

We Make You Grow!

Nasza wiedza wspiera Twój biznes.



Polska Izba Firm
Szkoleniowych



Rejestr Instytucji
Szkoleniowych (RIS)
pod numerem 214/00243/2014



ZESKANUJ I SPRAWDŹ



SZKOLENIA OTWARTE

Firma szkoleniowa Human Skills

Sztuka autoprezentacji i wystąpień publicznych

Grow!



Human Skills

We Make You Grow

ul. Widok 18/2,
00-023 Warszawa

Strona | 1

DLACZEGO HUMAN SKILLS?

Od kilkunastu lat wspieramy w rozwoju Klientów B2B oraz B2C organizując szkolenia, warsztaty, kursy, czy indywidualne konsultacje. To ogromne doświadczenie i ciągła otwartość na zmiany sprawia, że co roku przechodzimy audyt oraz certyfikację **DEKRA Certification, będąc w gronie najlepszych firm szkoleniowych w Polsce.** Należymy do **Polskiej Izby Firm Szkoleniowych** działając zgodnie ze **Standardami Usług Szkoleniowych SUS.** Co roku aktualizujemy nasze usługi w **Rejestrze Instytucji Szkoleniowych RIS.** Współpracujemy z **Krajowym Funduszem Szkoleniowych KFS** oraz **Bazą Usług Szkoleniowych BUR.**

TU ZAPŁACISZ KARTĄ



Nasze logo to **cztery postaci, pomiędzy którymi powstaje kształt puzzla** - kluczowego elementu w budowaniu spójnej całości. Ten symbol ma dla nas ogromne znaczenie, bo prezentuje jednocześnie **siłę indywidualności**, jak i **zespołowy potencjał.** Jako firma szkoleniowo-doradcza dostarczamy sprawdzone i skuteczne usługi rozwojowe, mając zawsze na uwadze najwyższe standardy branży szkoleniowej oraz **indywidualne potrzeby naszych Klientów.** U nas każdy Klient oraz Uczestnik znajdzie przestrzeń, **by wzmocnić swoje kompetencje w zgodzie z własnym stylem działania.** Prowadzimy również projekt [Sukces Kobiety Biznesu.](#)

Motywy przewodnim naszej firmy są **4 energie** znane z wielu narzędzi diagnostycznych, jakimi dysponujemy: **Extended DISC, Insights Discovery, FRIS, Maxi DISC, kolory osobowości czy test kolorów Hartmana.** To za pomocą tych narzędzi nasi Klienci **odkrywają swoje mocne strony, wyjątkowe talenty oraz obszary do wzmocnienia.**

- **Energia Czerwona,** bo liczy się nastawienie na **cel** oraz **efekty** naszych Klientów.
- **Energia Niebieska,** bo działamy zawsze w oparciu o **wiedzę** i sprawdzone merytoryczne rozwiązania.
- **Energia Zielona,** bo stawiamy na **zespół**, który pracuje z pasją.
- **Energia Żółta,** bo czerpiemy **inspiracje** z globalnych trendów i innowacji.

Podstawą skuteczności naszych działań szkoleniowych jest nie tylko zaufanie Klientów poparte licznymi [referencjami, wyróżnieniami ekspertów](#), lecz także wewnętrzny system oceny oparty m.in. o **Model Kirkpatricka** – bo liczą się rezultaty.

Do powstania naszego hasła przewodniego: **„We Make You Grow”** zainspirowali nas nasi Klienci i historia każdego, wspólnie wypracowanego sukcesu. Realizujemy projekty rozwojowe tak, **aby przełożyć „Make” na „Grow”**, stale weryfikując propozycje w ramach katalogu naszych usług o najskuteczniejsze i niezawodne rozwiązania.

POZYSKAJ DOFINANSOWANIE DO SZKOLEŃ

[KFS: SPRAWDŹ LINK](#)

Grow!

Wszystkie treści i materiały zawarte w tej publikacji, stanowią własność Human Skills i są utworem w rozumieniu ustawy z dnia 4 lutego 1994 r. o prawie autorskim i prawach pokrewnych (Dz. U. Nr 90, poz. 631). Żadna jej część nie może być rozpowszechniana lub kopiowana w jakikolwiek sposób (elektroniczny, mechaniczny lub inny) bez pisemnej zgody autora.

(22) 224 21 95-6

+48 603 906 655

biuro@humanskills.pl

www.humanskills.pl



OPIS SZKOLENIA

Czy **publiczne wystąpienia, prezentacje lub przemówienia** wciąż wywołują u Ciebie stres i treść? A może masz ambicję, by występować z większą swobodą, pewnością siebie i realnym wpływem na odbiorców?

Wystąpienia publiczne i przemówienia stały się dziś naturalną częścią pracy wielu ekspertów i liderów. Spotkania zespołowe, prezentacje dla klientów czy prowadzenie firmowych wydarzeń to momenty, w których znaczenie ma nie tylko treść wypowiedzi, lecz także sposób jej podania – **autoprezentacja**, spójność komunikatu i charyzma mówcy.

Gdy **trema** przejmuje nad Tobą kontrolę, drżący głos, czerwienienie się czy nagła „pustka w głowie” potrafią skutecznie odebrać Ci pewność siebie. Zamiast skupić się na przekazie i kontakcie z odbiorcami, całą energię pochłania walka z napięciem. To frustrujące, szczególnie gdy wiesz, że merytorycznie jesteś dobrze przygotowany/a. Na szczęście **autoprezentacja** nie jest cechą wrodzoną – to kompetencja, którą można wyćwiczyć, a dobrze zaprojektowany trening prowadzi do coraz większej swobody, opanowania i **biegłości w roli mówcy**.

Trening „**Sztuka autoprezentacji oraz wystąpień publicznych**” to praktyczny warsztat biznesowy, który pozwala wzmocnić pewność siebie w roli mówcy i świadomie budować profesjonalny wizerunek. Pracujesz na realnych sytuacjach zawodowych, ćwiczysz **wystąpienia przed grupą i kamerą** oraz otrzymujesz indywidualny feedback od trenera biznesu, doświadczonego mówcy. Uczysz się, jak przygotować jasną strukturę wypowiedzi, panować nad emocjami, pracować głosem i mową ciała oraz skutecznie angażować audytorium. Uczestnicy wielu minionych edycji doceniają praktyczność szkolenia, indywidualne podejście i prowadzącego, który łączy merytorykę z humorem i scenicznym doświadczeniem.

Nie rezygnuj z pewności siebie, poczucia kompetencji i gotowości do podejmowania kolejnych wyzwań zawodowych tylko dlatego, że wystąpienia publiczne budzą stres. Zadbaj o **profesjonalne przygotowanie**, które pozwoli Ci mówić z większą odwagą i realnym wpływem na słuchaczy.

Poznaj narzędzia skutecznych wystąpień publicznych stosowane przez profesjonalnych mówców. Zapanuj nad treścią i przemawiaj z pewnością siebie.

Grow!



Human Skills

We Make You Grow

ul. Widok 18/2,
00-023 Warszawa

Strona | 3

DLA KOGO TO SZKOLENIE BĘDZIE IDEALNE?

- **Dla menedżerów i liderów**, którzy regularnie występują przed zespołami, klientami lub partnerami biznesowymi i chcą wzmocnić swój autorytet, charyzmę oraz wpływ poprzez świadomą autoprezentację.
- **Dla pracowników reprezentujących firmę**, prowadzących prezentacje dla klientów, uczestniczących w konferencjach, eventach lub spotkaniach o wysokiej randze, gdzie liczy się nie tylko treść, ale także sposób jej przekazania.
- **Dla osób, które odczuwają stres przed wystąpieniami publicznymi**, prezentacjami lub przemówieniami i chcą nauczyć się panować nad treścią, emocjami oraz napięciem, zamiast pozwalać, by ograniczały one ich potencjał.

W JAKICH WYZWANIACH POMOŻE CI TO SZKOLENIE?

- **Stoisz przed wyzwaniem poprowadzenia eventu firmowego lub spotkania o wysokiej randze reprezentacyjnej?** Weźmiesz udział w profesjonalnym treningu wystąpień, przygotowując się do realnego wydarzenia, które na Ciebie czeka.
- **Stres i trema odbierają Ci swobodę przemawiania, a napięcie wpływa negatywnie na autoprezentację?** W czasie 2-dniowego treningu wystąpień poznasz praktykowane przez mówców techniki radzenia sobie z treścią oraz emocjami, by odzyskać pełną kontrolę nad wystąpieniem.
- **Szukasz treningu autoprezentacji, który w optymalnym czasie przygotuje Cię pod kątem wizerunkowym, emisji głosu czy pracy z emocjami do profesjonalnych wystąpień w biznesie czy administracji?** Ten praktyczny trening pozwoli Ci w krótkim czasie uporządkować kluczowe elementy wystąpień i wzmocnić profesjonalny wizerunek mówcy.
- **Masz trudność z ułożeniem przemówienia tak, aby miało jasny cel, logiczny przebieg i prowadziło odbiorców do konkretnego wniosku?** Podczas treningu nauczysz się budować strukturę wypowiedzi krok po kroku – od przygotowania i celu, przez czytelny wstęp i argumentację, aż po podsumowanie i plan działania – tak, aby Twoje wystąpienia były spójne i łatwe do zapamiętania.
- **Zastanawiasz się, jak zyskać przychylność słuchaczy od pierwszych sekund, by byli otwarci na Twój przekaz?** Nauczysz się, na co zwracać uwagę w autoprezentacji, by budować sympatię, zaufanie i pozytywny odbiór audytorium.
- **Chcesz opanować czerwienienie się, drżenie głosu lub inne fizyczne objawy stresu, które pojawiają się podczas wystąpień?** Weźmiesz udział w realnych ćwiczeniach pracy z oddechem, głosem i ciałem, które pozwalają odzyskać spokój, stabilność i kontrolę nad reakcjami organizmu.

Wszystkie treści i materiały zawarte w tej publikacji, stanowią własność Human Skills i są utworem w rozumieniu ustawy z dnia 4 lutego 1994 r. o prawie autorskim i prawach pokrewnych (Dz. U. Nr 90, poz. 631). Żadna jej część nie może być rozpowszechniana lub kopiowana w jakikolwiek sposób (elektroniczny, mechaniczny lub inny) bez pisemnej zgody autora.



- **Masz wiedzę i doświadczenie w swojej dziedzinie, ale forma wystąpienia nie zawsze to pokazuje?** Poznasz zasady budowania wystąpień, które przyciągają uwagę, świadomie angażują odbiorców i sprawiają, że Twój przekaz jest zapamiętany.
- **Zdarza Ci się gubić myśl lub reagować nerwowo na pytania i reakcje publiczności?** W trakcie treningu scenicznego przećwiczysz sposoby prowadzenia interakcji z audytorium i reagowania na nieprzewidziane sytuacje z większym spokojem i pewnością.
- **Chcesz przyciągnąć uwagę audytorium od pierwszych sekund i utrzymać ją do końca?** Poznasz metody stosowane przez zawodowych mówców, które pomagają otwierać wystąpienia w sposób angażujący i prowadzić je tak, by odbiorcy chcieli słuchać dalej.
- **Obawiasz się trudnych sytuacji podczas wystąpień – pytań, krytyki, zakłóceń?** Przećwiczysz sposoby radzenia sobie z realnymi, wymagającymi momentami tak, aby zachować spokój, kontrolę wydarzenia i profesjonalizm.
- **Chcesz zobaczyć siebie „z boku” i dostać rzetelną informację zwrotną o swoim przemówieniu?** Dzięki ćwiczeniom z kamerą i analizie nagrań zobaczysz realny postęp między pierwszym i kolejnym wystąpieniem, a feedback profesjonalisty ułatwi Ci skupienie się na tym, co działa, a co warto poprawić.
- **Trudno Ci zarządzać czasem podczas prezentacji lub spotkania, gdy jesteś zajęta/y przemawianiem?** W czasie szkolenia z wystąpień publicznych przećwiczysz techniki kontrolowania czasu tak, aby zmieścić się w założonych ramach, zachowując równowagę między treścią, interakcją i zakończeniem.
- **Nie masz pewności, jak komponować slajdy, by wspierały Twoją mowę biznesową, a nie odciągały uwagę odbiorców?** Nauczysz się tworzyć i wykorzystywać pomoce wizualne w sposób spójny z przekazem, tak aby porządkowały myśli, wzmacniały kluczowe komunikaty i pomagały utrzymać koncentrację audytorium.
- **Nie chcesz tracić czasu na teoretyczne szkolenia prowadzone przez osoby bez realnego doświadczenia scenicznego?** To szkolenie z wystąpień prowadzone przez doświadczoną mówcę koncentruje się na praktyce, sprawdzonych metodach i ćwiczeniach, które od razu przekładają się na jakość Twoich wystąpień.

Grow!



Human Skills

We Make You Grow

ul. Widok 18/2,
00-023 Warszawa

Strona | 5



Human Skills
We Make You Grow

SZTUKA AUTOPREZENTACJI I WYSTĄPIEŃ PUBLICZNYCH

Poznaj narzędzia **skutecznych wystąpień publicznych** stosowane przez profesjonalnych mówców. **Zapanuj nad tremą i przemawiaj z pewnością siebie.**

ZESKANUJ
I ZOBACZ NA WWW



KORZYŚCI DLA CIEBIE

- Zbudujesz **większą pewność siebie** w wystąpieniach publicznych, porządkując swój sposób prezentowania, by stres i emocje przestały ograniczać Twój przekaz.
- Już w trakcie szkolenia **nauczysz się w praktyce przygotowywać wystąpienie z jasnym celem i strukturą**, dzięki czemu Twoje przemówienia i wypowiedzi będą spójne, prowadzące odbiorców do konkretnych wniosków.
- Rozwiniiesz umiejętność **przyciągania uwagi audytorium** od pierwszych sekund wystąpienia, poznając metody stosowane przez zawodowych mówców, które pomagają budować zainteresowanie i utrzymać je do końca.
- Wzmocnisz **swoją charyzmę i autoprezentację**, pracując nad językiem ciała i emisją głosu, by forma wystąpienia wspierała treść i wzmocniła Twoją ekspertyzę jako mówcy.
- W czasie tego szkolenia z wystąpień w biznesie i **administracji przećwiczysz techniki radzenia sobie z tremą i emocjami**, ucząc się regulować oddech, napięcie i reakcje ciała, co pozwoli Ci występować spokojniej nawet w sytuacjach wysokiej presji.
- Zyskasz **większą kontrolę nad czasem wystąpienia**, planując prezentacje tak, aby mieściły się w założonych ramach i zachowywały równowagę między planowaną treścią a spontaniczną interakcją.

Wszystkie treści i materiały zawarte w tej publikacji, stanowią własność Human Skills i są utworem w rozumieniu ustawy z dnia 4 lutego 1994 r. o prawie autorskim i prawach pokrewnych (Dz. U. Nr 90, poz. 631). Żadna jej część nie może być rozpowszechniana lub kopiowana w jakikolwiek sposób (elektroniczny, mechaniczny lub inny) bez pisemnej zgody autora.

(22) 224 21 95-6

+48 603 906 655

biuro@humanskills.pl

www.humanskills.pl



- W trakcie tych 2 warsztatowych dni dowiesz się, **jak wykorzystywać slajdy i inne pomoce wizualne**, by wzmacniały Twój przekaz, porządkowały myśli i pomagały odbiorcom skupić się na tym, co najważniejsze.
- Dzięki **ćwiczeniom z kamerą** zobaczysz siebie „z boku”, otrzymasz rzetelną informację zwrotną od trenera i grupy, koncentrując się na konkretnych elementach, które realnie poprawiają jakość Twoich wystąpień.
- Zyskasz **większą odwagę w zabieraniu głosu** i wyrażaniu własnych myśli, występując w sposób bardziej autentyczny, spójny z Tobą i Twoją rolą zawodową.
- Skorzystasz z **wieloletniego doświadczenia trenera – praktyka wystąpień publicznych** – ucząc się na realnych przykładach i sprawdzonych metodach, które możesz od razu zastosować w pracy.

KORZYŚCI DLA FIRMY

- Dzięki rozwojowi kompetencji wizerunkowych u pracownika, firma zyska reprezentanta, który **potrafi przekonująco komunikować kluczowe treści**, co przekłada się na lepszą jakość spotkań wewnętrznych i zewnętrznych.
- Twoja organizacja **ograniczy ryzyko nieefektywnych prezentacji**, ponieważ pracownik będzie przygotowany do budowania przekazu z jasno określonym celem, logiczną strukturą i czytelnym zakończeniem prowadzącym do wniosków lub decyzji.
- Dzięki umiejętności angażowania audytorium pracownik Twojej firmy będzie prowadził wystąpienia, które utrzymują uwagę odbiorców i sprzyjają realnemu zrozumieniu przekazywanych treści, **co wzmacnia skuteczność komunikacji firmowej**.
- Twoja firma zyska pracownika, który potrafi panować nad stresem i emocjami w sytuacjach presji, co **ogranicza ryzyko wpadek wizerunkowych podczas wystąpień o wysokiej randze**, eventów czy spotkań z kluczowymi interesariuszami.
- Twoja organizacja zyska **bardziej spójny i profesjonalny wizerunek** w sytuacjach, w których pracownik reprezentuje firmę przed klientami, partnerami lub zespołami.
- Umiejętność jasnego formułowania komunikatów i zarządzania czasem wystąpienia sprawi, że **spotkania prowadzone przez pracownika będą bardziej efektywne, krótsze i lepiej ukierunkowane na cele biznesowe**.
- Inwestując w to warsztatowe szkolenie zyskujesz **pewność udziału pracownika w praktycznym warsztacie prowadzonym przez doświadczoną mówcę**, w którym rozwój kompetencji opiera się na realnych ćwiczeniach, pracy z kamerą i indywidualnym feedbacku.
- Dzięki ćwiczeniom z kamerą i konstruktywnemu feedbackowi pracownik szybciej wyeliminuje nieefektywne nawyki komunikacyjne, co przyspieszy **wzrost jakości jego wystąpień bez potrzeby długotrwałych i kosztownych procesów rozwojowych**.



- Inwestując w to szkolenie, Twoja firma wzmacnia kompetencje pracownika w obszarze komunikacji i wpływu, co przekłada się na **większą gotowość do powierzania mu zadań reprezentacyjnych** i projektów o wyższej randze.
- Pracownik Twojej firmy **bezpiecznie zdobędzie nowe kompetencje wizerunkowe** dzięki renomie i najwyższym standardom usług szkoleniowych (SUS 2.0) stosowanych w Human Skills.
- Otrzymasz dostęp do **indywidualnego doradztwa, wsparcia w planach rozwojowych i preferencyjnych warunków współpracy**, jakie oferujemy naszym Klientom.

CELE SZKOLENIA:

- Opanowanie **umiejętności prowadzenia prezentacji** w sposób pewny, angażujący i dostosowany do potrzeb różnych grup audytorium.
- Wzmocnienie **zdolności kontrolowania stresu, emocji i tremy w trakcie wystąpień publicznych**, aby każdy występ był pewny i profesjonalny.
- Rozwinięcie **kompetencji w zakresie autoprezentacji, komunikacji niewerbalnej oraz świadomego kreowania własnego wizerunku** jako mówcy.
- Praktyczne zastosowanie **technik angażowania słuchaczy i dopasowywania przekazu do reakcji oraz oczekiwań audytorium** w różnych sytuacjach prezentacyjnych.

SZCZEGÓŁOWY PROGRAM SZKOLENIA „SZTUKA AUTOPREZENTACJI I WYSTĄPIEŃ PUBLICZNYCH”

Wprowadzenie do tematyki szkolenia

- Analiza sytuacji wyjściowej Uczestników szkolenia.
- Ćwiczenie z kamerą.
- Omówienie wystąpień.

Moduł I. Sztuka wystąpień publicznych oraz autoprezentacji – etap wyjściowy

- Kreowanie wizerunku.
- Style przemawiania.
- Pewność siebie w roli występującego/prezentera.
- Stosowna komunikacja niewerbalna (mowa ciała).
- Elementy savoir-vivre.
- Poprawna emisja głosu.



Moduł II. Sztuka autoprezentacji oraz wystąpień publicznych – przygotowanie do autoprezentacji

- Przygotowanie autoprezentacji oraz wystąpień publicznych.
- Zasady budowania struktury wypowiedzi (przygotowanie, cele, korzyści, PW Z/P, EPU, wstęp, temat centralny, argumentacja do trzech czynników, dyskusja, podsumowanie, parafraza, wnioski, plan działania).
- Zasady budowania jasnych komunikatów.
- Zarządzanie czasem.
- Korzystanie z narzędzi do prowadzenia prezentacji, m.in. pomocy wizualnych.

Moduł III. Sztuka autoprezentacji oraz wystąpień publicznych – zarządzanie audytorium

- Potrzeby audytorium.
- Techniki podtrzymania uwagi słuchaczy i dyskusji z grupą.
- Ćwiczenia przed audytorium.

Moduł IV. Sztuka autoprezentacji oraz wystąpień publicznych – zarządzanie treścią, stresem i emocjami

- Techniki oddechowe przydatne przy wystąpieniach publicznych pozwalające opanować bezdech.
- Techniki rozładowania napięcia poprzez ruch.
- Techniki uspokajające przyśpieszone tętno.
- Techniki pobudzające do koncentracji na celu.
- Techniki pozwalające opanować drżenie rąk, strun głosowych, mokre dłonie, galwanizację skóry (czerwienienie).

Moduł V. Sztuka autoprezentacji oraz wystąpień publicznych – trudne sytuacje

- Najczęstsze błędy – jak im przeciwdziałać?
- Rozwiązywanie trudnych sytuacji podczas prezentacji.
- Techniki radzenia sobie z oporem rozmówców.



Human Skills

We Make You Grow

ul. Widok 18/2,
00-023 Warszawa

Strona | 9

Moduł VI. Sztuka autoprezentacji oraz wystąpień publicznych – praktyka

- Wystąpienia uczestników na bazie przygotowanych tematów.
- Ćwiczenie z kamerą i podsumowanie ćwiczenia.
- Omówienie nagrań – porównanie pierwszego i drugiego nagrania.
- Sporządzenie osobistej check-listy (baza indywidualnych aspektów do przećwiczenia, opartych o feedback otrzymany podczas ćwiczenia praktycznego).

Zakończenie szkolenia. Podsumowanie wiadomości, opracowanie planów działania i zdefiniowanie obszarów do rozwoju zidentyfikowanych przez szkolenie. Kreowanie wizerunku zapoczątkowane przez warsztat sugerujemy dopełnić jednym z profesjonalnych warsztatów z obszaru Personal branding dostępnych w naszej ofercie. Trener zastrzega sobie możliwość zmiany kolejności w jakiej realizowane są elementy programu.

Grow!

Wszystkie treści i materiały zawarte w tej publikacji, stanowią własność Human Skills i są utworem w rozumieniu ustawy z dnia 4 lutego 1994 r. o prawie autorskim i prawach pokrewnych (Dz. U. Nr 90, poz. 631). Żadna jej część nie może być rozpowszechniana lub kopiowana w jakikolwiek sposób (elektroniczny, mechaniczny lub inny) bez pisemnej zgody autora.

(22) 224 21 95-6

+48 603 906 655

biuro@humanskills.pl

www.humanskills.pl



Human Skills

We Make You Grow

ul. Widok 18/2,
00-023 Warszawa

Strona | 10

JAK POWSTAŁ PROGRAM TEGO SZKOLENIA?

Tworząc program tego szkolenia, opieraliśmy się na skutecznych metodach szkoleniowych, takich jak **cykl Kolba i model Kirkpatricka**. Fundamentem jest praktyczność, przechodzisz przez cztery etapy: doświadczenie, refleksję, wyciągnięcie wniosków i testowanie w praktyce.

Nad programem pracowali nasi doświadczeni, certyfikowani trenerzy, którzy nie tylko znają teorię, ale przede wszystkim **są praktykami** i wiedzą, jak wyglądają realne wyzwania na Twoim stanowisku. Regularnie aktualizujemy program i materiały szkoleniowe – przeprowadzamy audyty, dostosowując je do trendów, najnowszych standardów SUS 2.0 (Standard Usług Szkoleniowych najnowszej generacji) i zmieniających się potrzeb rynku.

Każdy program jest też pod **stałą opieką merytoryczną CEO Human Skills Iwony Firmanty**, Certyfikowanej Trenerki, Psycholożki, Coachki **oraz dedykowanego opiekuna**, którzy czuwają nad jego jakością i aktualnością. Dodatkowo, po każdym szkoleniu przeprowadzamy ankiety ewaluacyjne, aby ocenić efektywność programu i stale go doskonalić. Twoja opinia ma realny wpływ na kształt kolejnych edycji!



Grow!

Wszystkie treści i materiały zawarte w tej publikacji, stanowią własność Human Skills i są utworem w rozumieniu ustawy z dnia 4 lutego 1994 r. o prawie autorskim i prawach pokrewnych (Dz. U. Nr 90, poz. 631). Żadna jej część nie może być rozpowszechniana lub kopiowana w jakikolwiek sposób (elektroniczny, mechaniczny lub inny) bez pisemnej zgody autora.

(22) 224 21 95-6

+48 603 906 655

biuro@humanskills.pl

www.humanskills.pl



Human Skills

We Make You Grow

ul. Widok 18/2,
00-023 Warszawa

Strona | II

INFORMACJE ORGANIZACYJNE

Cena i terminy ([link](#))

PAKIET STACJONARNY

Co wchodzi w cenę szkolenia stacjonarnego?

- Realizacja szkolenia w naszym centrum szkoleniowo- doradczym lub w wybranej sali szkoleniowej w ścisłym centrum Warszawy. Dostosowanie do potrzeb osób z niepełnosprawnościami- poinformuj nas o tym. Sala wyposażona jest w urządzenia multimedialne, klimatyzację i wygodne miejsce dla każdego uczestnika.
- Przerwa kawowa premium: wybór kaw i herbat; soki; owoce; fit przekąski oraz najwyższej jakości desery.
- Lunch w pobliskiej restauracji lub na miejscu realizacji szkolenia. Jeżeli jesteś na szczególnej diecie, zgłoś nam swoje potrzeby przed szkoleniem.
- Pakiet szkoleniowy (materiały szkoleniowe, teczka, notatnik, długopis, gadżety).
- Uznany certyfikat odbycia szkolenia potwierdzony jakością SUS 2.0

Jak się przygotować do uczestnictwa w szkoleniu stacjonarnym?

- O dokładnej lokalizacji i szczegółach poinformujemy Cię mailowo przed szkoleniem.
- Szkolenie odbywa się w godzinach 9:00-16:00 – zapraszamy Cię już około godziny 8:45, to doskonała okazja, aby napić się kawy i poznać innych uczestników.
- W trakcie szkolenia będą przerwy kawowe i jedna dłuższa obiadowa.
- Na terenie sali konferencyjnej masz bezpłatny dostęp do szybkiego Internetu Wi-Fi .
- Szkolenie prowadzone jest w kameralnych grupach, masz szansę zadawać pytania i pracować na własnych przykładach.
- Szkolenie odbywa się w samym centrum Warszawy, jeżeli wybierasz się do nas samochodem, weź pod uwagę, że jest to centrum i strefa płatnego parkowania.
- Po zakończeniu szkolenia możesz liczyć na kontakt z trenerem, który odpowie na dodatkowe pytania.

Grow!

Wszystkie treści i materiały zawarte w tej publikacji, stanowią własność Human Skills i są utworem w rozumieniu ustawy z dnia 4 lutego 1994 r. o prawie autorskim i prawach pokrewnych (Dz. U. Nr 90, poz. 631). Żadna jej część nie może być rozpowszechniana lub kopiowana w jakikolwiek sposób (elektroniczny, mechaniczny lub inny) bez pisemnej zgody autora.

(22) 224 21 95-6

+48 603 906 655

biuro@humanskills.pl

www.humanskills.pl



PAKIET ON-LINE

Co wchodzi w cenę szkolenia on-line?

- Realizacja szkolenia na nowoczesnej, intuicyjnej platformie Klikmeeting lub Zoom z możliwością zadawania pytań na żywo, interakcji z trenerem i innymi uczestnikami.
- Praktyczne formy realizacji szkolenia takie jak ćwiczenia, dyskusje, praca w grupach, symulacje, co sprawia, że szkolenie jest równie efektywne, jak w formie stacjonarnej.
- Pakiet szkoleniowy w formie pdf w tym książki, ćwiczenia szkoleniowe lub inne dedykowane handouty.
- Uznany certyfikat odbycia szkolenia potwierdzony jakością SUS 2.0 w formie pdf.
- Możliwość odbycia e-mentoringu po odbyciu szkolenia (po ustaleniu z trenerem).

Jak się przygotować do uczestnictwa w szkoleniu on-line?

- Przed udziałem w szkoleniu otrzymasz link do pokoju online oraz wszystkie niezbędne informacje organizacyjne.
- Szkolenie odbywa się na platformie Klikmeeting lub Zoom. Nie musisz nic instalować. Udział w szkoleniu jest możliwy za pośrednictwem komputera, laptopa oraz telefonu komórkowego. Dla większego komfortu rekomendujemy udział na komputerze lub laptopie.
- Logując się na szkolenie, skorzystaj z przeglądarki Google Chrome lub Firefox.
- Przed rozpoczęciem szkolenia przetestuj swoje urządzenie – sprawdź, czy masz działający mikrofon oraz kamerę, aby móc w pełni uczestniczyć w interaktywnych częściach szkolenia.
- Przygotuj notatnik oraz długopis.
- W trakcie szkolenia będą przerwy krótsze i jedna dłuższa obiadowa.
- Sprawdź jak się przygotować technicznie ([więcej informacji](#)).

Grow!



Human Skills
We Make You Grow

ul. Widok 18/2,
00-023 Warszawa

Strona | 13

ZDOBĄDŹ UZNANY CERTYFIKAT ([LINK](#))



Human Skills
We Make You Grow

C E R T Y F I K A T

Zaświadcza, że
Pani/Pan Imię i Nazwisko

była uczestnikiem szkolenia:
NAZWA SZKOLENIA

CERTYFIKAT nr XXX/XXX
Trener: Imię i Nazwisko

Institucja szkoleniowa wpisana przez Wojewódzki Urząd Pracy
w Warszawie pod numerem 214/00243/2014.

Certyfikat instytucji zatwierdzający wdrożenie standardu usług
szkoleniowo-rozwojowych SUS 2.0: DEKRA/SUS/000176/1

Dokument elektroniczny, nie wymaga podpisu.



Polska Izba Firm
Szkoleniowych



Data szkolenia: 12.12.2020 r.
Data wystawienia dokumentu: 12.12.202 r.

Firma szkoleniowa Human Skills
ul. Widok 18/2, 00-023 Warszawa
tel. (22)224 21 95-96, e-mail: biuro@humanskills.pl

Grow!

Wszystkie treści i materiały zawarte w tej publikacji, stanowią własność Human Skills i są utworem w rozumieniu ustawy z dnia 4 lutego 1994 r. o prawie autorskim i prawach pokrewnych (Dz. U. Nr 90, poz. 631). Żadna jej część nie może być rozpowszechniana lub kopiowana w jakikolwiek sposób (elektroniczny, mechaniczny lub inny) bez pisemnej zgody autora.

(22) 224 21 95-6

+48 603 906 655

biuro@humanskills.pl

www.humanskills.pl



Human Skills

We Make You Grow

ul. Widok 18/2,
00-023 Warszawa

Strona | 14

CO NAS WYRÓŻNIA?

Poznaj nasze atuty, które pomogą Ci wzmocnić kompetencje i osiągnąć wyznaczone cele.

- Działamy **już od 2010 roku**, a od tamtej pory przeprowadziliśmy tysiące szkoleń dla osób indywidualnych i firm, nieustannie dostosowując naszą ofertę do realnych wyzwań rynku. Każde szkolenie opiera się na wypracowanych przez lata praktyki standardach, by nasi Klienci mogli rozwijać swoje umiejętności **w pewnym i sprawdzonym procesie**.
- Działalność naszej firmy jest stale audytowana wewnętrznie oraz zewnętrznie m.in. przez renomowaną organizację **DEKRA Certification**. Projektujemy szkolenia w oparciu o **Standard Usług Szkoleniowych 2.0**, a także należymy do Polskiej Izby Firm Szkoleniowych i kierujemy się jej Kodeksem Dobrych Praktyk.
- Wyróżniamy się jedną z **najszerzych tematycznie ofert szkoleń otwartych i zamkniętych, usług coachingowych oraz narzędzi diagnostycznych na rynku**. Możesz znaleźć u nas wszystko, czego potrzebujesz kompleksowo - od kompetencji menedżerskich czy sprzedażowych, przez soft skills aż po unikalne szkolenia PREMIUM.
- Nasza firma szkoleniowo- doradcza została **założona i stale prowadzona jest przez doświadczoną i wykwalifikowaną liderkę** - Iwonę Firmanty- psycholożkę, socjolożkę, certyfikowaną coachkę i trenerkę. Na co dzień merytorycznie wspiera ona nasz Zespół oraz czuwa nad jakością i efektywnością świadczonych usług.

WYBRANE OPINIE NASZYCH KLIENTÓW:

- „Szkolenie przeprowadzone było profesjonalnie oraz w interesujący sposób, co znajduje odzwierciedlenie w pozytywnych ocenach uczestników. Program szkolenia pod względem merytorycznym został bardzo dobrze dostosowany do naszych oczekiwań. A Pani Agnieszka, jako trenerka zachęcała naszych pracowników do aktywnego uczestnictwa poprzez zorganizowanie pracy w grupach w formie warsztatów, co pozwoliło im na świetną integrację oraz możliwość podzielenia się swoim doświadczeniem. Na uznanie również zasługuje świetna organizacja, przygotowanie profesjonalnych materiałów szkoleniowych oraz stały kontakt z firmą, przed i po szkoleniu. Z przyjemnością polecamy firmę Human Skills oraz bardzo dziękujemy za organizację szkolenia.
- “Szkolenie upłynęło mi bardzo szybko. Trener wywarł wrażenie osoby kompetentnej i doświadczonej. Mam poczucie, że dużo z wyniesionych informacji będę mogła zastosować w swojej pracy.”
- „Bardzo duży zakres wiedzy i doświadczenie. Wiedza została przekazana ze spokojem, zaangażowaniem, tematy omówione szczegółowo, bardzo przydatne ćwiczenia. Szeroki zakres informacji, jasne materiały. Atmosfera bardzo przyjemna, kameralna, bezstresowa.”

Wszystkie treści i materiały zawarte w tej publikacji, stanowią własność Human Skills i są utworem w rozumieniu ustawy z dnia 4 lutego 1994 r. o prawie autorskim i prawach pokrewnych (Dz. U. Nr 90, poz. 631). Żadna jej część nie może być rozpowszechniana lub kopiowana w jakikolwiek sposób (elektroniczny, mechaniczny lub inny) bez pisemnej zgody autora.



Human Skills
We Make You Grow

ul. Widok 18/2,
00-023 Warszawa

Strona | 15

Z NASZEJ OFERTY KORZYSTAJĄ LIDERZY NA RYNKU:



Grow!

Wszystkie treści i materiały zawarte w tej publikacji, stanowią własność Human Skills i są utworem w rozumieniu ustawy z dnia 4 lutego 1994 r. o prawie autorskim i prawach pokrewnych (Dz. U. Nr 90, poz. 631). Żadna jej część nie może być rozpowszechniana lub kopiowana w jakikolwiek sposób (elektroniczny, mechaniczny lub inny) bez pisemnej zgody autora.

(22) 224 21 95-6

+48 603 906 655

biuro@humanskills.pl

www.humanskills.pl