



AUDYT RELACJI I KOMUNIKACJI W ZESPOLE - DreamTEAM





„Standard, obok którego przechodzisz,
staje się standardem,
który akceptujesz.”

Generał David Morrison

Dzień dobry, witaj po ludzkiej stronie HUMAN RESET!

Jesteśmy zespołem facylitatorów i trenerów. Pracujemy z liderami i zespołami w świecie, w którym tempo i presja wyników rosną szybciej niż relacje i kultura współpracy potrafią za tym nadążyć. Widzimy to codziennie: „jakoś działa”, ale koszt rośnie – w napięciach, nieporozumieniach, spadku zaufania i zmęczeniu ludzi.

Dlatego stworzyliśmy **Audyt relacji i komunikacji w zespole**: uważną diagnozę tego, jak naprawdę działa Wasza współpraca (komunikacja, role, przepływ informacji, zaufanie) oraz co warto w niej wzmocnić lub zmienić.

To nie jest ocena ludzi ani „miękki program” bez przełożenia na codzienność. To konkretna praca oparta o rozmowy, warsztat zespołowy i obserwacje – zakończona raportem z rekomendacjami i spotkaniem podsumowującym.

Szanujemy czas, zasoby i ograniczenia. Szukamy działań, które zmniejszają tarcia: mniej chaosu i napięć ukrytych, więcej jasnych uzgodnień, odpowiedzialności i decyzji. Jeśli czujesz, że w zespole jest potencjał, ale coś go blokuje – ten audyt jest dobrym pierwszym krokiem.

W tym materiale znajdziesz opis procesu audytu, zakres, warunki współpracy oraz wycenę. Jeśli chcesz, sprawdzimy wspólnie w rozmowie wstępnej, czy to jest właściwa forma wsparcia dla Waszego zespołu.



**Human
Reset**



Cele audytu

Co?

Audyt relacji i komunikacji to proces, który pomaga zobaczyć, co *naprawdę* dzieje się w zespole: w obszarze zaufania, współpracy, przepływu informacji i roli lidera.

Celem jest zrozumienie, które zachowania i schematy wspierają efektywność, a które ją blokują – oraz wypracowanie jasnych rekomendacji dalszych kroków.

Dla organizacji to bezpieczna, zewnętrzna diagnoza, która łączy perspektywę ludzi, lidera i systemu, a dla zespołu – możliwość nazwania ważnych tematów w atmosferze szacunku i psychologicznego bezpieczeństwa.



Jak?

- krótkie ankiety i rozmowy indywidualne z liderem i członkami zespołu,
- całodniowy 8-godzinny, facylitowany warsztat z zespołem, oparty na realnych sytuacjach (12-16 osób),
- obserwacja na żywo sposobów komunikacji, ról i napięć w zespole,
- raport z wnioskami i rekomendacjami + spotkanie podsumowujące.

Audyt relacji i komunikacji - DreamTEAM

START -
ORIENTACJA

DIAGNOZA WSTĘPNA

Krótką, anonimową ankietą online dla całego zespołu oraz rozmowy indywidualne z liderem i wybranymi członkami zespołu (do 6 osób – w tym lider), aby uchwycić kluczowe wyzwania i napięcia.

WARSZTAT ZESPOŁOWY (1 dzień)

Facilitowana praca całego zespołu na realnych sytuacjach: obserwujemy schematy komunikacji, role, przepływ informacji, poziom zaufania i zaangażowania. Projektujemy aktywności zgodnie ze wstępną diagnozą. Warsztat prowadzony przez 2 zawodowych trenerów. Stały zapis obserwacji.

01

02



03

04

KONIEC -
SAMOŚWIADOMOŚĆ
I PLAN DZIAŁANIA

RAPORT Z AUDYTU

Podsumowanie mocnych stron, napięć i wzorców działania oraz rekomendacje działań krótkoterminowych i strategicznych (lider, zespół, organizacja). Wypunktowanie korzystnych i sprzyjających współpracy wzorców komunikacji oraz tych, które utrudniają komunikację oraz rozwój zespołu.

SPOTKANIE PODSUMOWUJĄCE

Omówienie raportu z liderem i/lub zespołem, doprecyzowanie priorytetów i możliwych dalszych form pracy (warsztaty, coaching zespołowy, proces transformacyjny). Wzmocnienie tego co w zespole świetnie działa i pokazanie potencjalnych obszarów wymagających wsparcia.

Rozwijane kompetencje

6



Ability to collaborate /
Teamwork



Wzmacnianie
współodpowiedzialności za
relacje i wyniki, budowanie
dojrzałej współpracy
zamiast przerzucania się
winą.



Communication
skills – oral &
written



Rozwijanie otwartej, klarownej
komunikacji w zespole:
mówienie
o trudnościach, oczekiwaniach i
rolach w sposób zrozumiały i
konstruktywny.



Ability to share /
pass on
knowledge



Uczenie się dzielenia
perspektyw, informacji i
doświadczeń tak, by cały
zespół miał dostęp do ważnej
wiedzy, a nie tylko wybrane
osoby.

Inwestycja

7

Co?	Jak?	Cena netto	Cena brutto
<p>AUDYT RELACJI I KOMUNIKACJI W ZESPOLE DreamTEAM dla zespołu BNP</p>	<p>Przeprowadzenie audytu relacji i komunikacji w zespole (do 14 osób) wraz z przygotowaniem raportu z rekomendacjami i obserwacjami trenerów. Cena zawiera:</p> <ul style="list-style-type: none"> • DIAGNOZĘ WSTĘPNĄ – anonimowa ankieta online dla członków zespołu, 6 indywidualnych 30 minutowych rozmów (1 z liderem, 5 z członkami zespołu) • całodniowy (8-godzin trenerskich) WARSZTAT na żywo prowadzony przez 2 zawodowych trenerów, po polsku lub po angielsku <ul style="list-style-type: none"> • RAPORT po warsztacie w wersji pdf • SPOTKANIE PODSUMOWUJĄCE z omowieniem wyników (online) 1 godzina z liderem lub z całym zespołem (90 minut) • materiały szkoleniowe w wersji papierowej, wszelkie inne materiały potrzebne do przeprowadzenia sesji, materiały po szkoleniowe w postaci pdf dla uczestników • koszty transportu i noclegów trenerów 	<p>14 522 PLN</p>	<p>17 862 PLN</p>
<p>Dodatkowe spotkania lub follow-upy</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Godzina dodatkowego spotkania z zespołem, konsultacji z liderem lub follow-upujących spotkań 	<p>800 PLN/h (2 trenerów) 400 PLN/h (1 trener)</p>	<p>984 PLN (2 trenerów) 492 PLN (1 trener)</p>

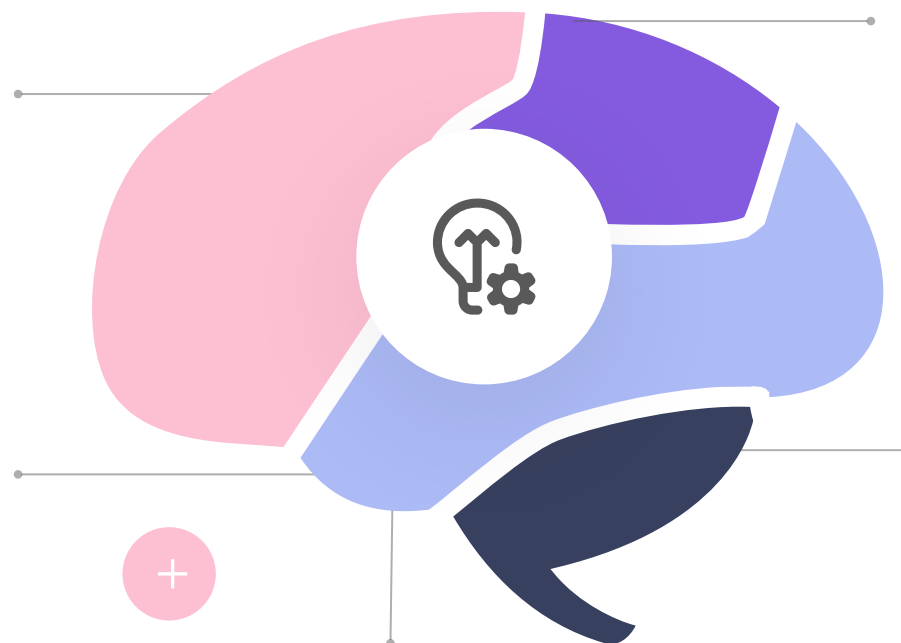
Jak pracujemy?

Praca interdyscyplinarna

- Korzystamy z wielu dziedzin nauki integrując wiedzę na temat człowieka: psychologii, socjologii, pedagogiki, neurobiologii.

Nauka przez doświadczanie

- Stawiamy na naukę w procesie przeżywania nowych tematów i pracy z refleksją nad sobą
 - Zapraszamy do ćwiczeń indywidualnych i grupowych: sesji uważności, pracy w parach, zadań w podgrupach
- Pracujemy zarówno w ruchu jak i w kojącym wyciszeniu



Postulat pozytywności

- Zapraszamy do aktywnej postawy wobec wyzwań i trudności: Zamiast: „*Nie umiem tego i nigdy nie będę umiał*” - „*Jeszcze tego nie umiem, ale mogę się nauczyć*”.

Wiemy jak uczy się mózg

- Wspieramy proces nauki i zmiany nawyków w bezpiecznej psychologicznie atmosferze, poczuciu zaangażowania i sensu
- Stawiamy na poszerzanie strefy komfortu, a nie wychodzenie z niej

Potrzeby

- Pracujemy w oparciu i odpowiedzi na potrzeby grupy
- Praca na potrzebach wzmacnia podmiotowość uczestników ale uczy też jak dbać o siebie zauważać potrzeby innych



Zespół Human Reset + ternerzy współpracujący



01

Katarzyna
Lorkowska

02

Przemek
Dziewitek



Katarzyna Lorkowska

Psychoterapeutka integracyjno-systemowa w certyfikacji, trenerka umiejętności psychospołecznych, coach, facylitatorka, menedżerka, PVI® - pracująca w oparciu o teorię poliwalgalną, praktyczka pracy z traumą metodą Somatic Experiencing Practitioner, specjalistka pracy z odpornością psychiczną oraz była zawodowa tancerka (instruktorka Polskiej Akademii Sportu, absolwentka Broadway Dance Center w Nowym Yorku). Współzałożycielka marki Human Reset. Poprowadziła: (1) ponad 3000 godzin sesji grupowych (na żywo i online) z liderami, zespołami i pracownikami firm większości gałęzi biznesu, (2) ponad 10 000 godzin sesji technik pracy z ciałem (oddech, trening, relacja ciało-umysł-emocje, MBSR, SE, taniec), (3) setki godzin indywidualnych konsultacji i procesów coachingowych (życiowych, biznesowych, transformujących, kryzysowych i przechodzenia przez zmianę) dla liderów, przedsiębiorców, sportowców i klientów indywidualnych.

Na co dzień pomaga wdrażać zdrowie, odporność i dobre relacje na poziom systemu organizacji, zespołu, partnerstwa itp. Wierzy w prostotę, siłę doświadczenia i moc dialogu. Łączy swoje doświadczenie sportowca z wykształceniem psychologicznym, aby w unikalny sposób przedstawiać relację między neurobiologią a zachowaniem, emocjami, potrzebami i przekonaniem. Jej misją jest realne zwiększanie odporności psychicznej, dobrostanu i produktywności w organizacjach poprzez budowanie kultur opartych o człowieka oraz wspieranie liderów, zespoły i pracowników w skutecznym odnajdywaniu się w zmiennym środowisku, dynamicznej pracy i stale rosnących oczekiwaniach. Pracuje w języku polskim i angielskim.

Firmy, dla których realizowała projekty z zakresu współczesnego liderstwa, budowania społeczności, odporności psychicznej, wellbeing'u, zdrowia psychicznego i fizycznego (w tym: wypalenia, uzależnień, interwencji kryzysowej, chronicznego zmęczenia): Arla, Thomson Reuters, BNP Paribas, AMGEN, Refinitiv, LSEG, NIMiT, Thales, TIK TOK, Avon, Shell, Grupa Żywiec, Heineken, XCEEDANCE, T-mobile, Accenture, Kalmar Global, mBANK, OSCE, AstraZeneca, MSD Animal Health, Antalis, AEGON, Intel, Habana, Imperial Tobacco, EFL, Credit Agricole, ING Bank, Korn Ferry, Wiener, BAT, Adamed, Medicover, CBRE, Deloitte. Współpracuje też z NGOS'ami realizując projekty dla Zwolnienia z Teorii, FRD, Fundacja TROP, Fundacja Maraton Warszawski.

[LinkedIn](#)



**Human
Reset**



Przemek Dziewitek

Trener, facylitator, coach, z wykształcenia pedagog i pracownik socjalny. Prowadzi Pracownię Praktyki Autentyczności oraz jest współzałożyciel marki Human Reset. Absolwent VIII edycji Szkoły Liderów Polsko – Amerykańskiej Fundacji Wolności, obecnie członek zespołu trenerskiego Szkoły Liderów. Absolwent XVII edycji Szkoły trenerskiej Stowarzyszenia Trenerów Organizacji Pozarządowych oraz specjalizacji coachingowej Grupy TROP.

Swoje własne doświadczenie liderkie zdobywał jako aktywista lokalny i rzecznik idei partycypacji obywatelskiej. Prowadził Stowarzyszenie Pracownia Obywatelska, które zainicjowało krakowski Budżet Obywatelski i liczne procesy partycypacyjne w samorządzie.

W swojej pracy korzysta z dorobku i doświadczeń psychologii humanistycznej i pozytywnej oraz Metody TROP, by wspierać edukację i rozwój osób dorosłych. Pracuje w modelu sytuacji edukacyjnej, rozwijanym przez ostatnie 40 lat przez Jacka Jakubowskiego. Prowadzi warsztaty i sesje edukacji indywidualnej, zarówno na żywo jak i on-line. Wspiera pracowników, menedżerów, w rozwoju kompetencji podnoszących jakość współpracy: inteligencji emocjonalnej, pracy ze zmianą i w niepewności, rozwijania empowermentu i delegowania, pracy ze zmianą nawyków, pracy z wartościami i wizją, facylitacji, pracy zdalnej w zespołach rozproszonych, uważności.

Specjalizuje się w tematyce Autentyczności, która stanowi bazę dla budowania zdrowych relacji i osiągnięcia spełnienia, zarówno w życiu zawodowym, jak i prywatnym. W swojej autorskiej Pracowni oraz dla organizacji i firm szkoleniowych pracuje metodami warsztatowymi oraz przez sesje indywidualne, szkoląc trenerów, coachów, liderów i pracowników zespołów. Pracował z zespołami takich firm jak: Arla, ABB, AMGEN, mBank, Ernst & Young, Vestas, Fuchs Oil Corporation, Warta, 7R, Prudential, GSBK, Gino Rossi, Platinum Wellness, Interseroh, Międzynarodowe Centrum Kultury, Izba Przemysłowo – Handlowa w Krakowie, Urząd Miasta Gdyni, Urząd Miasta Łodzi, Urząd Miasta Krakowa.

[LinkedIn](#)



**Human
Reset**

Pozostańmy
W
KONTAKCIE!

Osoba odpowiedzialna za szczegóły oferty
Katarzyna Lorkowska



+48 602 104 144



katarzyna.lorkowska@humanreset.pl



<https://humanreset.pl/>



**Human
Reset**