

**Uniwersytet  
SWPS**

Uniwersytet SWPS



## Studia podyplomowe SOPOT: Coaching z elementami psychologii

Numer usługi 2024/04/30/14313/2139058

📍 Sopot / mieszana (stacjonarna połączona z usługą zdalną w czasie rzeczywistym)

📖 Studia podyplomowe

🕒 219 h

📅 01.10.2024 do 28.02.2026

**11 100,00 PLN** brutto

11 100,00 PLN netto

50,68 PLN brutto/h

50,68 PLN netto/h

## Informacje podstawowe

**Kategoria**

Zdrowie i medycyna / Psychologia i rozwój osobisty

**Sposób dofinansowania**wsparcie dla osób indywidualnych  
wsparcie dla pracodawców i ich pracowników**Grupa docelowa usługi**

Zapraszamy osoby, które interesują się praktycznym zastosowaniem psychologii we wspieraniu ludzi w rozwoju umiejętności, wprowadzaniu zmian i osiągnięciu celów.

Nie każdy chce być profesjonalnym coachem i prowadzić formalne sesje. Dlatego program został opracowany również z myślą o osobach, które zamierzają jedynie wykorzystywać elementy coachingu w swojej pracy. To studia dla:

- dyrektorów i menedżerów
- specjalistów HR
- doradców zawodowych
- trenerów biznesu
- trenerów sportu
- fizjoterapeutów
- nauczycieli
- dietetyków
- przedstawicieli handlowych
- konsultantów

**Minimalna liczba uczestników**

1

**Maksymalna liczba uczestników**

24

**Data zakończenia rekrutacji**

30-09-2024

**Forma prowadzenia usługi**

mieszana (stacjonarna połączona z usługą zdalną w czasie rzeczywistym)

Liczba godzin usługi	219
Podstawa uzyskania wpisu do BUR	art. 163 ust. 1 ustawy z dnia 20 lipca 2018 r. Prawo o szkolnictwie wyższym i nauce (t.j. Dz. U. z 2023 r. poz. 742, z późn. zm.)
Zakres uprawnień	Studia podyplomowe

## Cel

### Cel edukacyjny

Celem studiów jest rozwinięcie umiejętności prowadzenia coachingu oraz postawy coacha. Studia przygotowują do korzystania z narzędzi i technik coachingowych. Ponieważ nie każdy uczestnik programu chce być profesjonalnym coachem i prowadzić formalne sesje, dlatego zajęcia zostały przygotowane również z myślą o osobach, które w swojej pracy zamierzają wykorzystywać tylko pewne elementy coachingu.

### Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
<p>WIEDZA: zasady coachingu; zasady budowania relacji; wiedza z zakresu wywierania wpływu; jakie narzędzia stosuje się w coachingu; jakie mechanizmy psychologiczne wykorzystują narzędzia coachingu; jakie ograniczenia wiążą się ze stosowaniem narzędzi coachingu; jak mierzyć motywację; znajomość czynników, które wpływają na motywację; znajomość czynników, które mogą utrudniać wprowadzanie zmian i osiąganie celów jak udzielać informacji zwrotnych; jak przyjmować informację zwrotną; jak rozwijać swoje umiejętności jak przygotować wystąpienie; jak zaangażować uczestników spotkania do aktywności w czasie warsztatu; na co zwracać uwagę występując publicznie przed większą grupą; wiedza wynikająca z opracowywania narzędzia do coachingu; jakie narzędzia hr należy uwzględnić prowadząc coaching w organizacji; jak integrować cele organizacji i cele indywidualne pracowników; jak przygotować się i co wziąć pod uwagę ustalając zakres współpracy coachingowej z organizacją.</p>	<p>Zgodność z celami i standardami: Sprawdzenie, czy osiągnięcia osoby studiującej są zgodne z wcześniej określonymi celami edukacyjnymi i standardami nauczania.</p> <p>Jasność i precyzja: Ocenianie czy osiągnięcia osoby studiującej są jasne, konkretne i precyzyjne, czyli czy pokazują rzeczywiste zrozumienie i opanowanie materiału.</p> <p>Zastosowanie w praktyce: Ocena zdolności osoby studiującej do zastosowania nabytej wiedzy i umiejętności w praktycznych sytuacjach lub zadaniach.</p> <p>Interakcja i komunikacja: Analiza umiejętności osoby studiującej w komunikacji i współpracy z innymi, zarówno w kontekście edukacyjnym, jak i społecznym.</p>	Test teoretyczny
		Prezentacja

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
<p><b>UMIEJĘTNOŚCI:</b> budowanie relacji opartej na zaufaniu i zrozumieniu, zachowywanie neutralności w ocenie, określanie swojej roli w relacji stosowanie narzędzi i technik, dostosowywanie narzędzi i technik do potrzeb rozmówcy, pomiar motywacji, pomiar postępów, kierowanie uwagi na czynniki mobilizujące do działania udzielanie informacji zwrotnej, przyjmowanie informacji zwrotnej, układanie planu rozwijania kompetencji wystąpienia publiczne, przygotowanie materiałów dla uczestników warsztatów, samodzielne konstruowanie narzędzi coachingowych, przeprowadzenie rozmowy wstępnej dot. coachingu, określenie celu, planu spotkań i liczby sesji, korzystanie z wniosków wynikających z narzędzi hr, przygotowanie propozycji coachingu, podsumowanie w postaci raportu.</p>	<p>Zgodność z celami i standardami: Sprawdzenie, czy osiągnięcia osoby studiującej są zgodne z wcześniej określonymi celami edukacyjnymi i standardami nauczania. Jasność i precyzja: Ocenianie czy osiągnięcia osoby studiującej są jasne, konkretne i precyzyjne, czyli czy pokazują rzeczywiste zrozumienie i opanowanie materiału. Zastosowanie w praktyce: Ocena zdolności osoby studiującej do zastosowania nabytej wiedzy i umiejętności w praktycznych sytuacjach lub zadaniach. Interakcja i komunikacja: Analiza umiejętności osoby studiującej w komunikacji i współpracy z innymi, zarówno w kontekście edukacyjnym, jak i społecznym.</p>	<p>Test teoretyczny</p> <p>Prezentacja</p>
<p><b>KOMPETENCJE SPOŁECZNE:</b> słuchanie, określanie potrzeb, upewnianie się, prezentowanie i argumentowanie swoich rozwiązań współpraca w zespole, rozwiązywanie konfliktów, planowanie pracy zespołu, uwzględnianie w swoich zadaniach innych osób, pomaganie innym, odpowiedzialność za zadanie udzielanie informacji zwrotnej, przyjmowanie informacji zwrotnej okazywanie zainteresowania, poszukiwanie rozwiązań, szanowanie autonomii i odmiennego zdania słuchanie, doprecyzowanie potrzeb, zwracanie uwagi na potrzeby innych, doprecyzowywanie, parafrazowanie.</p>	<p>Zgodność z celami i standardami: Sprawdzenie, czy osiągnięcia osoby studiującej są zgodne z wcześniej określonymi celami edukacyjnymi i standardami nauczania. Jasność i precyzja: Ocenianie czy osiągnięcia osoby studiującej są jasne, konkretne i precyzyjne, czyli czy pokazują rzeczywiste zrozumienie i opanowanie materiału. Zastosowanie w praktyce: Ocena zdolności osoby studiującej do zastosowania nabytej wiedzy i umiejętności w praktycznych sytuacjach lub zadaniach. Interakcja i komunikacja: Analiza umiejętności osoby studiującej w komunikacji i współpracy z innymi, zarówno w kontekście edukacyjnym, jak i społecznym.</p>	<p>Test teoretyczny</p> <p>Prezentacja</p>

## Kwalifikacje

### Inne kwalifikacje

#### Uznane kwalifikacje

Pytanie 2. Czy dokument został wydany przez organy władz publicznych lub samorządów zawodowych na podstawie ustawy lub rozporządzenia?

Świadectwo ukończenia studiów podyplomowych zgodne z przepisami określonymi w Ustawie z dnia 20 lipca 2018 r. - Prawo o szkolnictwie wyższym i nauce.

## Informacje

<b>Podstawa prawna dla Podmiotów / kategorii Podmiotów</b>	uprawnionych do wydawania dokumentów potwierdzających uzyskanie kwalifikacji, w tym w zawodzie
<b>Nazwa/Kategoria Podmiotu prowadzącego walidację</b>	Uniwersytet SWPS
<b>Podmiot prowadzący walidację jest zarejestrowany w BUR</b>	Tak
<b>Nazwa/Kategoria Podmiotu certyfikującego</b>	Uniwersytet SWPS
<b>Podmiot certyfikujący jest zarejestrowany w BUR</b>	Tak

## Program

Program trwa 3 semestry i obejmuje **219 godzin** zajęć. Składa się z dwóch bloków.

**BLOK PSYCHOLOGIA** Aktualna i sprawdzona naukowo wiedza, która pomaga zrozumieć procesy psychologiczne mające wpływ na rozwój umiejętności, wprowadzania zmian i osiągnięcie celów (68 godz.).

Przedmioty:

**Rola emocji w funkcjonowaniu człowieka (8 godz.)** m.in.: czym są emocje i jak je rozumieć; emocje podstawowe i pochodne i ich znaczenie dla funkcjonowania podmiotu; różnice indywidualne w reagowaniu emocjonalnym

**Psychologia różnic indywidualnych (8 godz.)** m.in.: czym są cechy, style i typy; potoczne a naukowe spojrzenie na cechy i typy osobowości; dwie domeny osobowości; temperament jako źródło różnic w odporności człowieka na stres; ogólne modele osobowości

**Coaching i psychoterapia (8 godz.)** m.in.: zdrowie psychiczne; norma i patologia; charakterystyka człowieka zdrowego psychicznie; klasyfikacje chorób psychicznych; diagnoza

**Psychologia pozytywna (8 godz.)** m.in.: podstawowe pojęcia; teoretyczne podstawy psychologii pozytywnej, wybrane koncepcje i uwarunkowania jakości życia; biologiczne podstawy dobrostanu; psychologia pozytywna a kształtowanie własnego życia

**Psychologia społeczna (8 godz.)** m.in.: norma a patologia; mechanizmy rozumienia siebie i innych; postawy i zmiany postaw; atrakcyjność interpersonalna; zachowanie prospołeczne, wpływ społeczny

**Techniki wywierania wpływu (8 godz.)** m.in.: psychologiczne mechanizmy wywierania wpływu; efektywność technik wywierania wpływu; wybrane techniki; możliwości przeciwstawienia się technikom

**Mózg w działaniu (8 godz.)** m.in.: rozwój mózgu i umysłu człowieka; umysł predyktywny; poznanie, emocje i motywacja w świetle teorii umysłu predyktywnego; work-life balance w świetle badań neurokognitywnych

**Stres zawodowy i wypalenie (8 godz.)** m.in.: źródła stresu; oznaki i konsekwencje stresu; strategie zapobiegania i radzenia sobie ze stresem; co to jest syndrom wypalenia zawodowego; czy każdy narażony jest na wypalenie; przykłady interwencji

**Człowiek w relacji z naturą (4 godz.)**

**BLOK PRAKTYKA COACHINGU** Rozwijanie postawy i umiejętności coachingowych. Przygotowanie do korzystania z technik i narzędzi oraz samodzielnego prowadzenia sesji. W programie zajęcia praktyczne, podczas których studenci ćwiczą prowadzenie sesji, stosowanie narzędzi oraz planowanie i prowadzenie procesu coachingu (143 godziny).

**Wprowadzenie do coachingu (18 godz.)** m.in.: etyka zawodowa coacha; podstawowe wyzwania i trudności w pracy coacha; standardy i kompetencje coacha

**Prowadzenie coachingu (18 godz.)** m.in.: wyznaczanie celów i planu działania; monitorowanie postępów; ocena rezultatów poszczególnych spotkań i procesu coachingu

**Kompetencje coacha (12 godz.)** m.in.: prowadzenie coachingu, proces coachingu, narzędzia pracy coacha

**Rozwój kompetencji coacha (18 godz.)** rozwijanie warsztatu coacha poprzez wymianę doświadczeń, ćwiczenie technik i uczenie się korzystania z narzędzi

**Narzędzia wykorzystywane w coachingu (18 godz.)** nauka stosowania narzędzi i technik coachingowych; korzyści i ograniczenia wiążące się ze stosowaniem poszczególnych technik i narzędzi; dostosowanie rozwiązań do konkretnych sytuacji

**Doskonalenie umiejętności coachingu (52 godz.)** wzmocnienie umiejętności korzystania z umiejętności coachingowych

**Wykorzystanie coachingu w specjalizacjach zawodowych (8 godz.)**

**Superwizje indywidualne (1 godz.)**

Z ważnych przyczyn Centrum Studiów Podyplomowych i Szkoleń może dokonać zmian w programie i kadrze studiów.

#### Organizacja nauki

Czas trwania: trzy semestry - 219 godzin dydaktycznych, liczba możliwych punktów do zdobycia ECTS: 45. Zjazdy odbywają się w soboty i niedziele.

Harmonogram usługi może obejmować przerwy kawowe i obiadowe. Godzina dydaktyczna trwa 45 minut. Szczegóły realizacji poszczególnych zjazdów (godziny realizacji, przedmioty, prowadzący) wskazane są w harmonogramie, który udostępniany jest słuchaczom nie później niż na 2 tygodnie przed rozpoczęciem zajęć.

Jako osoby prowadzące zajęcia wymieniona jest część kadry dydaktycznej kierunku.

**Studia będą się odbywać w formie mieszanej.** Część zajęć odbywa się stacjonarnie w wyznaczonym miejscu, drugą część trener prowadzi na żywo poprzez komunikator.

Szczegółowe informacje na temat kierunku znajdują Państwo pod <https://swps.pl/oferta/sopot/podyplomowe/psychologia-psychoterapia/coaching>

Uniwersytet SWPS zajęcia zdalne prowadzi poprzez narzędzia Google Meet i Google Classroom.

## Harmonogram

Liczba przedmiotów/zajęć: 0

Przedmiot / temat zajęć	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin	Forma stacjonarna
Brak wyników.					

## Cennik

### Cennik

Rodzaj ceny	Cena
Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	11 100,00 PLN
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	11 100,00 PLN
Koszt osobogodziny brutto	50,68 PLN
Koszt osobogodziny netto	50,68 PLN
W tym koszt walidacji brutto	0,00 PLN
W tym koszt walidacji netto	0,00 PLN
W tym koszt certyfikowania brutto	0,00 PLN
W tym koszt certyfikowania netto	0,00 PLN

## Prowadzący

Liczba prowadzących: 3



1 z 3

### dr Łukasz Lach

Adiunkt na Uniwersytecie SWPS, Wydział Zamiejscowy w Poznaniu. Pracuje w katedrze psychologii różnic indywidualnych i diagnozy psychologicznej. Zajmuje się badaniami nad różnicami indywidualnymi, ze szczególnym uwzględnieniem moderatorów wpływu cech na zachowanie.

Prowadzi: Psychologia różnic indywidualnych.



2 z 3

### prof. dr hab. Dariusz Doliński

Jeden z najbardziej cenionych psychologów społecznych w Polsce. Zajmuje się psychologią zachowań społecznych, psychologią emocji i motywacji. Analizuje techniki wpływu społecznego, mechanizmy ulegania wobec zewnętrznego nacisku i manipulacji społecznej. Interesuje się psychologicznymi aspektami marketingu i reklamy.

Jest autorem licznych projektów naukowych, badań eksperymentalnych i teorii z zakresu psychologii społecznej, szczególnie zachowań konsumenckich oraz weryfikacji technik używanych przez ludzi do tego, aby efektywnie wpływać na innych.

Redaktor naczelny „Polish Psychological Bulletin”. Publikuje w prestiżowych czasopismach, takich jak: „Journal of Personality and Social Psychology”, „Personality and Social Psychology Bulletin”, „Journal of Experimental Social Psychology” oraz „European Journal of Social Psychology”. Autor i współautor około 200 publikacji, m.in. „Psychologia wpływu społecznego” (2000), „Psychologiczne mechanizmy reklamy” (2003), „Ukryte sensory zachowania: rozmowy o wywieraniu wpływu i reklamie” (2006), „Manipulacja” (2009) oraz „Techniques of social influence: The psychology of gaining

compliance” (2016).

Jest członkiem-korespondentem Polskiej Akademii Nauk, członkiem Komitetu Psychologii PAN oraz prezesem Polskiego Stowarzyszenia Psychologii Społecznej.

Profesor doktor habilitowany;

Stopień doktora habilitowanego nauk humanistycznych w zakresie psychologii uzyskał w 1993, na podstawie dorobku naukowego oraz rozprawy Orientacja defensywna. Tytuł prof



3 z 3

## dr Mirosława Leopold

Psycholog rozwojowy i coach.

Przez kilkanaście lat adiunkt w Instytucie Psychologii UAM. Jako coach wspiera klientów we wprowadzaniu zmian zarówno w pracy zawodowej jak i życiu osobistym, w rozwoju kompetencji i zwiększaniu efektywności działań.

Pracuje zarówno z klientem biznesowym jak i indywidualnym. W swojej pracy łączy teoretyczne podejście oparte na psychologii poznawczej, rozwojowej i pracę z doświadczeniem praktycznym. Doktorat z psychologii UAM;

Prowadzenie zajęć na USWPS:

- Rozwój osobisty: wykłady i warsztaty USWPS (Psychologia, studia stacjonarne)
- Kompetencje i narzędzia pracy coacha USWPS (Psychologia, studia niestacjonarne)
- Prowadzenie coachingu USWPS (Psychologia, studia niestacjonarne)
- Wprowadzenie do coachingu USWPS (Coaching, studia podyplomowe)
- Prowadzenie coachingu USWPS (Coaching, studia podyplomowe)

Prowadzenie szkoleń z zakresu kompetencji miękkich.

Mentor Coach w projekcie Huge Thing

Coach w ramach projektu: „Innowacyjne zarządzanie firmami rodzinnymi” SWPS Poznań

Praca z klientem indywidualnym w obszarze kompetencji miękkich oraz klientem biznesowym w obszarze kompetencji menedżerskich i miękkich, zarządzania w podejściu coachingowym-  
prowadzenie procesów coachingu.

## Informacje dodatkowe

### Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Materiały dydaktyczne dla uczestników usługi są udostępniane Słuchaczom:

- za pośrednictwem usługi Google Classroom, na której odbywają się zajęcia prowadzone zdalnie, lub
- w formie papierowej w przypadku zjazdów stacjonarnych

### Warunki uczestnictwa

Warunkiem przyjęcia na studia jest pozytywny wynik rozmowy wstępnej oraz kolejność zgłoszeń.

Rekrutacja na studia podyplomowe wymaga wypełnienia internetowego formularza zgłoszeniowego (<https://rekrutacja.swps.pl/s/login/?language=pl>).

W czasie wypełniania formularza poprosimy o podanie danych osobowych i załączenie:

- skanu/zdjęcia dyplomu ukończenia wyższej uczelni
- uzasadnienia wyboru kierunku studiów.

Uprzejmie informujemy, że wypełnienie formularza rekrutacyjnego drogą internetową nie jest jednoznaczne z zakwalifikowaniem się na dany kierunek studiów podyplomowych.

Kolejnym etapem rekrutacji będzie **rozmowa wstępna**.

Szczegółowe informacje dostępne na stronie: <https://swps.pl/oferta/sopot/podyplomowe/psychologia-psychoterapia/coaching>

## Informacje dodatkowe

Rok akademicki rozpoczyna się 01.10.2024 r.

**Na stronie Polskiej Agencji Rozwoju Przedsiębiorczości cena usługi wynosi 11 100,00 zł – jest to kwota, którą ponosi Słuchacz w przypadku wyboru systemu płatności 1 raty/rok akademicki.** Cena za studia podana w ramach Karty Usługi nie obejmuje opłaty rekrutacyjnej w kwocie 300 zł, która nie jest wliczana do kwoty czesnego i jest wnoszona przez kandydata na etapie rekrutacji. Absolwenci, studenci i słuchacze Uniwersytetu SWPS są zwolnieni z jej wnoszenia. Szczegółowe informacje na temat kierunku znajdują Państwo pod adresem: <https://swps.pl/oferta/sopot/podyplomowe/psychologia-psychoterapia/coaching>

Pozostała kadra kierunku: dr hab. Maciej Błaszak, dr Elżbieta Lisowska, dr Dagmara Gawron, dr Mariusz Zięba, mgr Łukasz Sowiński.

## Warunki techniczne

### Warunki techniczne niezbędne do udziału w części usługi realizowanej zdalnie:

1) platforma/rodzaj komunikatora, za pośrednictwem którego prowadzona będzie usługa: narzędzie z pakietu Google Workspace (Google Classroom oraz Google Meet)

2) minimalne wymagania sprzętowe, jakie musi spełniać komputer Uczestnika lub inne urządzenie do zdalnej komunikacji: komputer z procesorem Intel Pentium 4 lub nowszy, obsługujący SSE2, 2 GB pamięci RAM, zainstalowany jeden z systemów operacyjnych Windows 7, 8, 10, macOS 10.9 lub nowszy. Dodatkowo wbudowany lub zewnętrzny mikrofon, opcjonalnie kamera video. (Do obsługi wideo w jakości HD wymagany jest procesor Intel drugiej generacji i3/i5/i7 2,2 GHz, odpowiednik firmy AMD lub lepszy). Android z systemem 5.0 lub nowszy/iPhone z systemem iOS 11.0 lub nowszy

3) minimalne wymagania dotyczące parametrów łącza sieciowego, jakim musi dysponować Uczestnik:  
<https://support.google.com/a/answer/1279090>

4) niezbędne oprogramowanie umożliwiające Uczestnikom dostęp do prezentowanych treści i materiałów: Przeglądarka Google Chrome lub Mozilla Firefox, Adobe Reader, Pakiet biurowy np Libre Office, Open Office lub Microsoft Office.

## Adres

ul. Polna 16/20/-  
81-745 Sopot  
woj. pomorskie

Zajęcia stacjonarne na studiach podyplomowych realizowane są w filii Uniwersytetu SWPS w Sopocie lub w salach konferencyjno-szkoleniowych wynajmowanych poza siedzibą uczelni.

## Udogodnienia w miejscu realizacji usługi

- Wi-fi
- Udogodnienia dla osób ze szczególnymi potrzebami



# Kontakt



**Agnieszka Żebrowska**

**E-mail** [podyplomowe.sopot@swps.edu.pl](mailto:podyplomowe.sopot@swps.edu.pl)

**Telefon** (+48) 22 1032 631