

Trening Interpersonalny PLUS Akademii SET®

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

EDYCJA 64 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.

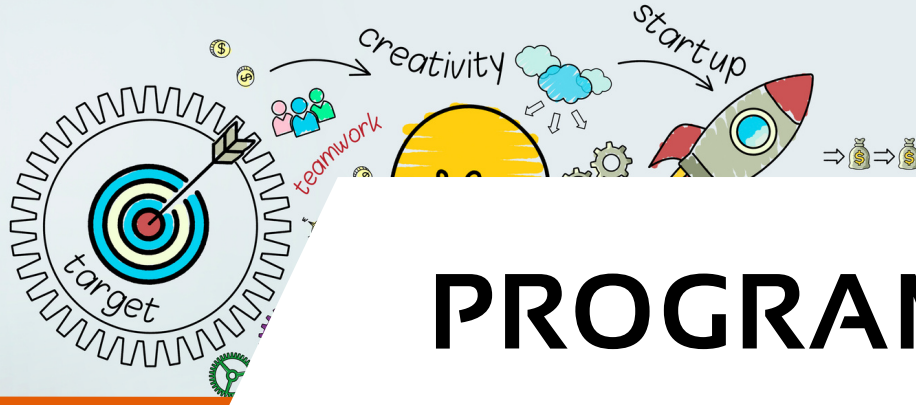
Ukończenie Szkoły Trenerów Biznesu Akademii SET® oraz programu Trening Interpersonalny PLUS®, gwarantuje spełnienie formalnych wymogów związanych z przygotowaniem do uzyskania rekomendacji trenerskich Polskiego Towarzystwa Psychologicznego.



**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

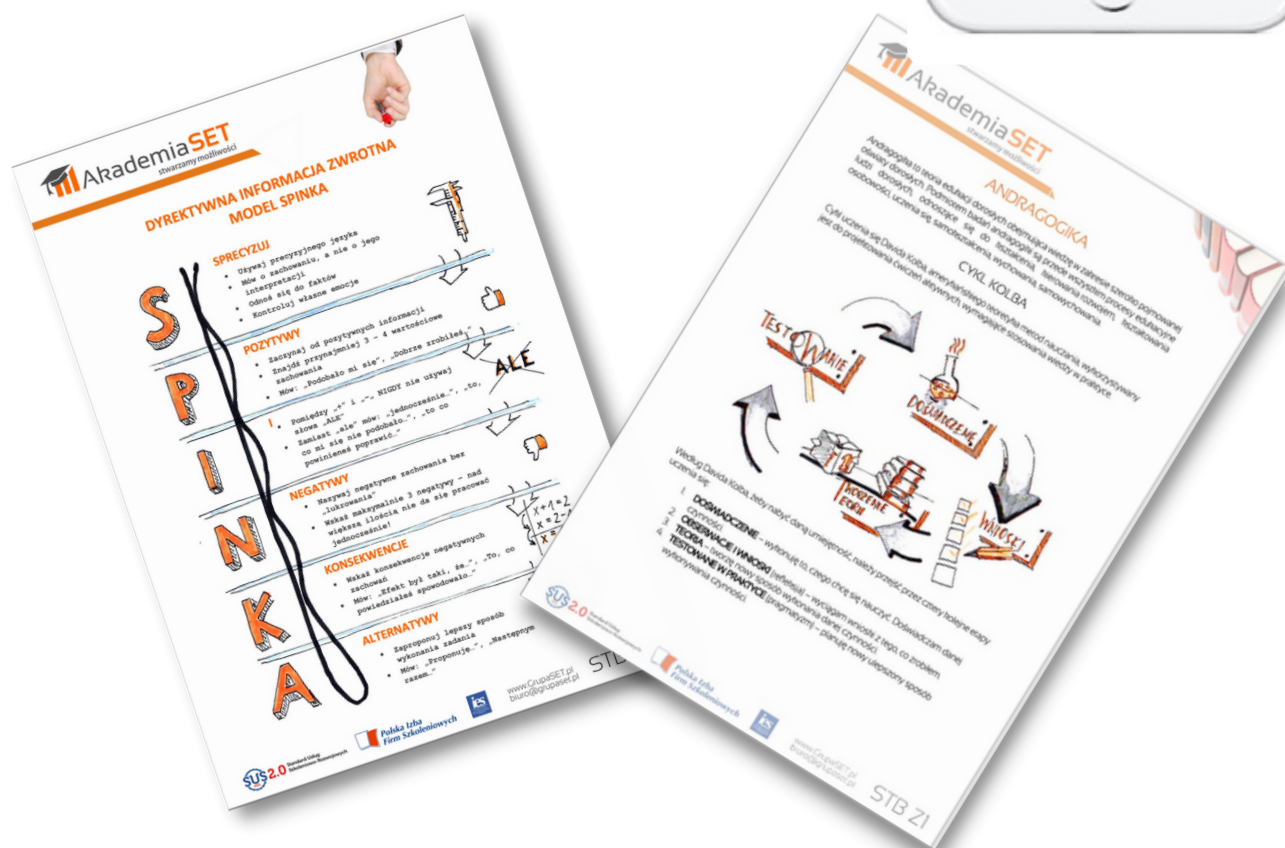
TEMAT	OPIS MODUŁU
E-LEARNING LEKCJA 1 Wprowadzenie do pracy z procesem. 1 godzina	Lekcja przygotowująca do udziału w treningu interpersonalnym: • Prezentacja założeń i programu projektu Trening Interpersonalny PLUS®. • Wyjaśnienie celów treningu interpersonalnego. • Przedstawienie warunków uczestnictwa w treningu • Autodiagnoza oczekiwań uczestnika.
TRENING TRENING INTERPERSONALNY Moja rola w grupie. 46 godzin	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 przyrzeć się swoim reakcjom, a także reakcjom innych, które są skutkiem ich zachowań. 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.
E-LEARNING LEKCJA 2 Arkusze rozwoju umiejętności coacha. 2 godziny	Istota kompetencji społecznych: • Gdzie i dlaczego kompetencje społeczne są ważne. • 3 aspekty kompetencji społecznych. • Kryteria oceny kompetencji społecznych. • Koło interpersonalne. Proces zmiany: • Etapy procesu zmiany. • Nabywanie wprawy.

TEMAT	OPIS MODUŁU
SZKOLENIE ZROZUMIEĆ SIEBIE I INNYCH Style myślenia i działania FRIS®. 10 godzin	Warunki skutecznego współdziałania z innymi: - Co decyduje o skutecznej komunikacji i współpracy. Wprowadzenie do Modelu FRIS®: - Model FRIS® – założenia ogólne. - Styl Myślenia a Styl Działania. - Szacowana częstość występowania Stylów Myślenia. Zrozumieć siebie: 4 style: zawodnik, partner, wizjoner, badacz. - Ile mam w sobie z każdego Stylu Myślenia. - Autodiagnoza własnego Stylu Myślenia – pierwszy krok. Zrozumieć innych: - Rozpoznawanie Stylu Myślenia innych – jak to robić? - Jak komunikować się z innymi Stylami Myślenia niż mój? Proces FRIS i rola w zespole: - Jak uzyskać więcej łącząc w działaniu osoby o różnych stylach myślenia. - Proces FRIS: od inicjowania do działania – moja rola w procesie?
E-LEARNING LEKCJA 3 Psychologia zmiany i rozwoju. 2 godziny	Proces zmiany: - Opór i przyczyny oporu wobec zmian. - Model cyklu adaptacyjnego K.Lewina i E.Scheina. - Model Elisabeth Kübler-Ross. - Wspieranie procesu zmiany. Rozwój człowieka: - Zegar biologiczny i zmiany uniwersalne. - Wydarzenia punktualne i niepunktualne. - Specyficzne czynniki ryzyka zakłóceń w cyklu życia. Koncepcje rozwoju: - 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..	16-19.10.2025
SZKOLENIE: ZROZUMIEĆ SIEBIE I INNYCH Style Myślenia i Działania FRIS®.	29.11.2025
/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	2 600 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 Akademii SET

email: anna.polawska@grupaset.pl

tel.: [+48 502 508 286](tel:+48502508286)