

WEBINARY Z SENSEM

**Skorzystaj z oferty naszych webinarów,
które w angażujący sposób zainspirują
Twój zespół do zmian.**





WSTĘP

W firmach potrzeby rozwojowe często się zmieniają, brakuje czasu, a tematy szkoleń ewoluują wraz z wyzwaniami biznesu. Dlatego stworzyliśmy pakiet webinarów, który daje Ci swobodę wyboru i planowania. Kupujesz pakiet teraz, a tematy dobierasz wtedy, gdy są naprawdę potrzebne.

Dlaczego warto?

- **ELASTYCZNOŚĆ** – wybierasz tematy i terminy w dogodnym momencie.
- **SZEROKI WYBÓR** – dostęp do wielu aktualnych, praktycznych tematów.
- **OSZCZĘDNOŚĆ** – korzystniejsza cena i aż rok na realizację.

Pakiet webinarów to proste i skuteczne rozwiązanie, które wspiera rozwój zespołu w rytmie Twojej organizacji.

Zapraszam do współpracy!



Kasia Michalak

/ Head of Sales. Training & Innovation /

PAKIET WEBINARÓW

Stworzyliśmy pakiet webinarów, który daje Ci swobodę wyboru i planowania.

Kupujesz pakiet teraz, a tematy dobierasz wtedy, gdy są naprawdę potrzebne.

Nasze webinaria na żywo dają możliwość interakcji z Twoimi pracownikami.



257

**TRENERÓW
DOŚWIADCZONYCH
W AKTYWNYM
UCZENIU
DOROSŁYCH**

DEDYKOWANY ZESTAW DLA TWOJEJ ORGANIZACJI

KROK 1: WYBIERASZ PAKIET

5 webinarów - 5% zniżki.

10 webinarów - 10% zniżki.

15 webinarów - 15 % zniżki.

KROK 3: REALIZUJESZ, KIEDY POTRZEBUJESZ

Temat webinaru ustalasz z nami na minimum 2 tygodnie wcześniej.

KROK 5: RESZTĘ ZROBIMY ZA CIEBIE.

Dedykowana Project Managerka będzie do Twojej dyspozycji.

KROK 2: REALIZUJESZ TAK, JAK POTRZEBUJESZ
12 miesięcy od momentu zakupu.

KROK 4: BRZMI DOBRZE, ALE POTRZEBUJE POMOCY W DECYZJI
Dajesz znać i umawiamy się na bezpłatną diagnozę Twoich potrzeb.

PRZYKŁADOWE TEMATY

Potrzebujesz webinar w innym temacie?

Daj znać!

Chętnie go dla Ciebie zrealizujemy!





PRZYKŁADOWE TEMATY WEBINARÓW ZARZĄDZANIE



FEEDBACK W CODZIENNEJ PRAKTYCE MENEDŻERA.



Odkrywaj z nami praktyczne sposoby budowania kultury doceniania i prowadzenia wspierających rozmów rozwojowych, które wzmacniają zespół i rolę lidera.

Razem z nami rozwijaj kulturę informacji zwrotnej jako element codziennej praktyki menedżerskiej. Informacja zwrotna to kluczowe narzędzie w budowaniu zaangażowania, rozwoju i odpowiedzialności w zespole.

Ważne, by umieć ją dawać w sposób jasny, wspierający i konstruktywny – zarówno w sytuacjach wzmacniających, jak i korygujących.



Webinar obejmuje m.in.:

- Jak wzmacniać kulturę doceniania w zespole.
- Rola lidera w modelowaniu otwartości na informację zwrotną.
- Jak łączyć rozmowy o wynikach z rozmowami o rozwoju.
- Jak prowadzić rozmowę korygującą bez naruszania relacji i poczucia wartości pracownika.
- Jak reagować, gdy pracownik nie przyjmuje informacji zwrotnej lub się broni.
- Jak komunikować decyzje i oczekiwania w sposób jasny i wspierający.

KREATYWNOŚĆ JAKO NAJWAŻNIEJSZA KOMPETENCJA PRZYSZŁOŚCI.



Z nami rozwiniiesz swoją kreatywność – kompetencję, która w przyszłości będzie decydować o sukcesie zawodowym.

Nauczymy Cię praktycznych technik i sposobów, jak generować innowacyjne pomysły i wprowadzać je w życie.

Już dziś odkryj, jak kreatywne myślenie może wzmocnić Twój zespół i Twój rozwój!



Webinar obejmuje m.in.:

- Kreatywność w praktyce – jak generować innowacyjne pomysły i wprowadzać je w życie.
- Techniki myślenia poza schematem – praktyczne metody rozwijania kreatywności w zespole.
- Kreatywność jako kompetencja przyszłości – jak wspierać innowacje i rozwój osobisty.

CZTERY STYLE ZARZĄDZANIA W MODELU PRZYWÓDZTWA SYTUACYJNEGO BLANCHARDA.



Weź udział w webinarze, aby poznać cztery kluczowe style przywództwa i nauczyć się świadomie dobierać je do sytuacji, tak by wspierać rozwój zespołu, budować zaufanie i skutecznie komunikować oczekiwania.

Spotkanie o elastyczności menedżerskiej w dostosowywaniu stylu kierowania do indywidualnego poziomu rozwoju pracownika. Jak rozpoznawać różne etapy rozwoju kompetencji i motywacji swoich podwładnych oraz jak te poziomy wpływają na skuteczność zarządzania.



Webinar obejmuje m.in.:

- Charakterystyka czterech stylów przywództwa: instruktażowy (S1), konsultacyjny (S2), wspierający (S3), delegujący (S4).
- Jak odróżnić styl wspierający od nadopiekuńczego i styl dyrektywny od kontrolującego.
- Przykłady sytuacji, w których każdy styl jest najbardziej skuteczny.
- Rola komunikacji, pytań i informacji zwrotnej w każdym stylu zarządzania.

CIĄGŁE ZAROBILENI? DELEGOWANIE ZADAŃ, JAKO KLUCZ DO EFEKTYWNOŚCI MENEDŻERA.



W jaki sposób delegować zadania, by budować odpowiedzialność, samodzielność i zaangażowanie pracowników?

Uczestnicy webinaru nauczą się jak delegować zadania w sposób dopasowany do poziomu kompetencji i zaangażowania pracowników, tak aby budować ich samodzielność i odpowiedzialność.



Webinar obejmuje m.in.:

- Czym różni się delegowanie od zlecenia – dlaczego delegowanie to proces, a nie czynność.
- Model 7 kroków skutecznego delegowania – od przygotowania do podsumowania.
- Jak dobrać styl delegowania do poziomu gotowości pracownika.
- Jak unikać błędów: mikrozarządzania, braku jasności i odbierania odpowiedzialności.

SIŁA DOCENIANIA I JEJ WPŁYW NA ZAANGAŻOWANIE ZESPOŁU. WEBINAR WZMACNIAJĄCY KULTURĘ DOCENIANIA W ORGANIZACJI.



Odkrywaj z nami, jak docenianie realnie wpływa na motywację i wyniki zespołu. Poznaj psychologię uznania, praktyczne narzędzia budowania kultury doceniania oraz sposoby tworzenia systemowych rozwiązań wspierających długofalowe zaangażowanie.

Dowiedz się, jak kultura uznania wzmacnia motywację i lojalność pracowników. Webinar pokaże praktyczne sposoby wprowadzania doceniania do codziennej pracy, aby zwiększyć efektywność zespołu.



Webinar obejmuje m.in.:

- Dlaczego docenianie ma znaczenie? – wpływ uznania na motywację, zaangażowanie i wyniki zespołu.
- Psychologia doceniania – jak działa mechanizm uznania i jakie emocje uruchamia w pracy.
- Praktyczne sposoby wprowadzania kultury doceniania – narzędzia i techniki, które liderzy i zespoły mogą stosować na co dzień.
- Najczęstsze bariery i błędy – jak unikać powierzchownego lub nieautentycznego doceniania.
- Plan wdrożenia w organizacji – jak stworzyć systemowe rozwiązania wspierające kulturę uznania i długofalowe zaangażowanie.

EFEKTYWNOŚĆ I ORGANIZACJA PRACY W DOBIE DRIVE-BY TASKS.



Naucz się skutecznie zarządzać „wrzutkami”, wyznaczać priorytety, planować w różnych horyzontach czasowych i stosować sprawdzone techniki oraz nawyki, które zwiększają efektywność osobistą i pomagają panować nad strumieniem zadań bez rozpraszaczy i „złodziei czasu”.

Ciągłe wrzutki utrudniają Ci pracę w skupieniu i osiągnięcie długofalowych celów? Spotkajmy się, by porozmawiać o skutecznym zarządzaniu czasem i strumieniem zadań.

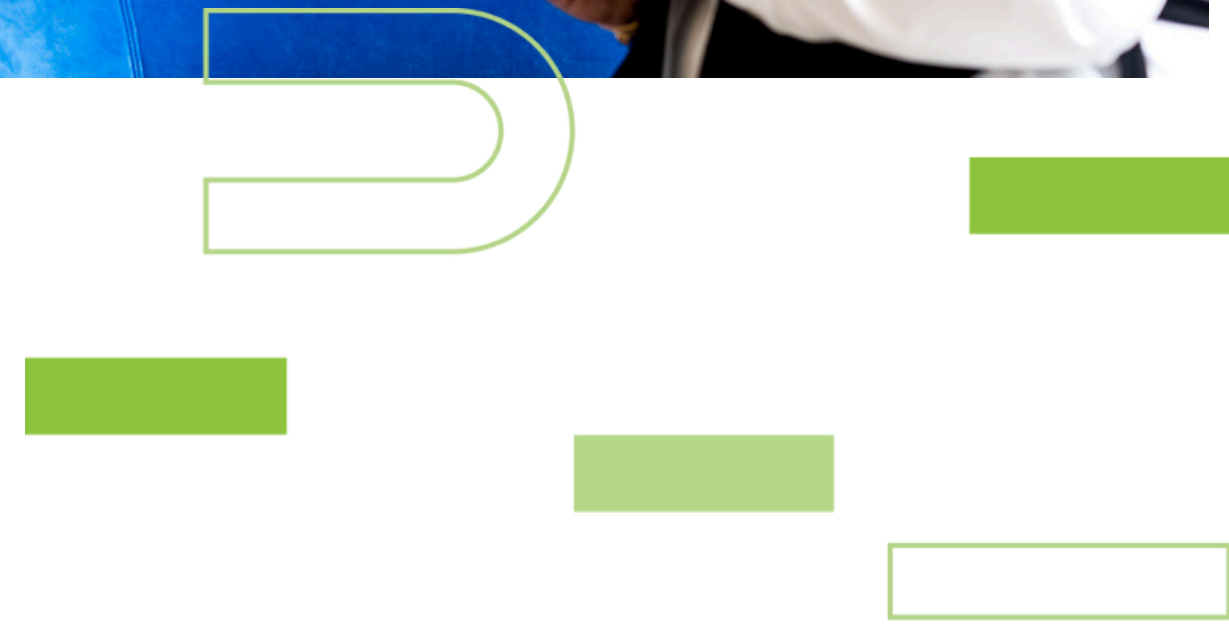


Webinar obejmuje m.in.:

- Zarządzanie wrzutkami – jak unikać rozpraszaczy.
- Wyznaczanie priorytetów.
- Planowanie w wymiarze krótko- i długoterminowym.
- Segregacja zadań na kategorie: pilne, ważne, niepilne, nieważne.
- Monitorowanie realizacji zadań.
- Zarządzanie „złodziejami czasu” i „przeszkadzaczami”.
- Zarządzanie strumieniem zadań.
- Stosowanie efektywnych nawyków wspierających efektywność osobistą i zarządzanie czasem.



PRZYKŁADOWE TEMATY WEBINARÓW SPRZEDAŻ



TRUDNE SYTUACJE W PROCESIE OBSŁUGI KLIENTA.



Pomożemy Ci na praktycznych case study nauczyć się, jak przekazywać trudne informacje klientowi, radzić sobie z wymagającymi i awanturującymi się klientami oraz stosować zasady skutecznej komunikacji w sytuacjach takich jak reklamacje, zyskując sprawdzone przykłady i narzędzia do codziennej pracy.

Trudne sytuacje w obsłudze klienta zdarzają się każdemu. Uwagi do zakupu, reklamacje, klient awanturujący się? Naucz się reagować tak, by mimo trudnego momentu, budować długoterminowe relacje z klientami.



Webinar obejmuje m.in.:

- Praktyczne case study obsługi klienta.
- Przekazywanie niewygodnych informacji klientowi.
- Trudny, awanturujący się klient.
- Zasady poprawnej komunikacji w trudnej sytuacji (np. reklamacja).
- Case study – praktyczne przykłady.

NEGOCJACJE Z KLIENTEM PODCZAS SPOTKAŃ I ROZMÓW HANDLOWYCH.



Jak skutecznie przygotować się do spotkania handlowego i negocjacji? Jak wyznaczać cele, unikać typowych błędów, gromadzić kluczowe informacje oraz świadomie definiować własny zysk? Czym jest prawdziwa wygrana w negocjacjach?

Webinar poświęcony temu, jak przygotować się do negocjacji, jakie narzędzia i techniki stosować, aby osiągnąć cele biznesowe oraz jak budować trwałe relacje z klientami.



Webinar obejmuje m.in.:

- Przygotowanie do spotkania.
- Wyznaczanie celów.
- Błędy w spotkaniu handlowym.
- Praktyczne przygotowanie do negocjacji/spotkania z klientem.
- Jakich informacji potrzebujesz?
- Co chcesz osiągnąć?
- Gdzie jest Twój zysk?
- Na czym polega wygrana w negocjacjach?

PRZYKŁADOWE TEMATY WEBINARÓW DEI



WPROWADZENIE DO TEMATU DIVERSITY.



Sprawdzimy, czy DEI to fakt czy tylko modny trend i jak presja społeczna oraz prawna wpływa na inkluzywność w firmach. Pokażemy Ci, jak małymi krokami budować inkluzywną organizację. Zainspirujesz się konkretnymi przykładami, które sprawdziły się u innych.

Będzie też o antytrendach, czyli jak nie robić diversity, oraz o szacunku i tolerancji, które pozwalają lepiej funkcjonować w różnorodnym świecie.

Krótko, praktycznie i bez ściemy.



Webinar obejmuje m.in.:

- Różnorodność – fakt czy trend?
- Inkluzywność dla opornych – presja społeczna i prawna.
- Baby steps – jak małymi krokami budować inkluzywną organizację?
- Jak robią to inni? Dobre przykłady z życia wzięte.
- Antytrendy – jak nie robić „diversity”.
- Szacunek i tolerancja – wartość, która pomaga żyć w różnorodnym świecie.

TRANSPARENTNE WYNAGRODZENIA W PRAKTYCE.



Na spotkaniu poznasz taktyki, jak wprowadzić transparentne wynagrodzenia w firmie, zapewniając równość płac między kobietami a mężczyznami i spełniając wymogi jawności płac.

Dowiesz się, jakie kroki podjąć, by przygotować organizację na nowe regulacje i przekształcić przepisy w praktyczne rozwiązania dla swojej firmy.



Webinar obejmuje m.in.:

- Kluczowe obowiązki i terminy wynikające z Dyrektywy UE 2023/970.
- „Ta sama praca lub praca o tej samej wartości”,
- jak wartościować stanowiska.
- Luka płacowa i wskaźniki równości wynagrodzeń,
- jak je mierzyć i raportować.
- Jak przygotować organizację, czyli praktyczne kroki dla pracodawców.

WIELOPOKOLENIOWOŚĆ W MIEJSCU PRACY.



Sprawdźmy wspólnie, jak różnice pokoleniowe mogą wzmocnić Twój zespół.

Podczas webinaru podzielimy się wiedzą, jak skutecznie komunikować się między pokoleniami, łączyć doświadczenie z energią młodszych i budować wzajemny szacunek.

Efektem będzie lepsza współpraca i zgrany, efektywny zespół. .



Webinar obejmuje m.in.:

- Zrozumienie i wykorzystanie różnic pokoleniowych w zespole.
- Skuteczna komunikacja międzygeneracyjna.
- Praca ze stereotypami i budowanie wzajemnego szacunku.
- Łączenie doświadczenia starszych z energią młodszych.
- Efektywne budowanie zespołów międzypokoleniowych.

NEURORÓŻNORODNOŚĆ W MIEJSCU PRACY.



Z nami dowiesz się, czym jest neuroróżnorodność. Pokażemy Ci, jak tworzyć inkluzyjne procesy rekrutacji i onboardingu tak, aby osoby o różnych stylach myślenia i różnych potrzebach mogły od początku poczuć się komfortowo.

Porozmawiamy też o tym, jak wspierać rozwój i adaptację pracowników oraz jak budować środowisko pracy, które wzmacnia efektywność i zaangażowanie całego zespołu.



Webinar obejmuje m.in.:

- Co to jest neuroróżnorodność?
- Rodzaje neurotypów.
- Wyzwania osób neuroatypowych w środowisku biznesowym.
- Język neuroinkluzywny.
- Neuroinkluzywna rekrutacja i onboarding.
- Neuroinkluzywne miejsce pracy – podstawowe wytyczne.

TOLERANCJA? NIE, DZIĘKUJĘ.



Zapraszamy Cię na webinar o tym, skąd ten cały hałas wokół tolerancji. Porozmawiamy o oporze przed nowym i tym, dlaczego to normalna reakcja. Wprowadzimy Cię w podstawy psychologii zmiany. Rozprawimy się też z najczęstszymi mitami o mniejszościach, które wciąż krążą w przestrzeni publicznej.

Opowiemy, dlaczego nie ze wszystkim musisz się zgadzać, i czym różni się tolerancja od akceptacji. No i najważniejsze: jak nie zagryźć się podczas rozmów o różnorodności, nawet gdy robi się gorąco.



Webinar obejmuje m.in.:

- O co ten cały hałas z tolerancją?
- Opór przed nowym – to normalka. Wprowadzenie do psychologii zmiany.
- Najczęstsze mity dotyczące różnych grup mniejszościowych.
- Nie ze wszystkim się muszę zgadzać.
- Tolerancja vs. akceptacja.
- Jak się nie zagryźć podczas rozmów o różnorodności.

JĘZYK TRZECH PACH. JĘZYK PROSTY W PRAKTYCE.



Zajrzemy do świata języka prostego — czym jest i dlaczego pełni dziś tak ważną rolę, szczególnie w komunikacji HR.

Pokażemy Ci najważniejsze zasady prostego języka oraz korzyści, jakie przynosi w rekrutacji i codziennym kontakcie z pracownikami. Przeanalizujemy też przystępność realnych tekstów HR i wspólnie przećwiczymy ich upraszczanie. Na koniec zobaczysz, jak wykorzystać sztuczną inteligencję, by tworzyć komunikaty, które są jasne, zrozumiałe i przyjazne dla odbiorców.



Webinar obejmuje m.in.:

- Co to jest język prosty i dlaczego jest ważny?
- Korzyści z używania języka prostego w komunikacji HR.
- Zasady języka prostego.
- Badanie stopnia przystępności tekstów: na przykładzie komunikacji HR w procesach rekrutacyjnych.
- Ćwiczenie: Przekształcanie skomplikowanych tekstów na prosty język.
- Wykorzystanie sztucznej inteligencji w upraszczaniu komunikacji.

DLACZEGO NIE JEST ŁATWO BYĆ MĘŻCZYZNĄ WE WSPÓŁCZESNYM ŚWIECIE?



To webinar, w którym z perspektywy współczesnych wyzwań mitów wokół męskości porozmawiamy o emocjach i współpracy.

Zacniemy od faktów i statystyk, potem pokażemy, jak wyrażać emocje, nie dusić ich w sobie i jak męska siła z kobiecą mocą pomagają współpracować. Na koniec dowiesz się, jak zbudować prawdziwie zgraną drużynę.



Webinar obejmuje m.in.:

- Garść statystyk.
- W jakie emocje potrafimy a jakie warto nauczyć się wyrażać?
- Prawdziwa męska siła - na czym polega? Kobięca moc - z czego wynika? Jak współpracować?
- Brygada/krąg/zespół/ekipa/drużyna jako wsparcie.

RAZEM MIMO RÓŻNIC. WSPÓŁPRACA W ZESPOLE POLSKO-UKRAIŃSKIM.



Czym Polacy różnią się od Ukraińców? Poruszmy wątki codziennej pracy - oraz jakie wyzwania pojawiają się w codziennej współpracy, od przestrzegania zasad i feedbacku, po small talki.

Poruszmy też temat fałszywych przyjaciół językowych, czyli słów, które mogą być różnie rozumiane.

Efekt? Nauczysz się skutecznie współpracować międzykulturowo, upraszczając codzienną pracę i unikając nieporozumień.



Webinar obejmuje m.in.:

- Czym się różnimy? Kluczowe cechy kultury Polaków i Ukraińców,
- Główne obszary wyzwań: podejście do feedbacku, zasady i decyzje, zarządzanie czasem, asertywność i proaktywność, small talk,
- Fałszywi przyjaciele – jak pewne słowa lub frazy mogą być rozumiane, gdy są wypowiedziane przez Polaków?
- Jak to wszystko zrozumieć – elementy skutecznego podejścia w międzynarodowej współpracy międzykulturowej.

O CO CAŁA TA BURZA WOKÓŁ JĘZYKA? JĘZYK INKLUZYWNY W PRAKTYCE.



Wejdziemy w świat języka włączającego, czym jest, po co nam służy i czy to faktycznie moda, czy raczej konieczność.

Przyjrzymy się temu, jak między słowami utrwalamy stereotypy oraz dlaczego feminatywy wcale nie są niczym nowym.

Porozmawiamy też o neutratywach i osobatywach, czyli sposobach mówienia niezależnie od zaimków oraz o językowym savoir-vivre, który pomaga budować szacunek na co dzień.



Webinar obejmuje m.in.:

- Co to jest język włączający?
- Język inkluzywny – moda czy konieczność?
- Jak „między słowami” potwierdzamy uprzedzenia i stereotypy,
- Feminatywy – żeńskie końcówki to żadne novum,
- Neutratywy i osobatywy – jak mówić niezależnie od zaimków,
- Savoir-vivre w języku.

IDEA: INCLUSION, DIVERSITY, EQUITY, ACCESSIBILITY.



Porozmawiamy o tym, że choć nasze wyzwania bywają różne, wszyscy mamy podobne potrzeby, także osoby z niepełnosprawnościami.

Przyjrzymy się savoir-vivre'owi, który ułatwia codzienny kontakt i współpracę. Omówimy, jak prowadzić działania w obszarze IDEA, tak, by wspierać włączenie, a jednocześnie unikać „washingowych” pułapek. Zobaczysz również, czym jest inkluzywne biuro i jak projektować przestrzeń, która realnie odpowiada na potrzeby osób z niepełnosprawnościami.



Webinar obejmuje m.in.:

- Różne wyzwania, te same potrzeby.
- Każdy z nas ma szczególne potrzeby.
- Savoir-vivre wobec osób z niepełnosprawnościami.
- IDEA: jak i jakie działania na rzecz włączenia osób z niepełnosprawnością podejmować, by nie być posądzonym o washing.
- Inkluzywne biuro – jak uwzględniać potrzeby osób z niepełnosprawnościami w projektowaniu przestrzeni.

CZY MOJE DZIECKO JEST NEUROATYPOWE? WEBINAR DLA RODZICÓW O TYM JAK ROZPOZNAĆ NEUROATYPOWOŚĆ I JAK WSPIERAĆ NEUROATYPOWOŚĆ DZIECKA.



Dołącz do webinaru, aby dowiedzieć się, czym jest neuroróżnorodność, poznać różne neurotypy i ich charakterystykę, zrozumieć proces diagnozy dzieci neuroatypowych oraz rolę systemu edukacji, a także odkryć, jak radzić sobie z rodzicielskimi emocjami i wspierać „supermoce” oraz mierzyć się z wyzwaniami dzieci w grupie rówieśniczej.

Webinar dla rodziców, którzy chcą lepiej zrozumieć różne neurotypy i rozpoznać oznaki neuroatypowości u dziecka. Dowiesz się, jak wspierać rozwój i potrzeby dziecka w sposób empatyczny i skuteczny.



Webinar obejmuje m.in.:

- Czym jest neuroróżnorodność?
- Rodzaje neurotypów i ich charakterystyka - od ASC po leworęczność.
- Proces diagnozy dzieci neuroatypowych.
- Czy system edukacji wspiera dzieci neuroatypowe?
- Jak poradzić sobie ze swoimi (rodzicielskimi) obawami i emocjami.
- Supermoce i wyzwania neuroatypowych dzieci w środowisku szkolnym i grupie rówieśniczej.

NEUROINKLUZYWNA REKRUTACJA I ONBOARDING. WEBINAR DLA ZESPOŁÓW HR, JAK PRZYGOTOWAĆ PROCESY REKRUTACYJNE I ONBOARDING DOSTOSOWANE DO RÓŻNYCH NEUROTYPÓW.



Dołącz do webinaru, aby dowiedzieć się, czym jest neuroinkluzywna rekrutacja i jak uwzględniać ją na każdym etapie procesu – od ogłoszeń o pracę i rozmów rekrutacyjnych, przez przygotowanie hiring managera i ofertę zatrudnienia, aż po onboarding, który wspiera neuroatypowych pracowników i pomaga organizacji zatrzymać ich potencjał.

To ważne, bo neuroinkluzywna rekrutacja pozwala wykorzystać pełen potencjał różnorodnych talentów i budować bardziej sprawiedliwe, innowacyjne organizacje.



Webinar obejmuje m.in.:

- Neuroinkluzywna czyli jaka? - jak adresować neuroinkluzywność w kolejnych etapach procesu rekrutacyjnego: ogłoszeniach o pracę/na stronie karier, spotkaniach rekrutacyjnych.
- Jak przygotować hiring managera do rozmowy z potencjalnym kandydatem.
- Oferta i warunki pracy.
- Onboarding czyli jak wdrożyć neuroatypowego pracownika, żeby go nie stracić.



**PRZYKŁADOWE
TEMATY
WEBINARÓW
ODPORNOŚĆ
PSYCHICZNA**



BEZPIECZEŃSTWO PSYCHOLOGICZNE I INTELIGENCJA EMOCJONALNA JAKO PODSTAWY NOWOCZESNEGO PRZYWÓDCY.



Dowiedz się, jak budować bezpieczeństwo psychologiczne w zespole, rozwijać inteligencję emocjonalną lidera i stosować empatyczną komunikację, która wzmacnia zaufanie, współpracę oraz innowacyjność.

Poznasz kluczowe kompetencje lidera, które budują zaufanie i otwartość w zespole. Nauczysz się, jak rozwijać inteligencję emocjonalną i tworzyć środowisko sprzyjające innowacji i współpracy.



Webinar obejmuje m.in.:

- Czym jest bezpieczeństwo psychologiczne? – znaczenie poczucia bezpieczeństwa w zespole i jego wpływ na innowacyjność oraz efektywność.
- Inteligencja emocjonalna w praktyce lidera – jak rozpoznawać i regulować emocje własne i zespołu.
- Budowanie zaufania i otwartości – strategie tworzenia środowiska sprzyjającego współpracy i dzieleniu się pomysłami.
- Komunikacja empatyczna – techniki rozmów, które wzmacniają relacje i redukują napięcia.
- Plan rozwoju kompetencji przywódczych – narzędzia i ćwiczenia wspierające rozwój lidera w obszarze EQ i bezpieczeństwa psychologicznego.

SPEAK UP POLICY: JAK TWORZYĆ ORGANIZACJĘ WOLNĄ OD MOBBINGU I PRZECIWDZIAŁAĆ NARUSZENIOM.



Poznaj definicje i przykłady naruszeń w pracy, dowiedz się, jak rozpoznawać subtelne sygnały mobbingu, jakie procedury i kanały zgłoszeń warto wdrożyć w organizacji oraz jak skutecznie chronić zarówno osoby zgłaszające naruszenia, jak i przed fałszywymi oskarżeniami.

Celem spotkania jest zwiększenie świadomości na temat mobbingu i innych naruszeń w miejscu pracy, a także nauczenie uczestników, jak rozpoznać takie sytuacje oraz jak na nie reagować.



Webinar obejmuje m.in.:

- Definicje i przykłady naruszeń w pracy: molestowanie, mobbing, dyskryminacja, seksizm, mikroagresje.
- Zjawisko naruszeń w miejscu pracy: konsekwencje dla pracowników i organizacji (np. spadek efektywności, rotacja pracowników, wypalenie zawodowe).
- Rozpoznawanie subtelnych sygnałów mobbingu w zachowaniach lidera i zespołu.
- Jakie procedury powinny być wdrożone w organizacji by zapobiegać naruszeniom?
- Ochrona osób zgłaszających naruszenia.
- Kanały zgłoszeń i procedura skargowa.
- Ochrona przed fałszywymi oskarżeniami.

JAK BUDOWAĆ REZYLIENCJĘ I PRZECIWDZIAŁAĆ WYPALENIU ZAWODOWEMU. MIKRO NAWYKI, KTÓRE PRZYNOSZĄ MAKRO EFEKTY.

Odkrywaj z nami, czym jest rezyliencja i jak wzmacniać odporność psychiczną, rozpoznawać pierwsze sygnały wypalenia, wprowadzać proste mikro nawyki wspierające dobrostan oraz stosować techniki regeneracji i zarządzania stresem, tworząc własny system nawyków chroniący przed wypaleniem i budujący długofalową energię.

Buduj mikro nawyki, które wzmacniają odporność psychiczną i chronią przed wypaleniem. Webinar dostarczy prostych, skutecznych strategii, które możesz wdrożyć od razu w swojej pracy.

Webinar obejmuje m.in.:

- Czym jest rezyliencja? – zrozumienie odporności psychicznej i jej roli w utrzymaniu energii oraz motywacji.
- Mechanizmy wypalenia zawodowego – jak rozpoznać pierwsze sygnały i zapobiegać ich eskalacji.
- Mikro nawyki o dużym wpływie – proste, codzienne działania wspierające dobrostan i efektywność.
- Techniki regeneracji i zarządzania stresem – praktyczne ćwiczenia, które pomagają odzyskać równowagę.
- Plan wdrożenia w pracy i życiu – jak stworzyć własny system nawyków, który chroni przed wypaleniem i wzmacnia rezyliencję.

STRES POD KONTROLĄ: JAK DBAĆ O WEWNĘTRZNA RÓWNOWAGĘ?



Rozpoznawanie, zarządzanie i radzenie sobie ze stresem zarówno w życiu osobistym, jak i zawodowym – to ważna umiejętność, by zachować równowagę psychiczną i fizyczną.

Dołącz do webinaru, aby zrozumieć mechanikę reakcji stresowej, poznać jej fazy i skutki dla organizmu, odkryć swój styl reagowania w stresie, oddzielić fakty od mitów oraz nauczyć się praktycznych technik radzenia sobie z napięciem i odzyskiwania równowagi.



Webinar obejmuje m.in.:

- Poznanie mechaniki reakcji stresowej – co dzieje się w organizmie, kiedy jestem zdenerwowany?
- Fazy reakcji stresowej i jej dynamika.
- Przyczyny i skutki mobilizacji organizmu.
- Mój styl reagowania w stresie.
- Fakty i mity o stresie – czy stres jest tylko zły?
- Techniki radzenia sobie ze stresem.

TWOJE GRANICE – TWOJA SIŁA. KOMUNIKACJA ASERTYWNA NA CO DZIEŃ.



Asertywność jako styl życia. Oznacza codzienne życie w zgodzie ze sobą i własnymi potrzebami, przy jednoczesnym szacunku dla granic innych osób.

Porozmawiajmy o asertywności. Zwłaszcza, jeśli zdarza Ci się, że podejmujesz działania, bo obawiasz się odmówić. Albo jesteś liderką, a większość obowiązków spoczywa na twoich barkach. A może przedkładasz potrzeby innych nad swoje, choć nie zawsze jesteś z tego powodu zadowolona/zadowolony?

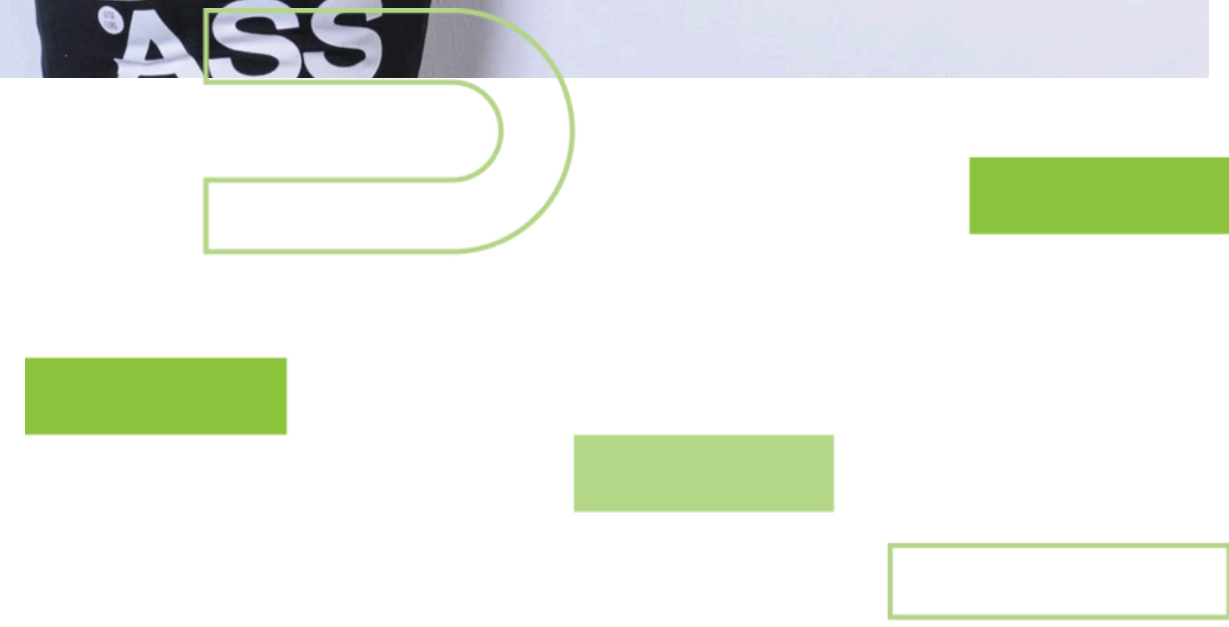


Webinar obejmuje m.in.:

- Asertywność jako sposób na życie.
- Test: Jak asertywną osobą jestem?
- Jak rozpoznawać i komunikować własne potrzeby?
- Moje granice - jak żyć w zgodzie z własnymi potrzebami?
- Jak obraz samego siebie wpływa na poziom asertywności?
- Korzyści i straty z asertywności.
- Techniki asertywnej komunikacji.
- Na zakończenie: katalog moich praw.



PRZYKŁADOWE TEMATY WEBINARÓW SAMORZECZNICY



WYKŁAD INSPIRACYJNY DZIEWCZYNY Z FIOLETOWĄ NOGĄ.



Porozmawiamy o tym, jak zmiany osobiste i zawodowe mogą stać się szansą, a nie przeszkodą.

Dowiesz się, jak zacząć akceptować zmianę, gdzie szukać wytrwałości i adaptacyjności oraz jakie proste strategie pomagają utrzymać motywację.

Spotkanie poprowadzi mikroinfluencerka i pierwsza kobieta z protezą nogi w polskim Vogue, znana z występów m.in. w Pytaniu na Śniadanie, Faktach TVN, Onet Rano, Wprost czy Polityce.



Webinar obejmuje m.in.:

- Znaczenie zmian w życiu osobistym i zawodowym,
- Wprowadzenie tematu: przemiana przeciwności w szansę,
- Jak dać początek akceptowania zmian,
- Jak wytrwałość i adaptacyjność pomogły w nawigowaniu nowej rzeczywistości,
- Jak stawianie czoła fizycznym wyzwaniom wyzwoliło kreatywność i innowacyjność w codziennym życiu,
- Sieć kontaktów i przyjaciół jako solidne źródło wsparcia.

SZUKASZ CZEGOŚ INNEGO?

257

**DOŚWIADCZONYCH
W AKTYWNYM
UCZENIU
DOROSŁYCH
TRENERÓW**

Możesz wybrać z poniższych tematów lub zaproponować swoje!

Dzięki naszej siatce ponad 60 trenerów_ek opiekujemy obszary menedżerskie, sprzedażowe i marketingowe, a także różnorodność, cyfryzację, zielone kompetencje, AI czy badania i rozwój.

Nie musisz znać wszystkich tematów w momencie zakupu - pomożemy je dobrać do potrzeb Twojej organizacji! Dodatkowo, webinary z nagraniem zostają w Twojej firmie na zawsze!





CENA ZAWIERA

- + Elastyczność w wyborze tematów - gotowe koncepcje webinarów lub dopasowane indywidualnie do potrzeb Twojej organizacji,
- + Najlepszych ekspertów_tki z danych dziedzin,
- + Możliwość wyboru ekspertów_ek,
- + Dedykowaną Project Managerkę,
- + Pakiet komunikacyjny dla uczestników w formie elektronicznej,
- + Możliwość przeprowadzenia autodiagnozy,
- + Rekomendacje do dalszych działań po każdym webinarze,
- + Opcję z nagraniem lub bez,
- + 12 miesięcy na realizację.



WYBIERZ SWÓJ PAKIET

OPCJE	CENA JEDNOSTKOWA
Webinar bez nagrania	4 000,00 zł
Webinar z nagraniem	5 500,00 zł

Wybierz pakiet dla siebie:

5 webinarów - 5% zniżki

10 webinarów 10% zniżki

15 webinarów - 15% zniżki

Płatność za pakiet odbywa się z góry.



ZOBACZ NASZE PRZYKŁADOWE REALIZACJE



**FESTIWAL
KULTURY
ŻABKA**



**KONFERENCJA
MODEL RÓWNOŚCI
PŁCI**



**RECEPTA
NA DOTACJE**



ZOBACZ JAK SIĘ Z NAMI PRACUJE



SENSE Consulting to firma, która zapewnia kompleksowe wsparcie w zakresie projektów rozwojowych finansowanych z KFS. Już na etapie przygotowania wniosku mogliśmy liczyć na doradztwo oraz pełną znajomość zasad naboru, które w tym roku zmieniały się bardzo dynamicznie. Złożona dokumentacja została oceniona pozytywnie i pozwoliła nam uzyskać dofinansowanie.

Szkolenia były dostosowane do naszych potrzeb i spotkały się z dużym uznaniem pracowników. Cały proces współpracy charakteryzował się rzetelnością, otwartością na nasze sugestie i wysokim poziomem organizacyjnym. Jesteśmy w pełni usatysfakcjonowani z rezultatów.

MARTA KOSMACZEWSKA

Wiceprezes Zarządu ds. finansowo-księgowych



ONI JUŻ NAM ZAUFALI



S O L A R

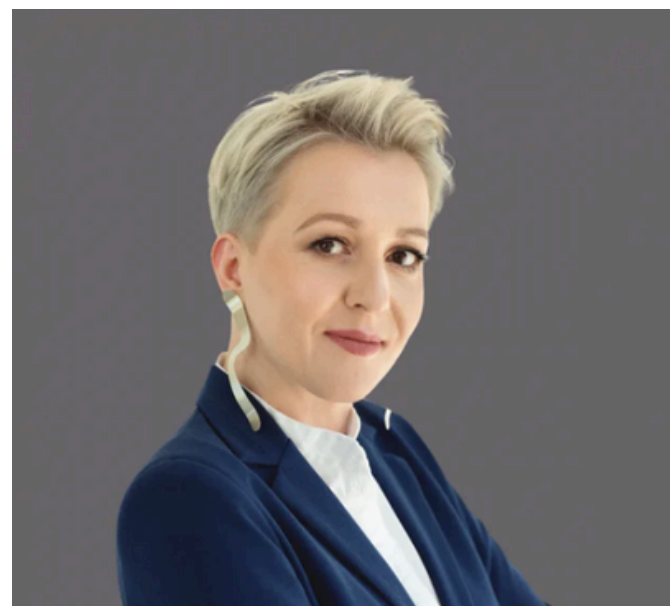
BIZUU



NASI EKSPERCI I EKSPERTKI



dr Marcin Bielicki
/ Menedżer
innowacji/wykładowca,
innowator/ uczył
kreatywności
i o tworzeniu innowacji
m.in w Kolumbii, Finlandii,
Polsce, USA i RPA /



Monika Bartkowiak
/ Praktyk i trenerka
sprzedaży, wykładowca
uczelni wyższych,
mówczyni motywacyjna
największych konferencji
sprzedażowych w Polsce /



Kateryna Chwiszczuk
/ Trenerka umiejętności
miękkich z 10-letnim
międzynarodowym
doświadczeniem /



Katarzyna Czajkowska
/ Coach ICF na poziomie
ACC, trener biznesu,
trener FRIS,
pomysłodawczyni i
założycielka poznańskiej
Pracowni Lidera,
przedsiębiorczyni /

NASI EKSPERCI I EKSPERTKI



Wiktoria Danielewska
/ Empowerment
Structures Advisor,
Doradczyni HR, trenerka,
ekspertka pierwszego
w Polsce modelu równości
płci dla biznesu /



Katarzyna Dinst
/ Ekspertka ds.
dostępności,
certyfikowana trenerka
biznesu, edukatorka,
prelegentka, twórczyni
kanału na YouTube Kasia
Działa, uczestniczka The
Traitors /



Marek Gluziński
/ Performer, aktor
i choreograf, edukator
działający przeciwko
polaryzacji płci -
wspierając zdrowienie
męskości i kobiecą siłę /



Dariusz Gosk
/ Ekspert ds. dostępności,
trener, audytor, autor
publikacji, współautor
standardów dostępności /

NASI EKSPERCI I EKSPERTKI



Karolina Janowska
/ Ekspertka DEI
i neuroróżnorodności,
doświadczona w pracy
z korporacjami
i mniejszymi
organizacjami /



Anna Klecha
/Z wykształcenia anglistka
i psycholingwistka,
zawodowo – edukatorka
i mikroinfluencerka
w obszarze inkluzywności
i różnorodności /



**dr Natalia Marciniak-
Madejska**
/ Ekspertka DEI
i neuroróżnorodności,
dostępności, autorka
licznych publikacji
i autorskich narzędzi /



**Monika Jankowska-
Rangelov**
/ State Street Vice
President, dyrektorka
ds. Inkluzji, Różnorodności
oraz Wyrównywania
Szans, Certified Human
Resources Management
Executive z ponad
18-letnim doświadczeniem
w międzynarodowych
organizacjach /

NASI EKSPERCI I EKSPERTKI



Katarzyna Romanowicz
/ Trenerka, coach,
facylitatorka,
psychoterapeutka
w trakcie szkolenia /



Anna Skibińska
/ HR Director, Payroll
Manager, ekspertka HR,
certyfikowana ekspertka
strategii wynagrodzeń /



Marta Sosińska
/ Trenerka biznesu,
certyfikowana trenerka
FRIS, ekspertka HR,
facylitatorka Reiss Profile
Master, ekspertka /



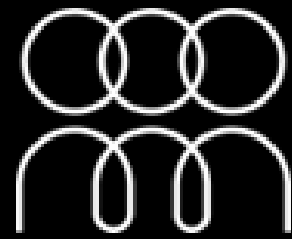
Agata Spała-Zakrzewska
/ Trenerka i audytorka
dostępności, ekspertka
ds. zatrudnienia osób
z niepełnosprawnościami
i dostępności /

NASZE SUPERMOCE



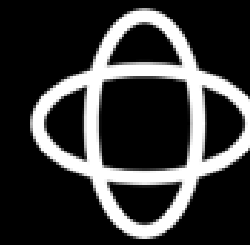
**10 lat
doświadczenia**

pozyskujemy wsparcie
na szkolenia dofinansowane
z Krajowego Funduszu
Szkoleniowego dla Klientów
z całej Polski



**100%
skuteczności**

skutecznie
aplikujemy i dobieramy
ścieżki rozwojowe wraz
z ich realizacją i
koordynacją



**1 319 967,45 zł
dofinansowania**

w 2025 roku
pozyskaliśmy dla naszych
klientów dofinansowania
na szkolenia z Krajowego
Funduszu Szkoleniowego

SENSE



**Jesteś o jeden telefon od rozwiązania.
Połączmy siły i rozwijajmy się razem!**

Kasia Michalak
/ Head of Sales. Training & Innovation /
E k.michalak@senseconsulting.pl
T +48 533 360 946
UMÓW SIĘ NA E-KAWĘ

SENSE



**Jesteś o jeden telefon od rozwiązania.
Połączmy siły i rozwijajmy się razem!**

Kasia Michalak
/ Head of Sales. Training & Innovation /
E k.michalak@senseconsulting.pl
T +48 533 360 946
UMÓW SIĘ NA E-KAWĘ

