

# Centralny Ośrodek Szkolenia Straży Granicznej w Koszalinie

<https://cos.strazgraniczna.pl/cos/aktualnosci/47431,Daj-zawsze-dobra-informacje-prasowa.html>  
2023-01-30, 08:25

## Daj zawsze dobrą informację prasową

---

Mariusz Makara  
12.09.2022

---

„Ludzie zapamiętują ok. 10 % tego co przeczytali, dwa razy więcej, jeżeli to usłyszeli i trzykrotnie więcej, jeśli to zobaczyli. W ich pamięci zostaje jednak aż 70% tego, co zobaczyli i jednocześnie usłyszeli.”

W dniach 6 - 9 września 2022 r. w Centralnym Ośrodku Szkolenia Straży Granicznej w Koszalinie spotkali się m.in. komendanci i zastępcy komendantów Placówek Straży Granicznej I kat., by wziąć udział w szkoleniu pt. „Zarządzanie informacją o charakterze wrażliwym w kontekście kreowania wizerunku Straży Granicznej”, odbywającym się w ramach projektu NMF *„Wzmocnienie potencjału Straży Granicznej w realizacji ustawowych zadań służbowych w obszarze współpracy międzynarodowej, transgranicznego przemieszczania odpadów oraz zwalczania przestępczości zorganizowanej”* .

Uczestnicy szlifowali kompetencje i umiejętności w zakresie wystąpień publicznych ukierunkowanych na dobrą i skuteczną współpracę z mediami, a co za tym idzie na pozytywny odbiór opinii publicznej, pogłębiając je między innymi o zagadnienia, takie jak:

- konstruowanie przemówienia publicznego,
- wywieranie zamierzonego wrażenia za pomocą komunikatu autoprezentacyjnego w sytuacjach publicznych,
- spójny komunikat dla dziennikarzy z uwzględnieniem różnic w budowaniu przekazu do różnych mediów,
- przedstawianie sukcesów i porażek,
- zasady kreowania marki instytucji w komunikacji zewnętrznej,
- komunikacja kryzysowa i strategię reagowania na sytuacje kryzysowe,
- techniki utrzymywania kontroli nad przekazem,
- zarządzanie sytuacjami trudnymi wizerunkowo,
- podstawy pracy z kamerą,
- dykcja, artykulacja i mowa ciała.

Przed kamerą w szkoleniowym studio radiowo-telewizyjnym ćwiczą również pod krytycznym okiem profesjonalistów rozmowy z nieprzychylnie nastawionym

dziennikarzem.

Trzydziestu uczestników reprezentujących Bieszczadzki, Nadwiślański, Nadbużański i Podlaski Oddział SG, Komendę Główną SG i Centralny Ośrodek Szkolenia SG w Koszalinie, po 4 dniach intensywnej pracy zostało przygotowanych do realizacji samodzielnych i odpowiedzialnych wystąpień publicznych, również z udziałem mediów.

Szkolenie prowadzili wybitni i kompetentni w obszarze komunikacji z mediami trenerzy Centrum Edukacji Medialnej Polskiego Radia – Jacek Mroczek i Jacek Cholewiński.

*Opracowanie: T. Zajęcka-Masina*



Wzmocnienie potencjału SG w realizacji ustawowych zadań służbowych w obszarze współpracy międzynarodowej, transgranicznego przemieszczania odpadów oraz zwalczania przestępczości zorganizowanej" – finansowanego ze środków Norweskiego Mechanizmu Finansowego 2014-2021

---

Always provide a good press release

*"People remember about 10% of what they read, twice as much if they heard it and three times more if they saw it. However, as much as 70% of information remains in their memory provided they hear and see it at the same time."*

On 6-9 September 2022, at The Main Border Guard Training Centre in Koszalin, there

was an implementation of training "Managing sensitive information in the context of creating the image of the Border Guard", under NMF project "Strengthening the potential of the Border Guard in the implementation of statutory official tasks in the field of international cooperation, cross-border shipment of waste and combating organized crime". The group of participants consisted of BCP's commanding officers. They improved their skills in the field of public speaking, good and effective cooperation with the media, and creation a positive perception of public opinion. The particular elements of the training were:

- constructing a public speech,
- making the intended impression by means of a self-presentation message in public situations,
- a coherent message for journalists, taking into account the differences in building a message to different media,
- presenting successes and failures,
- institution branding principles in external communication,
- crisis communication and strategies to respond to crisis situations,
- techniques for maintaining control over the message,
- managing difficult image situations,
- basics of working with the camera,
- diction, articulation and body language.

Participants trained in front of the camera, in the radio and television simulated situation. They carried out interviews and conversations with inquisitive journalist which was evaluated by professionals.

Thirteen participants from Bieszczadzki, Nadwiślański, Nadbużański and Podlaski BG Unit, BGHQ and The Main BG Training Centre in Koszalin, after 4 days of intensive work, were prepared for independent implementation and effective public speaking.

The training was conducted by Jacek Mroczek and Jacek Cholewiński, coaches from the Polish Radio Media Education Centre, who were outstanding and competent in the area of communication with the media.



Project no. NMF/PA20/003 Strengthening the potential of the Border Guard in the implementation of statutory official tasks in the area of international cooperation, cross-border transfer of waste and combating organized crime, implemented under the Norway Grants for 2014-2021