



Wszechnica  
Uniwersytetu  
Jagiellońskiego Sp.  
z o.o.



## Psychologia dla coachów

Numer usługi 2024/08/06/7983/2254108

📍 zdalna w czasie rzeczywistym

🏠 Usługa szkoleniowa

🕒 50 h

📅 22.08.2024 do 12.12.2024

6 765,00 PLN brutto

5 500,00 PLN netto

135,30 PLN brutto/h

110,00 PLN netto/h

## Informacje podstawowe

<b>Kategoria</b>	Zdrowie i medycyna / Psychologia i rozwój osobisty
<b>Sposób dofinansowania</b>	wsparcie dla osób indywidualnych wsparcie dla pracodawców i ich pracowników
<b>Grupa docelowa usługi</b>	<p>Psychologia dla Coachów to program przeznaczony dla osób, które ukończyły kompleksowy, trwający co najmniej 60 godzin kurs coachingu. Najwięcej zyskają na nim osoby, które aktualnie korzystają z umiejętności coachingowych w praktyce.</p> <p>Kurs zaprojektowano z myślą o osobach nie mających wykształcenia psychologicznego. Może jednak być użyteczny również dla psychologów, zainteresowanych odświeżeniem i pogłębieniem zdobytej wcześniej wiedzy.</p>
<b>Minimalna liczba uczestników</b>	1
<b>Maksymalna liczba uczestników</b>	15
<b>Data zakończenia rekrutacji</b>	19-08-2024
<b>Forma prowadzenia usługi</b>	zdalna w czasie rzeczywistym
<b>Liczba godzin usługi</b>	50
<b>Podstawa uzyskania wpisu do BUR</b>	Znak Jakości Małopolskich Standardów Usług Edukacyjno-Szkoleniowych (MSUES) - wersja 2.0

# Cel

## Cel edukacyjny

Poszerzenie wiedzy na temat głównych nurtów psychologii;

Poznanie wybranych koncepcji i wyników badań istotnych w praktyce wspierania rozwoju innych;

Nauka planowania interwencji coachingowych;

Wzmocnienie umiejętności samodzielnej, krytycznej analizy dostępnych na rynku metod, narzędzi coachingowych i podejść do wspierania rozwoju;

Zwiększenie elastyczności w doborze strategii pracy z klientami;

Umiejętność oceny sytuacji psychologicznej klienta i decyzji o podjęciu lub rezygnacji z coachingu

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

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Osoba uczestnicząca ma poszerzoną wiedzę na temat głównych nurtów psychologicznych.	Zna główne nurty i koncepcje człowieka we współczesnej psychologii.	Test teoretyczny
	Zna podstawowe badania istotne w praktyce wspierania rozwoju innych.	Prezentacja
Osoba uczestnicząca zna psychologiczne koncepcje wyznaczania celów.	Wie jak podtrzymywać wytrwałość i motywację klienta w dążeniu do celu	Obserwacja w warunkach symulowanych
Osoba uczestnicząca potrafi wskazać różnice pomiędzy terapią i coachingiem.	Potrafi ocenić sytuację psychologiczną klienta i podjąć decyzję o podjęciu lub rezygnacji z coachingu.	Obserwacja w warunkach symulowanych
	Potrafi elastycznie dobrać strategię pracy z klientami.	Obserwacja w warunkach symulowanych
	Potrafi trafnie planować interwencje coachingowe.	Debata ustrukturyzowana
Osoba uczestnicząca potrafi opisać podstawowe założenia psychologii rozwoju osób dorosłych	Zna stadialne koncepcje rozwoju osób dorosłych: wyzwania i kryzysy.	Prezentacja
Osoba uczestnicząca stosuje poznana wiedzę w praktyce coachingowej	Wykazuje empatyczną i wspierającą postawę w relacji z klientem.	Obserwacja w warunkach symulowanych
	Potrafi stosować strategie coachingowe inspirowane podejściem narracyjnym.	Obserwacja w warunkach symulowanych

## Kwalifikacje

## Kompetencje

Usługa prowadzi do nabycia kompetencji.

### **Warunki uznania kompetencji**

**Pytanie 1. Czy dokument potwierdzający uzyskanie kompetencji zawiera opis efektów uczenia się?**

Tak, dokument potwierdzający uzyskanie kompetencji zawiera opis efektów uczenia się.

**Pytanie 2. Czy dokument potwierdza, że walidacja została przeprowadzona w oparciu o zdefiniowane w efektach uczenia się kryteria ich weryfikacji?**

Tak, dokument potwierdza, że walidacja została przeprowadzona w oparciu o zdefiniowane w efektach uczenia się kryteria ich weryfikacji.

**Pytanie 3. Czy dokument potwierdza zastosowanie rozwiązań zapewniających rozdzielenie procesów kształcenia i szkolenia od walidacji?**

Tak, dokument potwierdza zastosowanie rozwiązań zapewniających rozdzielenie procesów kształcenia i szkolenia od walidacji.

## **Program**

Moduł I:

Blok 1: Psychologia i coaching

- Zastosowania wiedzy psychologicznej w coachingu
- Kryteria naukowości: jak odróżnić naukę od pseudonauki?
- Krytyczna lektura tekstów psychologicznych

Blok 2: Główne nurty psychologiczne

- Główne nurty i koncepcje człowieka we współczesnej psychologii
- Poziomy interwencji w coachingu
- Analiza sytuacji klienta - projektowanie interwencji coachingowych

Blok 3: Motywacja i wyznaczanie celów

- Psychologiczne koncepcje wyznaczania celów
- Wytrwałość i podtrzymywanie motywacji w dążeniu do celu
- Wizualizacja, afirmacje, optymizm: możliwości i ograniczenia

Blok 4: Samoregulacja i podtrzymywanie wytrwałości

- Siła woli i samoregulacja
- Radzenie sobie z pokusami i "rozgrzewanie" celów
- Ukierunkowane ćwiczenie, pożądane utrudnienia i dążenie do mistrzostwa

Moduł II:

Blok 1: Emocje i stres

- Podstawy psychologii emocji
- Style wyjaśniania sukcesów i porażek
- Wpływ interpretacji na powstawanie emocji i stresu

Blok 2: Interpretacje i przekonania

- Poznawcze podejście do pracy z emocjami
- Możliwości oddziaływania na przekonania klienta
- Budowanie konstruktywnych nawyków myślowych w coachingu

Blok 3: Struktura osobowości

- Psychologiczne koncepcje osobowości
- Stałość i zmienność osobowości - co może zmienić coaching?
- Różnice indywidualne: wymiary istotne w coachingu; rola narzędzi badania osobowości

#### Blok 4: Samowiedza i postrzeganie siebie

- Samowiedza, samoocena i schematy Ja
- Tendencyjność w postrzeganiu siebie i budowaniu samoświadomości
- Praca ze schematami w coachingu

#### Moduł III:

#### Blok 1: Coaching i terapia

- Różnice między terapią i coachingiem
- Kryteria zdrowia psychicznego i podstawowe pojęcia psychopatologii
- Kwalifikowanie do coachingu. Jak rozpoznać osoby zdrowe? Kiedy terapia jest lepszym wyjściem?

#### Blok 2: Procesy nieświadome i ich wpływ na pracę coachingową

- Mechanizmy obronne i opór w podejściu psychodynamicznym
- Relacja coachingowa - ryzyka dla utrzymywania się w roli
- Prowadzenie relacji coachingowej - inspiracje i wskazówki ze świata psychoterapii

#### Blok 3: Rozwój człowieka dorosłego

- Podstawowe założenia psychologii rozwoju osób dorosłych
- Stadialne koncepcje rozwoju osób dorosłych; wyzwania i kryzysy
- Coaching ważnych wyzwań życiowych

#### Blok 4: Psychologia narracyjna: życie jako opowieść

- Podejście narracyjne w psychologii osobowości
- Strategie coachingowe inspirowane podejściem narracyjnym
- Wspieranie klientów w przeformułowaniu opowieści o własnym życiu
- Zakończenie zajęć

#### Blok 5: Superwizja coachingowa

- Praca superwizyjna nad rzeczywistymi przypadkami z praktyki coachingowej uczestników. Refleksja i dyskusja uwzględniająca dotychczas poznane koncepcje oraz doświadczenie pozostałych członków grupy
- Podsumowanie: superwizja i interwizja jako narzędzie rozwoju zawodowego coachów

#### Blok 6: Podsumowanie kursu

- Przegląd i podsumowanie wiedzy
- Strategie coachingowe inspirowane podejściem narracyjnym
- Wspieranie klientów w przeformułowaniu opowieści o własnym życiu
- Zakończenie zajęć

Więcej informacji na stronie: **Psychologia dla coachów**

# Harmonogram

Liczba przedmiotów/zajęć: 14

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
<b>1 z 14</b> Moduł I, dzień 1: Psychologia i coaching	Maciej Świeży	22-08-2024	17:30	20:45	03:15
<b>2 z 14</b> Moduł I, dzień 1: Główne nurty psychologiczne	Maciej Świeży	29-08-2024	17:30	20:45	03:15
<b>3 z 14</b> Moduł I, dzień 3: Motywacja i wyznaczanie celów	Maciej Świeży	05-09-2024	17:30	20:45	03:15
<b>4 z 14</b> Moduł I, dzień 4: Podsumowanie modułu I	Maciej Świeży	12-09-2024	17:30	20:45	03:15
<b>5 z 14</b> Moduł II, dzień 1: Coaching i Terapia	Artur Krupa	01-10-2024	17:30	20:45	03:15
<b>6 z 14</b> Moduł II, dzień 2: Procesy nieświadome i ich wpływ na pracę coachingową	Artur Krupa	08-10-2024	17:30	20:45	03:15
<b>7 z 14</b> Moduł II, Dzień 3: Struktura osobowości	Artur Krupa	15-10-2024	17:30	20:45	03:15
<b>8 z 14</b> Moduł II, dzień 4: Samowiedza i postrzeganie siebie	Artur Krupa	22-10-2024	17:30	20:45	03:15
<b>9 z 14</b> Moduł III, dzień 1: Emocje i stres	Beata Świeży	07-11-2024	17:00	20:30	03:30
<b>10 z 14</b> Moduł III, dzień 2: Interpretacje i przekonania	Beata Świeży	14-11-2024	17:00	20:30	03:30

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
<b>11 z 14</b> Moduł III, dzień 5: Superwizja	Beata Świeży	21-11-2024	17:00	20:30	03:30
<b>12 z 14</b> Moduł III, dzień 4: Psychologia narracyjna: życie jako opowieść	Beata Świeży	28-11-2024	17:00	20:30	03:30
<b>13 z 14</b> Moduł III, dzień 5: Superwizja coachingowa	Beata Świeży	05-12-2024	17:00	20:30	03:30
<b>14 z 14</b> Moduł III, dzień 6: Podsumowanie kursu.	Beata Świeży	12-12-2024	17:00	20:30	03:30

## Cennik

### Cennik

Rodzaj ceny	Cena
Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	6 765,00 PLN
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	5 500,00 PLN
Koszt osobogodziny brutto	135,30 PLN
Koszt osobogodziny netto	110,00 PLN

## Prowadzący

Liczba prowadzących: 3



**1 z 3**

### Beata Świeży

Jej głównym obszarem specjalizacji szkoleniowej jest rozwój kompetencji osobistych i zarządzanie karierą. W prywatnej praktyce coachingowej specjalizuje się we wspieraniu rozwoju osobistego klientów indywidualnych.

Prowadzi prywatną praktykę coachingową specjalizując się we wspieraniu rozwoju osobistego

klientów indywidualnych. Prowadzi zajęcia w Instytucie Psychologii Stosowanej Uniwersytetu Jagiellońskiego. Prowadzi również coaching w organizacjach, pracując głównie z kadrami menedżerską. Wspiera mentorsko coachów przystępujących do certyfikacji w ścieżce ACTP oraz portfolio.

Z wykształcenia jest doktorem psychologii, a także certyfikowanym coachem (PCC ICF oraz Erickson Certified Professional Coach).

Prowadzi zajęcia w Instytucie Psychologii Stosowanej Uniwersytetu Jagiellońskiego. Jest pomysłodawcą, organizatorem i prowadzącą spotkania rozwojowo-interwencyjne Serwisowanie Skrzydeł dla Coachów. Jest certyfikowanym coachem (Professional Certified Coach oraz Erickson Certified Professional Coach) oraz mentorem w procesach certyfikacji coachingowej. Prowadzi prywatną praktykę coachingową specjalizując się we wspieraniu rozwoju osobistego klientów indywidualnych.



2 z 3

## Maciej Świeży

Specjalizuje się w metodologii wspierania rozwoju osób dorosłych (kursy trenerskie i coachingowe) oraz rozwoju kompetencji osobistych z wykorzystaniem zaawansowanych metod szkoleniowych. W obszarze jego szczególnych zainteresowań znajdują się m.in. zagadnienia dotyczące psychologii uczenia się dorosłych, projektowania szkoleń oraz dynamiki grupy.

Odpowiada za rozwój oferty szkoleniowej Wszechnicy UJ. Prowadzi kompleksowe projekty szkoleniowo-doradcze, służące kształtowaniu w organizacjach środowiska sprzyjającego uczeniu się. Projektuje narzędzia i standardy pracy w obszarach związanych z uczeniem się i zarządzaniem wiedzą. Pracuje w Polsce i za granicą, jako Trener Erickson Coaching International, prowadząc akredytowany przez ICF program „The Art and Science of Coaching”. Prowadzi indywidualny i zespołowy coaching dla kadry menedżerskiej; pracuje jako konsultant dynamiki grupowej w organizowanych przez Wszechnicę UJ i OPUS warsztatach group relations.

Z wykształcenia psycholog, obronił na UJ doktorat poświęcony uczeniu się złożonych umiejętności i przewidywaniu skuteczności działania. Ukończył kompleksowe kursy trenerskie i coachingowe (m.in. Wszechnicy UJ i Erickson College International), a także zaawansowany kurs analizy dynamiki grupowej OPUS. Dysponuje certyfikatem ICF na poziomie PCC oraz certyfikatem Erickson Certified Professional Coach (ECPC).

Jest autorem kursu "Psychologia dla Coachów" oraz książki o tym samym tytule. W Polsce i za granicą prowadzi zajęcia w akredytowanej szkole trenerów.



3 z 3

## Artur Krupa

Specjalizuje się w szkoleniach z zakresu rozwoju kompetencji trenerskich i coachingowych oraz związanych z wykorzystywaniem wiedzy o dynamice funkcjonowania grup do zarządzania zespołem i organizacją. Przygotowuje i prowadzi kompleksowe programy rozwojowe wykorzystujące doradztwo, szkolenia oraz indywidualny i grupowy coaching. Pełni funkcję kierownika merytorycznego procesu certyfikacji kompetencji trenerskich. Prowadzi zajęcia w Szkole Trenerów Wszechnicy UJ, a także pełni rolę trenera w międzynarodowej, akredytowanej przez ICF, Szkole Coachów „The Art and Science of Coaching”. Ma wieloletnie doświadczenie w projektowaniu i prowadzeniu szkoleń dotyczących rozwoju pracowników działu sprzedaży oraz wspierania organizacji w sytuacji zmiany. Wykorzystuje coaching indywidualny i zespołowy do wspierania firm i instytucji w realizacji celów biznesowych i pełniejszym korzystaniu z potencjału pracowników.

Ukończył psychologię na UJ i zarządzanie na AGH. Jest certyfikowanym coachem PCC ICF i Erickson Professional Coach. Posiada certyfikaty trenera zarządzania (Edexcel i BTEC Professional Qualifications), certyfikat Asystenta Psychodramy Polskiego Stowarzyszenia Psychodramy oraz certyfikat International Association of Facilitators. W Polsce i za granicą prowadzi zajęcia w akredytowanej przez ICF Szkole Coachów "The Art and Science of Coaching". Prowadzi indywidualny i zespołowy coaching dla kadry menedżerskiej. Prowadzi zajęcia w Szkole Trenerów Wszechnicy UJ.

# Informacje dodatkowe

## Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Uczestnicy otrzymują książkę autorstwa Macieja Świeżego pt. "Psychologia dla Coachów", która przesyłana jest pocztą oraz teksty do przeczytania w formie cyfrowej przed rozpoczęciem każdego z Modułów. Po zajęciach otrzymują prezentacje od Prowadzących oraz materiały dodatkowe.

## Warunki uczestnictwa

Ukończenie kompleksowego, trwającego co najmniej 60 godzin kursu coachingu (np. Szkoły Coachów The Art & Science of Coaching).

## Informacje dodatkowe

Szkolenie odbędzie się przez platformę Zoo, która umożliwia rozmowę "na żywo", wzajemne widzenie się, udostępnianie ekranów/whiteboardów, dzielenie na małe grupy, dostęp do chatu.

Wymagania sprzętowe:

- połączenie internetowe - przewodowe lub bezprzewodowe (3G/4G/LTE)
- głośnik, mikrofon, kamera (wbudowane/USB/bezprzewodowe)
- system operacyjny: macOS 10.7 lub kolejne/Windows 10, 8, 7, Vista; na urządzeniu mobilnym: iOS lub Android

Link do udziału w szkoleniu będzie przekazany bezpośrednio uczestnikom oraz operatorom, będzie on ważny w rzeczywistym czasie trwania szkolenia.

Liczba godzin usługi: 56 godzin szkoleniowych (godzina szkoleniowa = 45 minut)

Materiały szkoleniowe: handouty, wybrane fragmenty lektur.

## Warunki techniczne

Wymagania sprzętowe:

- połączenie internetowe - przewodowe lub bezprzewodowe (3G/4G/LTE)
- głośnik, mikrofon, kamera (wbudowane/USB/bezprzewodowe)
- system operacyjny: macOS 10.7 lub kolejne/Windows 10, 8, 7, Vista; na urządzeniu mobilnym: iOS lub Android

## Kontakt



**Izabela Dołęgiewicz**

**E-mail** [izabela.dolegiewicz@wszechnica.uj.pl](mailto:izabela.dolegiewicz@wszechnica.uj.pl)

**Telefon** (+48) 506 006 087