

.....  
(miejscowość i data)

.....  
(pieczęć oferenta)

Lokalna Grupa Działania Ziemia Lubawska  
Wielkie Bałówki 14  
13-306 Kurzętnik

**Oferta cenowa przeprowadzenia treningu umiejętności interpersonalnych i psychospołecznych  
oraz indywidualnych konsultacji psychologicznych  
dla uczestników Klubu Integracji Społecznej**

Nazwa	Ilość	Cena netto	Cena brutto
<p><b>Informacje ogólne dot. treningu umiejętności interpersonalnych i psychospołecznych oraz indywidualnych konsultacji psychologicznych:</b>  Liczba uczestników: 12 osób  w tym: 10 kobiet, 2 mężczyzn  Miejsce organizacji: <u>Wielkie Bałówki 14</u>  Okres realizacji: <u>08.04.2019 r. – 30.04.2019 r.</u></p> <p><b>Zakres treningu umiejętności interpersonalnych i psychospołecznych:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Warsztat: budowa empatii – poznanie i wyrażanie uczuć, obrona swoich praw, umiejętności prospołeczne, wrażliwość na problemy, tolerancja i zrozumienie.</li> <li>• Warsztat umiejętności radzenia sobie z uczuciami – wyrażanie emocji podstawowych i pochodnych, rozpoznawanie emocji, radzenie sobie z negatywnymi uczuciami (złość, agresja).</li> <li>• Stres- jak go pokonać.</li> <li>• Warsztaty krytycznego myślenia: wynikanie logiczne, dedukcja, rozumowanie indukcyjne, manipulacja i chwytorystyczne, błędy logiczne i rozumowanie zawodne, wykrywanie ukrytych założeń i insynuacji, wieloznaczność i chwiejność, demaskowanie perswazji i strategii oszustwa.</li> <li>• Warsztat umiejętności decydowania i rozwiązywania problemów: powszechne błędy decyzyjne, niepewność i ryzyko w procesie podejmowania decyzji, etapy racjonalnego decydowania, kreatywne rozwiązywanie problemów.</li> <li>• Warsztat negocjacji i umiejętności odmawiania: techniki negocjacyjne, manipulacja w negocjacjach, sztuka kompromisu i konsensusu, sztuka przekonywania, sytuacje konfliktowe, poprawa relacji międzyludzkich, komunikacja bez przemocy.</li> <li>• Warsztat umiejętności wzmacniania wiary w siebie, odpowiedzialności i zarządzania zmianą: wzmacnianie wiary w siebie, zarządzanie osobistą zmianą i odpowiedzialność za własne decyzje, odpowiedzialność za własne czyny.</li> <li>• Warsztaty umiejętności komunikacji interpersonalnej: umiejętność porozumiewania</li> </ul>	48 godz.		

<p>się z innymi, mówienie i słuchanie, komunikacja niewerbalna, wpływ społeczny w komunikacji interpersonalnej, skuteczna komunikacja na co dzień.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Warsztat umiejętności poparcia (argumentacja, perswazja i motywacja): skuteczna komunikacja, sztuka argumentacji, motywacja i jej typy, mechanizm motywacyjny, wpływ społeczny, perswazja – krok po kroku, techniki manipulacyjne, techniki obronne.</li> <li>Warsztat – współpraca i praca w grupie: komunikacja w zespole, emocje a praca w zespole, konflikt a praca w zespole, grupowe podejmowanie decyzji.</li> <li>Warsztat umiejętności zarządzania stresem: emocje jako system wczesnego ostrzegania, identyfikacja własnych objawów i źródeł stresu, skutki stresu krótkotrwałego i długotrwałego, naturalne reakcje obronne w sytuacji nadmiernego stresu, rola przekonań w radzeniu sobie ze stresem, techniki skutecznych sposobów diagnozowania i wychodzenia ze stresu krótkotrwałego.</li> </ul> <p><b>Zakres indywidualnych konsultacji psychologicznych:</b> Działania wykorzystujące Dialog Motywujący, który jest opartą na współpracy i skoncentrowaną na osobie formą prowadzenia rozmowy, służącą wydobywaniu i wzmacnianiu motywacji do zmiany.</p> <p><b>Wymogi wobec prowadzącego:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Wykształcenie wyższe psychologiczne,</li> <li>Doświadczenie w pracy z osobami bezrobotnymi *i/lub wykluczonymi społecznie.</li> </ul> <p>Oferent zobowiązany jest do dostarczenia wraz z ofertą kopii dokumentów potwierdzających posiadanie niezbędnych kwalifikacji.</p>	3 godz./os. <b>36 godz.</b>		
<b>Razem:</b>			

.....  
(pieczęć i podpis oferenta)

### OŚWIADCZENIE

Oświadczam, że wyrażam zgodę na przetwarzanie danych mojej firmy oraz oferty cenowej udostępnionych w złożonym przeze mnie formularzu będącym odpowiedzią na zapytanie ofertowe nr ZO/1/KIS/2019 z dnia 03.04.2019 r. dla potrzeb niezbędnych do realizacji przeprowadzenia wyboru wykonawcy, zgodnie z ustawą z dnia 10 maja 2018 r. o ochronie danych osobowych.

Jestem świadom iż ww. dane będą ogólnodostępne i udostępnione na stronie [www.lgdziemialubawska.pl](http://www.lgdziemialubawska.pl)

Podpis