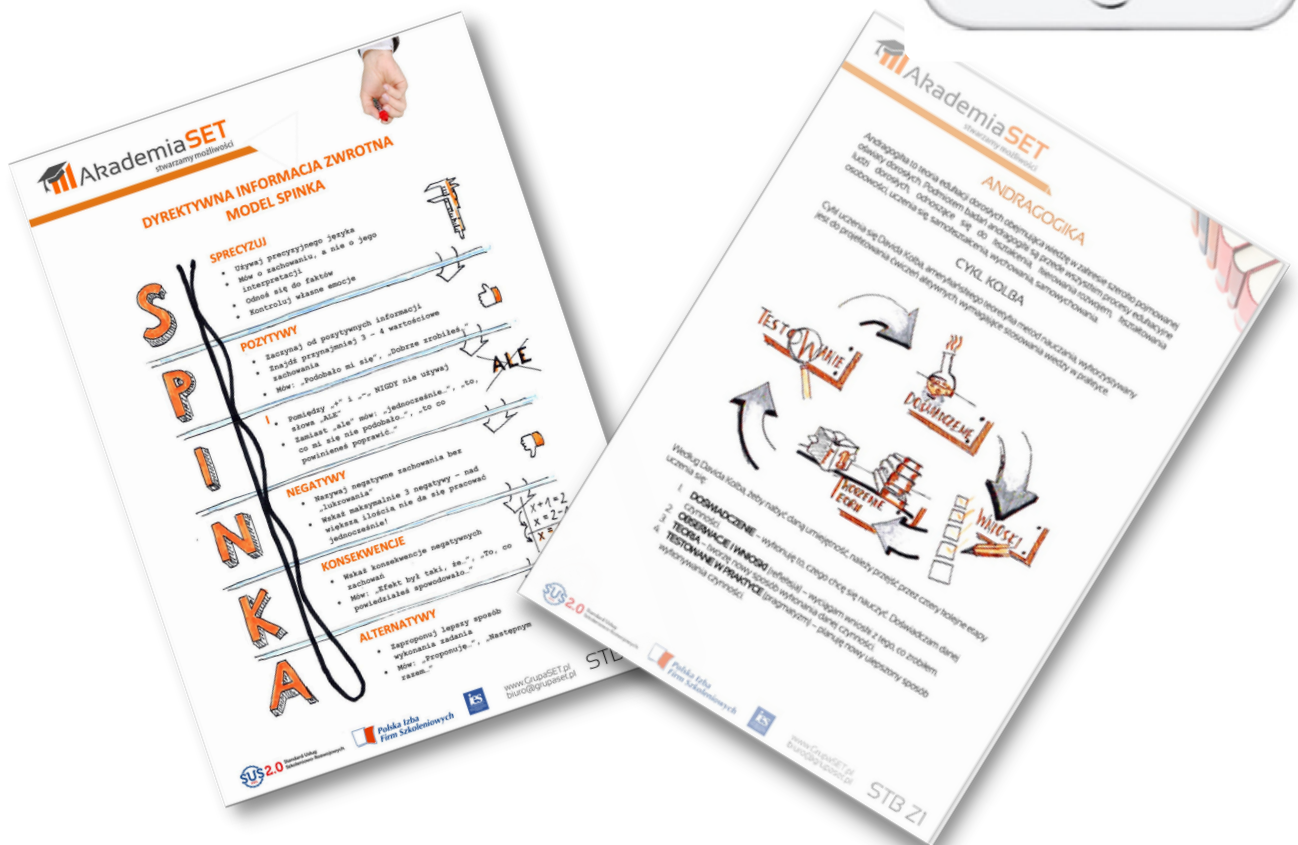
TEMAT	OPIS MODUŁU
<p>E-LEARNING</p> <p>LEKCJA 1 Wprowadzenie do pracy z procesem.</p> <p>1 godzina</p>	<p>Lekcja przygotowująca do udziału w treningu interpersonalnym:</p> <ul style="list-style-type: none">• Prezentacja założeń i programu projektu Trening Interpersonalny PLUS®.• Wyjaśnienie celów treningu interpersonalnego.• Przedstawienie warunków uczestnictwa w treningu• Autodiagnoza oczekiwań uczestnika.
<p>TRENING</p> <p>TRENING INTERPERSONALNY</p> <p>Moja rola w grupie.</p> <p>46 godzin</p>	<p>Trening interpersonalny jest metodą rozwojową, która pozwala pogłębić wiedzę o samym sobie. Uczestnicy w trakcie treningu mają możliwość poprzyglądania się własnemu sposobowi funkcjonowania w relacjach z innymi. Bezpieczna atmosfera w jego trakcie pozwala na eksperymentowanie z różnymi zachowaniami społecznymi. Uczestnicy mają możliwość doświadczyć emocji i przyjrzeć się swoim reakcjom, a także reakcjom innych, które są skutkiem ich zachowań.</p> <p>W trakcie treningu uczestnicy doświadczają na sobie siły procesów grupowych, które kierują zachowaniami każdej grupy, zarówno tej treningowej, jak i rzeczywistych. Dzięki temu mają możliwość zrozumieć procesy psychologiczne zachodzące między uczestnikami oraz uczestnikami a trenerem na sali szkoleniowej. Trening umożliwia zrozumienie swoich typowych reakcji w sytuacjach społecznych, pozwala nauczyć się efektywniejszej komunikacji, która jest kluczową kompetencją w pracy trenera.</p>
<p>E-LEARNING</p> <p>LEKCJA 2 Arkusze rozwoju umiejętności coacha.</p> <p>2 godziny</p>	<p>Istota kompetencji społecznych:</p> <ul style="list-style-type: none">• Gdzie i dlaczego kompetencje społeczne są ważne.• 3 aspekty kompetencji społecznych.• Kryteria oceny kompetencji społecznych.• Koło interpersonalne. <p>Proces zmiany:</p> <ul style="list-style-type: none">• Etapy procesu zmiany.• Nabywanie wprawy.

TEMAT	OPIS MODUŁU
<p>SZKOLENIE</p> <p>ZROZUMIEĆ SIEBIE I INNYCH</p> <p>Style myślenia i działania FRIS®.</p> <p>10 godzin</p>	<p>Warunki skutecznego współdziałania z innymi:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Co decyduje o skutecznej komunikacji i współpracy. <p>Wprowadzenie do Modelu FRIS®:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Model FRIS® – założenia ogólne. • Styl Myślenia a Styl Działania. • Szacowana częstość występowania Stylów Myślenia. <p>Zrozumieć siebie:</p> <ul style="list-style-type: none"> • 4 style: zawodnik, partner, wizjoner, badacz. • Ile mam w sobie z każdego Stylu Myślenia. • Autodiagnoza własnego Stylu Myślenia – pierwszy krok. <p>Zrozumieć innych:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Rozpoznawanie Stylu Myślenia innych – jak to robić? • Jak komunikować się z innymi Stylami Myślenia niż mój? <p>Proces FRIS i rola w zespole:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Jak uzyskać więcej łącząc w działaniu osoby o różnych stylach myślenia. • Proces FRIS: od inicjowania do działania – moja rola w procesie?
<p>E-LEARNING</p> <p>LEKCJA 3</p> <p>Psychologia zmiany i rozwoju.</p> <p>2 godziny</p>	<p>Proces zmiany:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Opór i przyczyny oporu wobec zmian. • Model cyklu adaptacyjnego K.Lewina i E.Scheina. • Model Elisabeth Kübler-Ross. • Wspieranie procesu zmiany. <p>Rozwój człowieka:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Zegar biologiczny i zmiany uniwersalne. • Wydarzenia punktualne i niepunktualne. • Specyficzne czynniki ryzyka zakłóceń w cyklu życia. <p>Koncepcje rozwoju:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Teoria rozwoju osobowości wg Eriksona. • Kryzysy i wsparcie w rozwoju.

MATERIAŁY

Jako uczestnik projektu otrzymasz:

- Segregator szkoleniowy z materiałami merytorycznymi.
- Materiały w wersji elektronicznej na platformie e-learningowej SET Online® - materiały merytoryczne, prezentacje wykorzystywane przez trenerów podczas szkoleń, zdjęcia flipchartów i materiały bonusowe.
- Wygodną aplikację na smartfona z dostępem do platformy e-learningowej SET On-line.
- Zadania wdrożeniowe do samodzielnej realizacji zgodnie z programem Szkoły.





ZAŚWIADCZENIE I TERMINY

ZAŚWIADCZENIE UKOŃCZENIA TRENINGU INTERPERSONALNEGO PLUS AKADEMII SET®

Każdy uczestnik Treningu Interpersonalnego PLUS® otrzyma zaświadczenie ukończenia projektu potwierdzające zdobycie nowych kompetencji.

Warunkiem otrzymania zaświadczenia jest udział w 100% zajęć.



TERMINY ZJAZDÓW:

TRENING INTERPERSONALNY PLUS AKADEMII SET®:	
TRENING: TRENING INTERPERSONALNY Moja rola w grupie..	28-31.05.2026
SZKOLENIE: ZROZUMIEĆ SIEBIE I INNYCH Style Myślenia i Działania FRIS®.	04.07.2026
/OPCJA/ BADANIE STYLU MYŚLENIA I DZIAŁANIA FRIS®	
TEST + RAPORT + SESJA INFORMACJI ZWROTNYCH	termin ustalany indywidualnie

INWESTYCJA

TWOJA INWESTYCJA:	CENA
TRENING INTERPERSONALNY PLUS AKADEMII SET® 61 godzin pracy	2 900 PLN
BADANIE STYLU MYŚLENIA I DZIAŁANIA FRIS® /OPCJA/ 3 godziny pracy	800 PLN



- RATY BEZ ŻADNYCH DODATKOWYCH OPŁAT lub WPŁATA JEDNORAZOWA.
- 200 PLN RABATU dla każdego przy zgłoszeniu JUŻ OD 2 OSÓB.

FORMULARZ ZGŁOSZENIA

CLICK



Anna Poławska
Menadżer Projektów
Akademii SET

mail: anna.polawska@grupaset.pl

tel.: +48 502 508 286