



KONTEKST·HR

www.konteksthr.pl



KONTEKST·HR

WYPRAWA PO SUKCES W BIZNESIE

ROZWIJANIE ODPORNOŚCI LIDERÓW I ORGANIZACJI
W CZASACH NIEPEWNOŚCI

SPIS TREŚCI

KONTEKST PROGRAMU	4
CEL I GŁÓWNE ZAŁOŻENIA PROGRAMU.....	6
METODA SZKOLENIOWA.....	7
SYMULACJA REALNYCH WARUNKÓW BIZNESOWYCH	9
DLACZEGO SURVIVAL DZIAŁA ŚWIETNIE NA MENEDŻERÓW?	9
KORZYŚCI Z REALIZACJI PROGRAMU.....	10
PRZYKŁADOWY PROGRAM SZKOLENIA.....	11
WYMOGI ORGANIZACYJNO-LOGISTYCZNE	15
INFORMACJE DODATKOWE	16
KONTEKST HR POLSKA	17

KONTEKST PROGRAMU

W dzisiejszych czasach powszechnej niepewności przygotowanie się do sytuacji kryzysowych nie jest już oznaką przesadnej ostrożności, lecz odpowiedzialności i dojrzałości. Żyjemy w świecie, który zmienia się szybciej niż kiedykolwiek wcześniej, a wiele zagrożeń pojawia się nagle i bez ostrzeżenia.

Po pierwsze, **wzrosła nieprzewidywalność otoczenia**. Ekstremalne zjawiska pogodowe, awarie infrastruktury, przerwy w dostawie energii, cyberataki czy kryzysy zdrowotne pokazują, że nawet dobrze zorganizowane systemy mogą czasowo zawieść. Przygotowanie pozwala zminimalizować chaos i podejmować racjonalne decyzje, kiedy liczy się czas.

Po drugie, **wiedza i umiejętności dają poczucie sprawczości**. Osoba przygotowana potrafi zachować spokój, ocenić sytuację i działać, zamiast reagować paniką. To bezpośrednio wpływa na bezpieczeństwo własne oraz innych – rodziny, współpracowników czy lokalnej społeczności.

Po trzecie, **ochrona zdrowia i życia**. Podstawowe umiejętności z zakresu pierwszej pomocy, ewakuacji czy radzenia sobie w warunkach ograniczonych zasobów mogą realnie uratować życie, zanim pojawi się profesjonalna pomoc.

Po czwarte, przygotowanie do sytuacji kryzysowych to także **inwestycja w odporność psychiczną**. Trening w warunkach kontrolowanego stresu uczy podejmowania decyzji pod presją, zarządzania emocjami i adaptacji do zmiennych warunków – kompetencji niezwykle cennych również w życiu zawodowym.

Po piąte, **odpowiedzialne przygotowanie wzmacnia całą organizację**. Im więcej osób potrafi działać samodzielnie i odpowiedzialnie w kryzysie, tym szybciej możliwy jest powrót do normalnego funkcjonowania firmy.

Przygotowanie nie polega na strachu przed przyszłością. Polega na świadomości, że nie na wszystko mamy wpływ, ale możemy mieć wpływ na to, **jak na trudne sytuacje zareagujemy.**



CEL I GŁÓWNE ZAŁOŻENIA PROGRAMU

Kontekst HR Polska przedstawia propozycję programu rozwijającego odporność liderów i organizacji w czasach niepewności, opartego na sztuce przetrwania (survival) pod nazwą „**Wyprawa po sukces w biznesie**”. To nie jest zwykłe szkolenie survivalowe, lecz trening kompetencji biznesowych, gdzie pasywną teorię zastępujemy realnym działaniem w terenie, symulującym prawdziwe wyzwania biznesowe; w którym menedżerowie rozwijają kompetencje przywódcze poprzez działanie w symulowanych warunkach kryzysowych, a następnie przekładają zdobyte wnioski na realia swojej pracy.

Zaprezentowaną koncepcję proszę potraktować jako propozycję wstępną, która może ulec zmianie zgodnie z Państwa oczekiwaniami wyrażonymi w dalszym etapie przygotowań projektu.

Celem programu jest rozwinięcie u menedżerów kompetencji przywódczych niezbędnych do skutecznego działania w warunkach niepewności, presji i zmian rynkowych poprzez wykorzystanie narzędzi sztuki przetrwania (survivalu).



METODA SZKOLENIOWA

Metoda opiera się na uczeniu przez doświadczenie, w którym menedżerowie rozwijają kompetencje przywódcze poprzez działanie w symulowanych warunkach kryzysowych, a następnie przekładają zdobyte wnioski na realia biznesowe.

Szkolenia wykorzystują metodę **uczenia przez doświadczenie (experiential learning)**, w której uczestnicy zdobywają wiedzę poprzez **realne działanie w symulowanych warunkach niepewności, presji i ograniczonych zasobów**.

Kluczową zasadą metody jest przejście od doświadczenia poprzez wyciąganie wniosków i głębszą refleksję, aż po zastosowanie w biznesie.

Uczestnicy nie uczą się z prezentacji, ale poprzez:

- zadania terenowe,
- symulacje kryzysowe,
- scenariusze decyzyjne,
- wyzwania zespołowe inspirowane survivaliem.

Każde zadanie:

- ma jasno określony cel,
- zawiera element niepewności,
- wymaga współpracy i przywództwa.

4. Zastosowanie w biznesie

Dotarcie do celu – praktyczne wykorzystanie nowej wiedzy w codziennych operacjach firmy i wdrożenie konkretnych zmian.

3. Refleksja

Przystanek na analizę – przyjrzenie się sytuacji z różnych perspektyw i wyciągnięcie wartościowych spostrzeżeń.

2. Wnioski

Planowanie trasy – przekucie obserwacji w ogólne zasady i teorie gotowe do użycia w przyszłości.

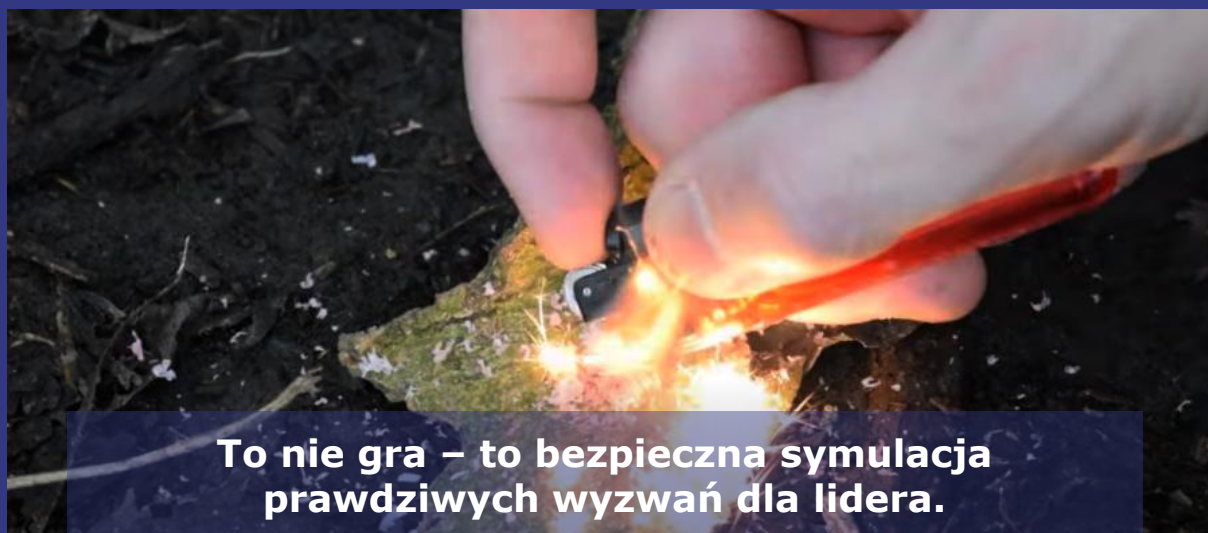
1. Doświadczenie

Punkt wyjścia – bezpośrednie uczestnictwo w konkretnym zdarzeniu lub podjęcie działania w kontekście zawodowym.

SYMULACJA REALNYCH WARUNKÓW BIZNESOWYCH

Nasze szkolenia nie są po prostu grą, ale bezpieczną symulacją prawdziwych wyzwań, przed którymi stają liderzy. Warunki survivalowe są metaforą rzeczywistości organizacyjnej z takimi elementami, jak: ograniczony czas, niepełne informacje, presja wyniku czy zmieniające się warunki.

Dzięki udziałowi w symulacjach uczestnicy doświadczają własnych reakcji na stres, widzą swoje rzeczywiste style przywództwa i uczą się podejmować decyzje w sytuacji chaosu.



Trener nie podaje gotowych rozwiązań, lecz projektuje środowisko, w którym uczestnicy muszą działać samodzielnie; pełni rolę **facylitatora procesu**, a nie wykładowcy:

- obserwuje zachowania uczestników,
- zadaje pytania pogłębiające,
- pomaga wydobyć wnioski z doświadczeń,
- nie ocenia i nie moralizuje, tylko nakłania do refleksji.

KORZYŚCI Z REALIZACJI PROGRAMU

Lepsze decyzje podejmowane pod presją i w niepewności – menedżerowie uczą się działać w warunkach ograniczonych informacji, czasu i zasobów, czyli dokładnie tak, jak w realnym biznesie.



Nie czekaj, aż sukces wyciągnie do ciebie rękę, ale ty wyciągnij rękę po sukces.

Wzrost odporności psychicznej i redukcja wypalenia – warunki survivalowe w kontrolowany sposób konfrontują uczestników z dyskomfortem, stresem i zmęczeniem.

W survivalu lider jest widoczny tu i teraz – nie schowa się za stanowiskiem.

Lepsza współpraca i komunikacja w zespołach – zadania survivalowe są niemożliwe do wykonania w pojedynkę.

Survival bardzo jasno pokazuje związek: decyzja → działanie → konsekwencje – nie ma procedury, którą można się zasłonić.

PRZYKŁADOWY PROGRAM SZKOLENIA

Treści programu „**Wyprawa po sukces w biznesie**” ujęte są w dziesięciu obszarach tematycznych:

- 1) psychologia przetrwania,
- 2) plecak ewakuacyjny (ucieczkowy),
- 3) nawigacja i orientacja w terenie,
- 4) zakładanie obozowiska,
- 5) uzdatnianie wody,
- 6) rozpalanie ognia,
- 7) praca nożem, siekierą i piłą,
- 8) pierwsza pomoc medyczna,
- 9) sygnalizacja i komunikacja kryzysowa,
- 10) symulacje awaryjne i testy odporności psychicznej.

Proponowane przez nas treści mogą stanowić program jedno-, dwu- lub wielodniowego szkolenia lub – odpowiednio okrojone oraz dopasowane do Państwa potrzeb i zakładanych celów – kilkugodzinnych zajęć.

Psychologia przetrwania



- Czym jest silna wola? Jaką rolę odgrywa w procesie podejmowania odpowiedzialności i nastawieniu na cel?
- Reakcja na stres.
- Jak opanować stres? Techniki radzenia sobie ze stresem.
- Podejmowanie decyzji pod presją.
- Znaczenie wcześniejszego przygotowania.
- Jasne myślenie w obliczu trudnych sytuacji.
- Zasada trójki.
- Metoda STOPPLAN.

Plecak ewakuacyjny (ucieczkowy)



- Czym jest plecak ewakuacyjny (BOB – *bug out bag*)?
- Kiedy może być potrzebny?
- Zasada 72 godzin samowystarczalności.
- Wyposażenie plecaka ewakuacyjnego.
- Organizacja i pakowanie.
- Dobór odpowiedniego plecaka (pojemność, ergonomia).
- Rozmieszczenie ciężaru.
- Minimalizm versus komfort.

Nawigacja i orientacja w terenie



- Orientacja w terenie, czyli jak się nie pogubić.
- Kierunki świata i azymut.
- Określanie kierunków świata różnymi metodami (busola, przedmioty terenowe, gwiazdy, zegarek).
- Rodzaje map.
- Czytanie znaków topograficznych.
- Skala mapy i obliczanie odległości.
- Orientowanie mapy i wyznaczanie swojej pozycji.
- Planowanie trasy i ocena odległości.
- Bezpieczne poruszanie się w nieznanym terenie.

Zakładanie obozowiska



- Wybór miejsca obozu – analiza terenu, położenie, zagrożenia naturalne i nie tylko.
- Ochrona przed wiatrem i opadami atmosferycznymi.
- Organizacja przestrzeni obozu – strefy obozowe.
- Budowanie schronienia (rozstawianie namiotu, tarp, hamak i proste konstrukcje biwakowe).
- Izolacja od podłoża.
- Higiena i sanitarne minimum.
- Procedury w razie nagłej ewakuacji.

Uzdatnianie wody



- Po pierwsze: dostęp do wody.
- Zasady bezpieczeństwa przy pozyskiwaniu wody.
- Gdzie znaleźć wodę? Metody pozyskiwania wody w przyrodzie.
- Eliminacja zanieczyszczeń biologicznych i mechanicznych – techniki filtracji i uzdatniania wody.

Rozpalanie ognia



- Wybór miejsca na ognisko.
- Zasady bezpieczeństwa przeciwpożarowego.
- Rodzaje ognisk.
- Gdzie znaleźć paliwo na ognisko?
- Przygotowanie rozpałki.
- Sposoby rozpalania ognia (zapałki, krzesiwo, systemy zapalające itp.).
- Gotowanie w warunkach polowych (ognisko, kuchnia polowa, świece biwakowe).
- Mycie naczyń i sprzętu w warunkach obozowych.

Praca nożem, siekierą i piłą



- Zasady bezpieczeństwa pracy z narzędziami.
- Stabilna pozycja ciała i pełna kontrola ruchów.
- Zasada kręgu bezpieczeństwa.
- Środki ochrony indywidualnej.
- Rodzaje noży i ich przeznaczenie.
- Chwyt podstawowy i techniki strugania.
- Batonowanie drewna.
- Praca piłą i siekierą.
- Ostrzenie narzędzi.

Pierwsza pomoc medyczna



- Bezpieczeństwo własne i poszkodowanego.
- Ocena zagrożeń w miejscu zdarzenia.
- Zachowanie spokoju i organizacja działań.
- Kolejność postępowania (ABCDE).
- Sprawdzanie przytomności, oddechu i stanu krążenia.
- Prawidłowe ułożenie poszkodowanego.
- Kompresje klatki piersiowej – technika i tempo.
- Sztuczne oddychanie (ustno-nosowe, ustno-ustne). Kiedy stosować?
- Użycie AED (automatycznego defibrylatora zewnętrznego).
- Najczęstsze urazy (skaleczenia, rany cięte, oparzenia, złamania, odmrożenia i hipotermia).
- Podstawy tamowania krwotoków.
- Postępowanie i ochrona przed zakażeniem.
- Organizacja pomocy w terenie.

Sygnalizacja i komunikacja kryzysowa



- Sytuacje wymagające wezwania pomocy.
- Zasada widoczności i rozpoznawalności – kolorystyka i kontrast.
- Zachowanie zasad bezpieczeństwa przy wysyłaniu sygnału.
- Wzór komunikatu ratunkowego.
- Wykorzystanie naturalnego ukształtowania terenu.
- Sygnalizacja wizualna – tradycyjne sygnały SOS, latarki, lustra, ogień, dym, flagi, gwizdki.
- Alfabet Morse’a.
- Łączność elektroniczna.
- Zużycie baterii i utrata zasięgu.

Symulacje awaryjne i testy odporności psychicznej



- Praktyczne testy procedur i własnej odporności psychicznej prowadzone w bezpiecznych, ale trudnych warunkach.

WYMOGI ORGANIZACYJNO-LOGISTYCZNE

Szkolenia „**Wyprawa po sukces w biznesie**” rozwijające odporność liderów i organizacji w czasach niepewności oparte na sztuce przetrwania (survival) mogą być realizowane zarówno w hotelach położonych poza miastami, z rozległymi terenami zielonymi (najlepiej lasem) i miejscem ogniskowym do dyspozycji, jak i w warunkach obozowych (noclegi w bazach leśnych pod namiotami lub tarpami).

Grupy szkoleniowe nie powinny być liczniejsze niż 10 osób.

Kontekst HR Polska zapewnia podstawowe wyposażenie do przeprowadzenia szkolenia „**Wyprawa po sukces w biznesie**”, wyłączając sprzęt osobisty, taki jak np. śpiwory itp.

Istnieje także możliwość zakupu specjalnych plecaków ewakuacyjnych dla uczestników szkolenia.

Koszt szkolenia uzależniony jest od liczby uczestników, czasu trwania i miejsca szkolenia. Zapraszamy do kontaktu.

INFORMACJE DODATKOWE

Mam nadzieję, że niniejsza oferta spotka się z Państwa zainteresowaniem. W razie jakichkolwiek pytań lub wątpliwości zapraszam do bezpośredniego kontaktu:

- telefon komórkowy: 501 245 028,
- adres e-mail: robert.bokacki@konteksthr.pl,
- 22 852 79 57 (biuro Kontekst HR Polska).

Szczegółowe informacje o Kontekst HR Polska oraz życiorysy konsultantów zamieszczone są na www.konteksthr.pl.

Łączę wyrazy szacunku!

Robert St. Bokacki
wiceprezes zarządu, CEO
Kontekst HR Polska



Kontekst HR Polska Sp. z o.o.
siedziba spółki: Czarnów, adres biura: ul. Pawia 5, 05-510 Konstancin-Jeziorna
Spółka wpisana jest do rejestru przedsiębiorców prowadzonego przez Sąd Rejonowy dla m.st. Warszawy w Warszawie,
XIII Wydział Gospodarczy Krajowego Rejestru Sądowego pod numerem KRS 0000171896,
NIP 123 10 00 957, wysokość kapitału zakładowego 70 000,00 zł

KONTEKST HR POLSKA

**Naszą misją jest dostarczanie klientom rozwiązań
zwiększających efektywność biznesową
poprzez pełniejsze zaangażowanie potencjału ludzkiego organizacji.**

Oferujemy kompleksowy system rozwoju kompetencji menedżerów i pracowników oparty na diagnozie potrzeb, dopasowaniu działań rozwojowych, połączony z permanentnym badaniem efektywności.

Prowadzimy szkolenia, coachingi, wystąpienia motywacyjne i e-learning, realizujemy projekty doradcze i badawcze w obszarze HR oraz umiejętności miękkich.

Jesteśmy praktykami; dzielimy się z klientami wiedzą i umiejętnościami zdobytymi podczas pracy zawodowej oraz we współpracy z różnymi organizacjami, w różnych sektorach rynku. Stale rozwijamy nasze know-how, doskonalimy narzędzia badawcze, konsultingowe i szkoleniowe. Nasi senior konsultanci są certyfikowanymi coachami International Coaching Community.

Kontekst HR Polska Sp. z o.o. działa od 2003 roku. Rocznie przeprowadzamy około tysiąca dni szkoleniowych dla 5 tys. osób. Średnia ocena naszych szkoleń (w skali pięciopunktowej) wynosi 4,74, zaś konsultantów 4,87. Mamy doświadczenie w pracy na rynkach: polskim, brytyjskim, ukraińskim i rosyjskim. Kontekst HR Polska jest członkiem-założycielem Polskiej Izby Firm Szkoleniowych.

Specjalnie dla naszych klientów mamy program



Zakres naszych szkoleń ujęliśmy w konteksty: • przywództwa, • zarządzania, • coachingu, mentoringu i szkoleń, • zespołu, • sprzedaży, obsługi klienta i negocjacji, • zarządzania projektami, • osobistej efektywności.

Naszymi innowacyjnymi autorskimi produktami są m.in.



Więcej informacji na www.konteksthr.pl