



„Trener Treningu Zastępowania Agresji”

Zostań trenerem Treningu Zastępowania Agresji (ART®)

Rozwijaj profesjonalne kompetencje – wpływaj realnie na zmianę zachowań.

ART to uznany, sprawdzony program oddziaływań wychowawczo-terapeutycznych, który:

- kształtuje umiejętności społeczne i prospołeczne,
- uczy kontroli złości i wyrażania emocji bez przemocy,
- rozwija zdolności moralnego rozumowania i podejmowania odpowiedzialnych decyzji.

Szkolenie trenerskie umożliwia:

- zdobycie praktycznych narzędzi do pracy z osobami przejawiającymi zachowania agresywne,
- samodzielne prowadzenie treningów ART w placówkach resocjalizacyjnych, wychowawczych i środowiskowych,
- poszerzenie warsztatu pracy o metodę cenioną w Polsce i za granicą.

Zdobądź kompetencje trenera ART i dołącz do grona specjalistów, którzy realnie wspierają zmianę postaw i budowanie trwałych kompetencji społecznych u swoich podopiecznych.

Zgłoś się już dziś – Twoje kompetencje mogą zmienić czyjeś życie.

Grupa docelowa:

- osoby aktywne zawodowo na rynku pracy z obszaru edukacji, w tym resocjalizacji chcące podnieść kompetencje zawodowe w ramach wykonywanego zawodu bądź chcące się przekwalifikować, np. kuratorzy sądowi, funkcjonariusze służby więziennej, wychowawcy placówek edukacyjnych i resocjalizacyjnych itd.

Wymagane umiejętności przed szkoleniem:

- zalecane umiejętności przed szkoleniem: umiejętność pracy z grupą, kompetencje komunikacyjne, podstawowa wiedza psychologiczna i pedagogiczna z obszaru pracy z osobami z trudnościami w zachowaniu.

Podstawowe cele szkolenia:

- umiejętność budowania relacji w grupie pozbawionych znamion agresji pozwoli Ci skutecznie realizować stawiane cele wychowawcze,
- konstruktywnie rozwiążesz pojawiające się problemy w grupie włączając w proces samych wychowanków. Poszerzysz tym samym ich kompetencje w tym obszarze.



- skutecznie kontrolując swoją frustrację i gniew wzmocnisz kompetencyjne wychowanków w zakresie radzenia sobie z własną i cudzą złością czy agresją, radzeniem sobie z porażką, wykluczeniem, reagowaniem na zaczepki itd.,
- wzmocnisz kompetencje wychowanków w zakresie konstruktywnego rozwiązywania problemów oraz podejmowania istotnych życiowych decyzji.

Efekty uczenia się:

Po ukończeniu szkolenia uczestnik będzie w stanie:

- Samodzielnie projektować i prowadzić zajęcia według procedury TZA oraz dokonywać ich ewaluacji.
- Wykorzystywać poszczególne moduły: kontroli złości, umiejętności społecznych i wnioskowania moralnego w pracy edukacyjnej i resocjalizacyjnej z młodzieżą i dorosłymi przejawiającymi trudności w zachowaniu.

Program szkolenia:

Moduł 1: Moduł wprowadzający w problematykę pracy z osobami agresywnymi (5h dydaktycznych)

- procesy komunikowania interpersonalnego i społecznego oraz ich prawidłowości i zakłóceń,
- psychologiczne i behawioralne teorie agresji,
- procedura Treningu zastępowania agresji.

Moduł 2: Moduł kontroli złości (10 godzin dydaktycznych)

- narzędzie diagnostyczne – arkusz obserwacji komunikatów atrakcyjnych i awersyjnych,
- narzędzie diagnostyczne – indeks kontroli złości,
- narzędzie diagnostyczne – arkusz samoobserwacji zachowań agresywnych,
- raport kontroli złości,
- trening kontroli złości.

Moduł 3: Moduł umiejętności społecznych (10 godzin dydaktycznych)

- narzędzie diagnostyczne – kwestionariusz umiejętności społecznych,
- indeks wybranych kompetencji społecznych,
- raport wykonywania umiejętności społecznych,
- trening umiejętności społecznych.

Moduł 4: Moduł wnioskowania moralnego (10 godzin dydaktycznych)

- poziomy wnioskowania moralnego,
- umiejętność rozwiązywania problemów,
- raport wnioskowania moralnego,
- trening wnioskowania moralnego.

Moduł 5: Moduł własnej praktyki trenerskiej (36 godzin dydaktycznych)

- kroki trenerskie kontroli złości,
- kroki trenerskie umiejętności społecznych,
- kroki trenerskie wnioskowania moralnego,



- procedura trenerska prowadzenia TZA.

Metody nauczania:

- Wykład konwersatoryjny: procedura Treningu zastępowania agresji (TZA)
- Ćwiczenia laboratoryjne: Trenowanie umiejętności do realizacji TZA
- Ćwiczenia terenowe: Omówienie praktyki własnej

Efekty uczenia się:

Wiedza:

- MP_W01 zna i rozumie procesy komunikowania interpersonalnego i społecznego oraz ich prawidłowości i zakłócenia,
- MP_W02 zna i rozumie psychologiczne i behawioralne teorie agresji,
- MP_W03 zna i rozumie merytoryczne, metodyczne i aksjologiczne podstawy prowadzenia TZA,
- MP_W04 zna i rozumie kroki kontroli złości,
- MP_W05 zna i rozumie umiejętności społeczne TZA,
- MP_W06 zna i rozumie dylemat moralny i metody jego rozwiązywania.

Umiejętności:

- MP_U01 – potrafi wdrażać program zwiększający umiejętności poznawcze i kompetencje społeczne osób agresywnych,
- MP_U02 – potrafi samodzielnie projektować i prowadzić zajęcia według procedury TZA oraz dokonywać ich ewaluacji,
- MP_U03 – potrafi komunikować się z różnymi kręgami odbiorców TZA,
- MP_U04 – potrafi stosować kroki kontroli złości TZA,
- MP_U05 – potrafi dobrać umiejętności prospołeczne do sytuacji i wdrażać procedurę ich trenowania,
- MP_U06 – potrafi budować dylemat moralny i trenować procedurę jego trenowania.

Kompetencje:

- MP_K01 – jest gotowy do posługiwania się uniwersalnymi zasadami i normami etycznymi w działalności zawodowej, kierując się szacunkiem dla każdego człowieka,
- MP_K02 – jest gotowy do porozumiewania się z osobami pochodzącymi z różnych środowisk i o różnej kondycji emocjonalnej, dialogowego rozwiązywania konfliktów oraz tworzenia dobrej atmosfery dla komunikacji w grupie,
- MP_K03 – jest gotowy do profesjonalnego rozwiązywania konfliktów w grupie docelowej.



Fundusze Europejskie
dla Rozwoju Społecznego



Rzeczpospolita
Polska

Dofinansowane przez
Unię Europejską



Forma zaliczenia mikroprogramu (sposób weryfikacji tożsamości i skala ocen lub zaliczenie):

- Warunkiem zaliczenia TZA jest realizacja zleconych zadań treningowych podlegających pomiarowi.

Termin realizacji: czerwiec 2025 – czerwiec 2026 (71 godzin dydaktycznych)

Załóż konto w systemie IRK UKW:

<https://irka.ukw.edu.pl/pl/auth/register/consent/>

Zapisz się:

https://irka.ukw.edu.pl/pl/offer/MIKRO_25/programme/M-TZA/



Harmonogram zajęć:

Grupa 1:

02.06.25- 8:00 – 13:15 (7h dydaktycznych)
09.06.25 – 8:00 – 13:15 (7h dydaktycznych)
08.09.25 – 8:00 - 13:15 (7h dydaktycznych)
15.09.25 - 8:00 - 13:15 (7h dydaktycznych)
06.10.25 - 8:00 - 13:15 (7h dydaktycznych)
13.10.25 - 8:00 - 13:15 (7h dydaktycznych)
12.01.26 - 8:00 - 13:15 (7h dydaktycznych)
19.01.26 - 8:00 - 13:15 (7h dydaktycznych)
02.02.26 - 8:00 - 14:00 (8h dydaktycznych)
23.02.26 - 8:00 - 13:15 (7h dydaktycznych)

Grupa 2:

03.06.25 – 8:00 – 13:15 (7h dydaktycznych)
10.06.25 – 8:00 – 13:15 (7h dydaktycznych)
09.09.25 – 08:00 - 13:15 (7h dydaktycznych)
16.09.25 - 08:00 - 13:15 (7h dydaktycznych)
07.10.25 - 8:00 - 13:15 (7h dydaktycznych)
14.10.25 - 8:00 - 13:15 (7h dydaktycznych)
13.01.26 - 8:00 - 13:15 (7h dydaktycznych)
20.01.26 - 8:00 - 13:15 (7h dydaktycznych)
03.02.26 - 8:00 - 14:00 (8h dydaktycznych)
24.02.26 - 8:00 - 13:15 (7h dydaktycznych)

Grupa 3:

02.06.25- 13:30 – 18:45 (7h dydaktycznych)
09.06.25 – 13:30 – 18:45 (7h dydaktycznych)
08.09.25 – 13:30 – 18:45 (7h dydaktycznych)



Fundusze Europejskie
dla Rozwoju Społecznego



Rzeczypospolita
Polska

Dofinansowane przez
Unię Europejską



15.09.25 - 13:30 – 18:45 (7h dydaktycznych)

06.10.25 - 13:30 – 18:45 (7h dydaktycznych)

13.10.25 - 13:30 – 18:45 (7h dydaktycznych)

12.01.26 – 13:30 - 18:45 (7h dydaktycznych)

19.01.26 – 13:30 - 18:45 (7h dydaktycznych)

02.02.26 – 14:00 - 20:00 (8h dydaktycznych)

23.02.26 – 13:30 - 18:45 (7h dydaktycznych)

Grupa IV

10.06.25 – 09:00-15:00 (7h dydaktycznych)

11.06.25 – 09:00-16:00 (8h dydaktycznych)

12.06.25 – 09:00-16:00 (8h dydaktycznych)

13.06.25 – 09:00-16:00 (8h dydaktycznych)

06-10.25 – 09:00-16:00 (8h dydaktycznych)

07.10.25 – 09:00-16:00 (8h dydaktycznych)

08.10.25 – 09:00-16:00 (8h dydaktycznych)

09.10.25 – 09:00-16:00 (8h dydaktycznych)

10.10.25 – 09:00-16:00 (8h dydaktycznych)

Grupa V

23.06.25 – 09:00-15:00 (7h dydaktycznych)

24.06.25 – 09:00-16:00 (8h dydaktycznych)

25.06.25 – 09:00-16:00 (8h dydaktycznych)

26.06.25 – 09:00-16:00 (8h dydaktycznych)

14.10.25 – 09:00-16:00 (8h dydaktycznych)

15.10.25 – 09:00-16:00 (8h dydaktycznych)

16.10.25 – 09:00-16:00 (8h dydaktycznych)

17.10.25 – 09:00-16:00 (8h dydaktycznych)

18.10.25 – 09:00-16:00 (8h dydaktycznych)

Grupa VI

10.06.25 – 13:00-19:00 (7h dydaktycznych)



Fundusze Europejskie
dla Rozwoju Społecznego



Rzeczpospolita
Polska

Dofinansowane przez
Unię Europejską



11.06.25 – 13:00-20:00 (8h dydaktycznych)

12.06.25 – 13:00-20:00 (8h dydaktycznych)

13.06.25 – 13:00-20:00 (8h dydaktycznych)

02.12.25 – 13:00-20:00 (8h dydaktycznych)

03.12.25 – 13:00-20:00 (8h dydaktycznych)

04.12.25 – 13:00-20:00 (8h dydaktycznych)

05.12.25 – 13:00-20:00 (8h dydaktycznych)

06.12.25 – 13:00-20:00 (8h dydaktycznych)