



FUNDACJA
BENNEWICZ
INSTYTUT
KOGNITYWISTYKI

**CERTYFIKOWANY COACH KOGNITYWNY**

Numer usługi 2024/09/12/154145/2306778

11 900,00 PLN brutto

11 900,00 PLN netto

123,96 PLN brutto/h

123,96 PLN netto/h

📍 zdalna w czasie rzeczywistym

🏠 Usługa szkoleniowa

🕒 96 h

📅 20.10.2025 do 15.12.2025

Informacje podstawowe

Kategoria	Inne / Edukacja
Sposób dofinansowania	wsparcie dla osób indywidualnych wsparcie dla pracodawców i ich pracowników
Grupa docelowa usługi	Grupą docelową są menedżerowie, trenerzy, konsultanci, kierownicy projektów, coachowie oraz osoby przygotowujące się do profesjonalnego wykonywania zawodu coacha, pracownicy działów HR, osoby poszukujące nowych form rozwoju z myślą o sobie.
Minimalna liczba uczestników	5
Maksymalna liczba uczestników	15
Data zakończenia rekrutacji	06-10-2025
Forma prowadzenia usługi	zdalna w czasie rzeczywistym
Liczba godzin usługi	96
Podstawa uzyskania wpisu do BUR	Znak Jakości TGLS Quality Alliance

Cel

Cel edukacyjny

Kurs ma na celu dostarczenie praktycznych umiejętności z zakresu coachingu na podbudowie specjalistycznej wiedzy w ujęciu kognitywnym. Uczestnik po ukończeniu kursu będzie wykazywał się praktycznymi umiejętnościami w zawodzie

coacha, posiadał wiedzę i kompetencje do podjęcia samodzielnej aktywności coachingowej, do prowadzenia coachingu o charakterze biznesowym oraz life-coachingu. Absolwenci otrzymają Certyfikat ukończenia kursu.

Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Uczestnik definiuje i charakteryzuje obszar rozwoju jakim jest Coachingu	» Samodzielnie buduje i projektuje przebieg sesji coachingowych oraz skutecznego kreowania rozwiązań w sytuacjach nietypowych w ramach modelu edukacji coachingowej opracowanego przez Bennewicz Instytut Kognitywistyki. » Omawia zasady etyki pracy coacha. » Rozróżnia inne obszary rozwoju jakim jest np. mentoring, czy doradztwo, czy inne formy pomocy » Rozróżnia cel od efektu w pracy coacha.	Test teoretyczny
Uczestnik zdobywa umiejętności i kompetencje coachingowe, definiuje, zna i rozróżnia obszary, pojęcia i zjawiska psychologiczne i potrafi zarządzać procesem psychologicznym stosując adekwatne narzędzia w pracy z klientem.	» Buduje własną, etyczną postawę coacha, moderatora i facylitatora zmian biznesowych i osobistych u swoich klientów. » Rozpoznaje postawy osoby coachowanej i dostosowuje własny styl komunikacyjny do osoby klienta. » Umiejętnie rozpoznaje dylematy klienta i przeformułuje je na cele rozwojowe.	Obserwacja w warunkach symulowanych
	» Motywuje i mobilizuje klienta do uzyskiwania narzędzi zmiany i realizowania własnych celów. » Rozpoznaje system zachowań, przekonań i wartości klienta oraz pracy z ich zmianą w kierunku realizacji postawionych celów life & business coachingu z uwzględnieniem aspektów duchowości oraz podejścia holistycznego (całościowej koncepcji człowieka).	Obserwacja w warunkach symulowanych
	» Projektuje przebieg sesji coachingowych na potrzeby klienta coachingu.	Obserwacja w warunkach symulowanych

Cel biznesowy

Po zakończeniu kursu uczestnik będzie gotowy do samodzielnego wykonywania zawodu Coacha i skutecznego dostosowywania narzędzi do indywidualnych potrzeb klientów, co zostanie zweryfikowane testami cząstkowym po każdym tygodniu kursu oraz praktycznym i teoretycznym egzaminem końcowym.

Testy cząstkowe - w formie testu wielokrotnego wyboru (zaliczenie daje minimum 70% poprawnych odpowiedzi)

Egzamin teoretyczny - przeprowadzany jest na koniec kursu w formie testu wielokrotnego wyboru (zaliczenie daje minimum 60% poprawnych odpowiedzi)

Egzamin praktyczny - dostarczenie nagrania sesji indywidualnej z klientem oraz arkusza autofeedbacku.

W czasie kursu uczestnik pozna 40 wszechstronnych ćwiczeń coachingowych.

Czytaj dalej w dziale - Efekty uczenia.

Efekt usługi

EFEKTY UCZENIA:

EFEKT: Uczestnik definiuje i charakteryzuje obszar rozwoju jakim jest Coachingu

KRYTERIA:

» Samodzielnie buduje i projektuje przebieg sesji coachingowych oraz skutecznego kreowania rozwiązań w sytuacjach nietypowych w ramach modelu edukacji coachingowej opracowanego przez Bennewicz Instytut Kognitywistyki.

» Omawia zasady etyki pracy coacha.

» Rozróżnia inne obszary rozwoju jakim jest np. mentoring, czy doradztwo, czy inne formy pomocy

» Rozróżnia cel od efektu w pracy coacha.

Metoda WALIDACJI:

- TEST wielokrotnego wyboru

EFEKT: Uczestnik zdobywa umiejętności i kompetencje coachingowe, definiuje, zna i rozróżnia obszary, pojęcia i zjawiska psychologiczne i potrafi zarządzać procesem psychologicznym stosując adekwatne narzędzia w pracy z klientem.

» Buduje własną, etyczną postawę coacha, moderatora i facylitatora zmian biznesowych i osobistych u swoich klientów.

» Rozpoznaje postawy osoby coachowanej i dostosowuje własny styl komunikacyjny do osoby klienta.

» Umiejętnie rozpoznaje dylematy klienta i przeformułowuje je na cele rozwojowe.

» Motywuje i mobilizuje klienta do uzyskiwania narzędzi zmiany i realizowania własnych celów.

» Rozpoznaje system zachowań, przekonań i wartości klienta oraz pracy z ich zmianą w kierunku realizacji postawionych celów life & business coachingu z uwzględnieniem aspektów duchowości oraz podejścia holistycznego (całościowej koncepcji człowieka).

» Projektuje przebieg sesji coachingowych na potrzeby klienta coachingu.

Metoda WALIDACJI:

- Nagranie sesji coachingowej z klientem,
- Wypełnienie karty autofeedbacku

Metoda potwierdzenia osiągnięcia efektu usługi

- Wyniki TESTÓW CZĄSTKOWYCH Z KAŻDEGO TYGODNIA KURSU (minimum 70% poprawnych odpowiedzi)
- Wynik EGZAMINU TEORETYCZNEGO (minimum 60% poprawnych odpowiedzi)
- Autofeedback do sesji coachingowej
- Protokół z egzaminu

Kwalifikacje

Kompetencje

Usługa prowadzi do nabycia kompetencji.

Warunki uznania kompetencji

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

Kurs pozwala na zdobycie nowych umiejętności i kompetencji coachingowych. Efekty uczenia wskazane są w zaświadczeniu wydanym do kursu.

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

Na koniec kursu będzie przeprowadzony test sprawdzający poziom wiedzy, dodatkowo wymogiem egzaminacyjnym jest przeprowadzenie sesji coachingowej z klientem oraz wypełnienie arkusza autofeedbacku. Potwierdzeniem będzie sporządzony protokół.

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

Kształcenie przeprowadzane jest przez inne osoby niż walidacja.

Program

Zawodowy Kurs Certyfikowanego Coacha Kognitywnego online w Bennewicz Instytucie Kognitywistyki, to zaawansowany program łączący praktyczną skuteczność z najnowszą wiedzą kognitywistyczną.

Instytut Kognitywistyki, jako jeden z nielicznych w Polsce, prezentuje szeroką ofertę szkoleń opartych na praktyce i dowodach naukowych.

Obejmujemy zarówno osobisty rozwój jednostki, jak i mentoring, coaching, tutoring, aż po pracę z grupą, trening kreatywny, psychologię transpersonalną. Są to programy pionierskie i nowatorskie na polskim rynku.

Szereg firm szkoleniowych i szkół odwołuje się lub wykorzystuje, programy stworzone przez Macieja Bennewicza oraz Instytut Kognitywistyki. Programy te stanowią także element kształcenia coachingowego na studiach podyplomowych.

Spójny program opracowany został na bazie 22-letniej praktyki, pracy edukacyjnej w biznesie oraz ponad 30-letniej praktyki pracy w obszarach terapii i edukacji.

Program kursu łącznie zawiera 132 godziny zegarowe, w tym:

- 30 modułów 3 godzinne (realizowane zdalnie na żywo w godz. 18:00 – 21:00 od poniedziałku do piątku) - łącznie 90 godzin zegarowych w 30 spotkaniach > część zdalna w czasie rzeczywistym na platformie ZOOM
- 3 godziny zegarowe superwizja grupowa - przygotowanie do egzaminu > część zdalna w czasie rzeczywistym na platformie ZOOM
- 16 zadań domowych (na każde zadanie ok. 90 min., czyli 24 godziny zegarowe) > część zdalna na dedykowanej platformie instytutbennewicz.pl
- 14 nagrań materiałów wiedzy (12 godzin zegarowych) > część zdalna na dedykowanej platformie instytutbennewicz.pl
- egzamin teoretyczny 90 minut > część zdalna część zdalna na dedykowanej platformie instytutbennewicz.pl
- egzamin praktyczny 90 minut (30 min. sesja z klientem oraz 1 godz. na analizę i wypełnienie karty autofeedbacku) > część zdalna zdalna na dedykowanej platformie instytutbennewicz.pl

Elementem edukacyjnym są także zadania domowe, w ramach których Uczestnik kontynuuje tematykę sesji, eksperymentuje i poszukuje rozwiązań kreatywnych, a także wzmacnia samodzielne poszukiwania edukacyjne.

Warunki organizacyjne:

Zajęcia podzielone są na część teoretyczną (wykład z możliwością zadawania pytań) oraz praktyczną (ćwiczenia w osobistych pokojach na platformie ZOOM. Ćwiczenia odbywają się w 2-3 osobowych grupach). Każde ćwiczenie zakończone jest podsumowaniem z prowadzącymi spotkanie.

Stanowiska i narzędzia pracy:

- • • Każdy uczestnik korzysta z samodzielnego stanowiska komputerowego z dostępem do platformy instytutbennewicz.pl oraz ZOOM umożliwiającej realizację kursu. Organizator zapewnia dostęp do platformy instytutbennewicz.pl oraz ZOOM.
- Dostęp do materiałów kursowych (prezentacji, ćwiczeń) oraz nagrań video zapewniany jest przez dedykowaną platformę instytutbennewicz.pl.

Przerwy:

W trakcie każdego 3-godzinnego modułu przewidziane są przerwy regeneracyjne (około 15 minut). Czas trwania przerw jest wliczany do całkowitego czasu trwania kursu.

Harmonogram

Liczba przedmiotów/zajęć: 121

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
1 z 121 Definicja coachingu i kontrakt / WYKŁAD	Maciej Bennewicz	20-10-2025	18:00	19:30	01:30
2 z 121 Przerwa regeneracyjna	Maciej Bennewicz	20-10-2025	19:30	19:45	00:15
3 z 121 Definicja coachingu i kontrakt / ĆWICZENIA	Maciej Bennewicz	20-10-2025	19:45	20:35	00:50
4 z 121 Definicja coachingu i kontrakt / PODSUMOWANIE ĆWICZEŃ Z TRENEREM (SUPERWIZJA)	Maciej Bennewicz	20-10-2025	20:35	21:00	00:25
5 z 121 Indywidualizacja, czyli różnicowanie osobiste oraz proces wglądu / WYKŁAD	Anna Jera	21-10-2025	18:00	19:30	01:30
6 z 121 Przerwa regeneracyjna	Anna Jera	21-10-2025	19:30	19:45	00:15

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
7 z 121 Indywidualizacja, czyli różnicowanie osobiste oraz proces wglądu / ĆWICZENIA	Anna Jera	21-10-2025	19:45	20:35	00:50
8 z 121 Indywidualizacja, czyli różnicowanie osobiste oraz proces wglądu / PODSUMOWANIE ĆWICZEŃ Z TRENEREM (SUPERWIZJA)	Anna Jera	21-10-2025	20:35	21:00	00:25
9 z 121 Przeniesienie i przeciwp przeniesienie / WYKŁAD	Maciej Bennewicz	22-10-2025	18:00	19:30	01:30
10 z 121 Przerwa regeneracyjna	Maciej Bennewicz	22-10-2025	19:30	19:45	00:15
11 z 121 Przeniesienie i przeciwp przeniesienie / ĆWICZENIA	Maciej Bennewicz	22-10-2025	19:45	20:35	00:50
12 z 121 Przeniesienie i przeciwp przeniesienie / PODSUMOWANIE ĆWICZEŃ Z TRENEREM (SUPERWIZJA)	Maciej Bennewicz	22-10-2025	20:35	21:00	00:25
13 z 121 Percepcja i osobista mapa sytuacji / WYKŁAD	Anna Jera	23-10-2025	18:00	19:30	01:30
14 z 121 Przerwa regeneracyjna	Anna Jera	23-10-2025	19:30	19:45	00:15

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
15 z 121 Percepcja i osobista mapa sytuacji / ĆWICZENIA	Anna Jera	23-10-2025	19:45	20:35	00:50
16 z 121 Percepcja i osobista mapa sytuacji / PODSUMOWANIE ĆWICZEŃ Z TRENEREM (SUPERWIZJA)	Anna Jera	23-10-2025	20:35	21:00	00:25
17 z 121 Podsumowanie pierwszego tygodnia zajęć / SUPERWIZJA GRUPOWA	Maciej Bennewicz	24-10-2025	18:00	20:00	02:00
18 z 121 Przerwa regeneracyjna	Maciej Bennewicz	24-10-2025	20:00	20:15	00:15
19 z 121 Test z pierwszego tygodnia zajęć / WALIDACJA	-	24-10-2025	20:15	21:00	00:45
20 z 121 Osobowość i rozwój / WYKŁAD	Anna Jera	27-10-2025	18:00	19:30	01:30
21 z 121 7 kroków do zmiany postawy	Maciej Bennewicz	27-10-2025	19:30	19:45	00:15
22 z 121 Osobowość i rozwój / ĆWICZENIA	Anna Jera	27-10-2025	19:45	20:35	00:50
23 z 121 Osobowość i rozwój / PODSUMOWANIE ĆWICZEŃ Z TRENEREM (SUPERWIZJA)	Anna Jera	27-10-2025	20:35	21:00	00:25

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
24 z 121 Cele i efekty w coachingu / WYKŁAD	Maciej Bennewicz	28-10-2025	18:00	19:30	01:30
25 z 121 Przerwa regeneracyjna	Maciej Bennewicz	28-10-2025	19:30	19:45	00:15
26 z 121 Cele i efekty w coachingu / ĆWICZENIA	Maciej Bennewicz	28-10-2025	19:45	20:35	00:50
27 z 121 Cele i efekty w coachingu / PODSUMOWANIE ĆWICZEŃ Z TRENEREM (SUPERWIZJA)	Maciej Bennewicz	28-10-2025	20:35	21:00	00:25
28 z 121 Planowanie i projektowanie działań / WYKŁAD	Anna Jera	29-10-2025	18:00	19:30	01:30
29 z 121 Przerwa regeneracyjna	Anna Jera	29-10-2025	19:30	19:45	00:15
30 z 121 Planowanie i projektowanie działań / ĆWICZENIA	Anna Jera	29-10-2025	19:45	20:35	00:50
31 z 121 Planowanie i projektowanie działań / PODSUMOWANIE ĆWICZEŃ Z TRENEREM (SUPERWIZJA)	Anna Jera	29-10-2025	20:35	21:00	00:25
32 z 121 Komunikacja zewnętrzna i wewnętrzna w coachingu / WYKŁAD	Maciej Bennewicz	30-10-2025	18:00	19:30	01:30

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
33 z 121 Przerwa regeneracyjna	Maciej Bennewicz	30-10-2025	19:30	19:45	00:15
34 z 121 Komunikacja zewnętrzna i wewnętrzna w coachingu / ĆWICZENIA	Maciej Bennewicz	30-10-2025	19:45	20:35	00:50
35 z 121 Komunikacja zewnętrzna i wewnętrzna w coachingu / PODUSMOWANIE ĆWICZEŃ Z TRENEREM (SUPERWIZJA)	Maciej Bennewicz	30-10-2025	20:35	21:00	00:25
36 z 121 Podsumowanie drugiego tygodnia zajęć / SUPERWIZJA GRUPOWA	Anna Jera	31-10-2025	18:00	20:00	02:00
37 z 121 Przerwa regeneracyjna	Anna Jera	31-10-2025	20:00	20:15	00:15
38 z 121 Test z drugiego tygodnia zajęć / WALIDACJA	-	31-10-2025	20:15	21:00	00:45
39 z 121 Pytania coachingowe i feedback / WYKŁAD	Maciej Bennewicz	10-11-2025	18:00	19:30	01:30
40 z 121 Przerwa regeneracyjna	Maciej Bennewicz	10-11-2025	19:30	19:45	00:15
41 z 121 Pytania coachingowe i feedback / ĆWICZENIA	Maciej Bennewicz	10-11-2025	19:45	20:35	00:50

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
42 z 121 Pytania coachingowe i feedback / PODSUMOWANIE ĆWICZEŃ Z TRENEREM (SUPERWIZJA)	Maciej Bennewicz	10-11-2025	20:35	21:00	00:25
43 z 121 Rodzaje rzeczywistości i style funkcjonowania / WYKŁAD	Anna Jera	11-11-2025	18:00	19:30	01:30
44 z 121 Przerwa regeneracyjna	Anna Jera	11-11-2025	19:30	19:45	00:15
45 z 121 Rodzaje rzeczywistości i style funkcjonowania / ĆWICZENIA	Anna Jera	11-11-2025	19:45	20:35	00:50
46 z 121 Rodzaje rzeczywistości i style funkcjonowania / PODSUMOWANIE ĆWICZEŃ Z TRENEREM (SUPERWIZJA)	Anna Jera	11-11-2025	20:35	21:00	00:25
47 z 121 Kontrsugestywność i proaktywność / WYKŁAD	Maciej Bennewicz	12-11-2025	18:00	19:30	01:30
48 z 121 Przerwa regeneracyjna	Maciej Bennewicz	12-11-2025	19:30	19:45	00:15
49 z 121 Kontrsugestywność i proaktywność / ĆWICZENIA	Maciej Bennewicz	12-11-2025	19:45	20:35	00:50

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
50 z 121 Kontrsugestywność i proaktywność / PODSUMOWANIE ĆWICZEŃ Z TRENEREM (SUPERWIZJA)	Maciej Bennewicz	12-11-2025	20:35	21:00	00:25
51 z 121 Komunikacja werbalna i jej znaczenie w relacji / WYKŁAD	Anna Jera	13-11-2025	18:00	19:30	01:30
52 z 121 Przerwa regeneracyjna	Anna Jera	13-11-2025	19:30	19:45	00:15
53 z 121 Komunikacja werbalna i jej znaczenie w relacji / ĆWICZENIA	Anna Jera	13-11-2025	19:45	20:35	00:50
54 z 121 Komunikacja werbalna i jej znaczenie w relacji / PODSUMOWANIE ĆWICZEŃ Z TRENEREM (SUPERWIZJA)	Anna Jera	13-11-2025	20:35	21:00	00:25
55 z 121 Podsumowanie trzeciego tygodnia zajęć / SUPERWIZJA GRUPOWA	Maciej Bennewicz	14-11-2025	18:00	20:00	02:00
56 z 121 Przerwa regeneracyjna	Maciej Bennewicz	14-11-2025	20:00	20:15	00:15
57 z 121 Test podsumowujący trzeci tydzień zajęć / WALIDACJA	-	14-11-2025	20:15	21:00	00:45

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
58 z 121 Góra lodowa – model interdyscyplinarny. Praca indywidualna z modelem / WYKŁAD	Anna Jera	17-11-2025	18:00	19:30	01:30
59 z 121 Przerwa regeneracyjna	Anna Jera	17-11-2025	19:30	19:45	00:15
60 z 121 Góra lodowa – model interdyscyplinarny. Praca indywidualna z modelem / ĆWICZENIA	Anna Jera	17-11-2025	19:45	20:35	00:50
61 z 121 Góra lodowa – model interdyscyplinarny. Praca indywidualna z modelem / PODSUMOWANIE ĆWICZEŃ Z TRENEREM (SUPERWIZJA)	Anna Jera	17-11-2025	20:35	21:00	00:25
62 z 121 Góra lodowa – model interdyscyplinarny. Zaawansowany model pracy z wykorzystaniem Góły Lodowej / WYKŁAD	Maciej Bennewicz	18-11-2025	18:00	19:30	01:30
63 z 121 Przerwa regeneracyjna	Maciej Bennewicz	18-11-2025	19:30	19:45	00:15
64 z 121 Góra lodowa – model interdyscyplinarny. Zaawansowany model pracy z wykorzystaniem Góły Lodowej / ĆWICZENIA	Maciej Bennewicz	18-11-2025	19:45	20:35	00:50

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
65 z 121 Góra lodowa – model interdyscyplinarny. Zaawansowany model pracy z wykorzystaniem Gólrzy Lodowej / PODSUMOWANIE ĆWICZEŃ Z TRENEREM (SUPERWIZJA)	Maciej Bennewicz	18-11-2025	20:35	21:00	00:25
66 z 121 Osobowość w świetle badań / WYKŁAD	Anna Jera	19-11-2025	18:00	19:30	01:30
67 z 121 Przerwa regeneracyjna	Anna Jera	19-11-2025	19:30	19:45	00:15
68 z 121 Osobowość w świetle badań / ĆWICZENIA	Anna Jera	19-11-2025	19:45	20:35	00:50
69 z 121 Osobowość w świetle badań / PODSUMOWANIE ĆWICZEŃ Z TRENEREM (SUPERWIZJA)	Anna Jera	19-11-2025	20:35	21:00	00:25
70 z 121 Biologia umysłu - biosoftware / WYKŁAD	Maciej Bennewicz	20-11-2025	18:00	19:30	01:30
71 z 121 Przerwa regeneracyjna	Maciej Bennewicz	20-11-2025	19:30	19:45	00:15
72 z 121 Biologia umysłu - biosoftware / ĆWICZENIA	Maciej Bennewicz	20-11-2025	19:45	20:35	00:50
73 z 121 Biologia umysłu - biosoftware / PODSUMOWANIE ĆWICZEŃ Z TRENEREM (SUPERWIZJA)	Maciej Bennewicz	20-11-2025	20:35	21:00	00:25

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
74 z 121 Podsumowanie czwartego tygodnia zajęć / SUPERWIZJA GRUPOWA	Anna Jera	21-11-2025	18:00	20:00	02:00
75 z 121 Przerwa regeneracyjna	Anna Jera	21-11-2025	20:00	20:15	00:15
76 z 121 Test podsumowujący czwarty tydzień zajęć / WALIDACJA	-	21-11-2025	20:15	21:00	00:45
77 z 121 7 kroków do zmiany postawy / WYKŁAD	Maciej Bennewicz	01-12-2025	18:00	19:30	01:30
78 z 121 Przerwa regeneracyjna	Maciej Bennewicz	01-12-2025	19:30	19:45	00:15
79 z 121 7 kroków do zmiany postawy / ĆWICZENIA	Maciej Bennewicz	01-12-2025	19:45	20:35	00:50
80 z 121 7 kroków do zmiany postawy / PODSUMOWANIE ĆWICZEŃ Z TRENEREM (SUPERWIZJA)	Maciej Bennewicz	01-12-2025	20:35	21:00	00:25
81 z 121 Przekonania jako software osobowości / WYKŁAD	Anna Jera	02-12-2025	18:00	19:30	01:30
82 z 121 Przerwa regeneracyjna	Anna Jera	02-12-2025	19:30	19:45	00:15
83 z 121 Przekonania jako software osobowości / ĆWICZENIA	Anna Jera	02-12-2025	19:45	20:35	00:50

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
84 z 121 Przekonania jako software osobowości / PODSUMOWANIE ĆWICZEŃ Z TRENEREM (SUPERWIZJA)	Anna Jera	02-12-2025	20:35	21:00	00:25
85 z 121 Model pracy z przekonaniem / WYKŁAD	Maciej Bennewicz	03-12-2025	18:00	19:30	01:30
86 z 121 Przerwa regeneracyjna	Maciej Bennewicz	03-12-2025	19:30	19:45	00:15
87 z 121 Model pracy z przekonaniem / ĆWICZENIA	Maciej Bennewicz	03-12-2025	19:45	20:30	00:45
88 z 121 Model pracy z przekonaniem / PODSUMOWANIE ĆWICZEŃ Z TRENEREM (SUPERWIZJA)	Maciej Bennewicz	03-12-2025	20:30	21:00	00:30
89 z 121 Praca z przekonaniem – archetypy / WYKŁAD	Anna Jera	04-12-2025	18:00	19:30	01:30
90 z 121 Przerwa regeneracyjna	Anna Jera	04-12-2025	19:30	19:45	00:15
91 z 121 Praca z przekonaniem – archetypy / ĆWICZENIA	Anna Jera	04-12-2025	19:45	20:35	00:50
92 z 121 Praca z przekonaniem – archetypy / PODSUMOWANIE ĆWICZEŃ Z TRENEREM (SUPERWIZJA)	Anna Jera	04-12-2025	20:35	21:00	00:25

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
93 z 121 Praca z przekonaniami – pytania uchylające / WYKŁAD	Maciej Bennewicz	05-12-2025	18:00	19:00	01:00
94 z 121 Przerwa regeneracyjna	Maciej Bennewicz	05-12-2025	19:00	19:15	00:15
95 z 121 Praca z przekonaniami – pytania uchylające / ĆWICZENIA	Maciej Bennewicz	05-12-2025	19:15	20:05	00:50
96 z 121 Praca z przekonaniami – pytania uchylające / PODSUMOWANIE ĆWICZEŃ Z TRENEREM	Maciej Bennewicz	05-12-2025	20:05	20:30	00:25
97 z 121 Test podsumowujący piąty tydzień zajęć / WALIDACJA	-	05-12-2025	20:30	21:00	00:30
98 z 121 Soul Coaching - Dążenie do spójności cz. I / WYKŁAD	Anna Jera	08-12-2025	18:00	19:30	01:30
99 z 121 Przerwa regeneracyjna	Anna Jera	08-12-2025	19:30	19:45	00:15
100 z 121 Soul Coaching - Dążenie do spójności cz. I / ĆWICZENIA	Anna Jera	08-12-2025	19:45	20:35	00:50
101 z 121 Soul Coaching - Dążenie do spójności cz. I / PODSUMOWANIE ĆWICZEŃ Z TRENEREM (SUPERWIZJA)	Anna Jera	08-12-2025	20:35	21:00	00:25

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
102 z 121 Soul Coaching - Dążenie do spójności cz. II / WYKŁAD	Maciej Bennewicz	09-12-2025	18:00	19:30	01:30
103 z 121 Przerwa regeneracyjna	Maciej Bennewicz	09-12-2025	19:30	19:45	00:15
104 z 121 Soul Coaching - Dążenie do spójności cz. II / ĆWICZENIA	Maciej Bennewicz	09-12-2025	19:45	20:35	00:50
105 z 121 Soul Coaching - Dążenie do spójności cz. II / PODSUMOWANIE ĆWICZEŃ Z TRENEREM (SUPERWIZJA)	Maciej Bennewicz	09-12-2025	20:35	21:00	00:25
106 z 121 Kreatywność w coachingu / WYKŁAD	Anna Jera	10-12-2025	18:00	19:30	01:30
107 z 121 Przerwa regeneracyjna	Anna Jera	10-12-2025	19:30	19:45	00:15
108 z 121 Kreatywność w coachingu / ĆWICZENIA	Anna Jera	10-12-2025	19:45	20:35	00:50
109 z 121 Kreatywność w coachingu / PODSUMOWANIE ĆWICZEŃ Z TRENEREM (SUPERWIZJA)	Anna Jera	10-12-2025	20:35	21:00	00:25
110 z 121 Pojęcie szczęścia w psychologii pozytywnej i life coachingu / WYKŁAD	Maciej Bennewicz	11-12-2025	18:00	19:30	01:30

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
111 z 121 Przerwa regeneracyjna	Maciej Bennewicz	11-12-2025	19:30	19:45	00:15
112 z 121 Pojęcie szczęścia w psychologii pozytywnej i life coachingu / ĆWICZENIA	Maciej Bennewicz	11-12-2025	19:45	20:35	00:50
113 z 121 Pojęcie szczęścia w psychologii pozytywnej i life coachingu / PODSUMOWANIE ĆWICZENIA Z TRENEREM (SUPERWIZJA)	Maciej Bennewicz	11-12-2025	20:35	21:00	00:25
114 z 121 Superwizja grupowa (praca na procesie psychologicznym)	Anna Jera	12-12-2025	18:00	20:00	02:00
115 z 121 Przerwa regeneracyjna	Anna Jera	12-12-2025	20:00	20:15	00:15
116 z 121 Test podsumowujący szósty tydzień kursu / WALIDACJA	-	12-12-2025	20:15	21:00	00:45
117 z 121 Superwizja grupowa (przygotowanie do egzaminu)	Anna Jera	13-12-2025	18:00	19:30	01:30
118 z 121 Przerwa regeneracyjna	Anna Jera	13-12-2025	19:30	19:45	00:15
119 z 121 Superwizja grupowa (przygotowanie do egzaminu)	Anna Jera	13-12-2025	19:45	21:00	01:15

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
120 z 121 Egzamin teoretyczny - test wielokrotnego wyboru / WALIDACJA	-	15-12-2025	18:00	19:30	01:30
121 z 121 Egzamin praktyczny - przeprowadzenie sesji z klientem, wypełnienie arkusza autofeedbacku / WALIDACJA	-	15-12-2025	19:30	21:00	01:30

Cennik

Cennik

Rodzaj ceny	Cena
Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	11 900,00 PLN
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	11 900,00 PLN
Koszt osobogodziny brutto	123,96 PLN
Koszt osobogodziny netto	123,96 PLN

Prowadzący

Liczba prowadzących: 2



1 z 2

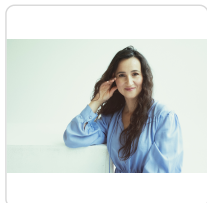
Maciej Bennewicz

Założyciel Instytutu Kognitywistyki, kształci zawodowych coachów, mentorów i tutorów. Menedżer, coach, pisarz, socjolog. Posiada doświadczenie w obszarze kształcenia biznesowego, menadżerskiego, osobistego. Realizował i koordynował projekty szkoleniowe dla instytucji państwowych i rządowych, prowadził szkolenia i sesje coachingowe dla firm działających w branżach: finansowej, ubezpieczeniowej, telekomunikacyjnej, wydawniczej, farmaceutycznej, paliwowej, spożywczej i wielu innych.

Psychoterapeuta indywidualny i grupowy.

Autor ponad 30 książek z dziedziny coachingu, mentoringu, rozwoju osobistego i psychologii integralnej, m.in.: podręcznika „Coaching i mentoring w praktyce”, „Miłość toksyczna, miłość dojrzała – Coaching relacji.”

Twórca programu coachingowego akredytowanego European Quality Award przez European Mentoring and Coaching Council realizowanego w Bennewicz Instytut Kognitywistyki. Twórca programu mentoringowego kształcącego zawodowych mentorów zgodnie z kodem etycznym EMCC. Były Prezes EMCC Poland (European Mentoring and Coaching Council).



2 z 2

Anna Jera

Dyrektorka Programowa Instytutu Kognitywistyki, wykładowczyni, trenerka kognitywna, mentorka, coacherka, współautorka książek '(Co)aching. Zestaw narzędzi', 'Wolna i szczęśliwa, jak uwolnić się z toksycznego związku' i inne) i kursów rozwojowych.

Posiada ponad 10 letnie doświadczenie pracy zawodowej. Prowadzi zajęcia procesowo podążając za grupą oraz ich potrzebami, korzystając z różnych metod dostosowanych do poziomu i potrzeb konkretnych uczestników i narzędzi, mających na celu wzmocnienie rozwoju indywidualnego. Preferuje pracę z metaforą, zwiększając zaangażowanie, swobodę, otwartość, spontaniczność i pomysłowość uczestników.

Psychologia, rozwój osobisty, edukacja oraz metody pracy z umysłem, to jej największa pasja.

Certyfikaty i uprawnienia: Absolwentka Uniwersytetu Wrocławskiego i Warszawskiego, Coach i Trener Metody TROP, GAME-coach, ART-coach, Coach Praktyk Biznesu. Dodatkowo w ramach fakultetów coachingowych w Norman Benett Academy ukończyła: szkolenie z wykorzystania języka transu w life coachingu oraz certyfikowany kurs z art coachingu i gier coachingowych.

Informacje dodatkowe

Informacje o materiałach dla uczestników usługi

- Pliki dokumentów PDF: ponad 40 wszechstronnych ćwiczeń, modeli coachnigowych oraz technik, o praktycznym znaczeniu.
- Podręczniki: „Coaching i mentoring w praktyce”, „Coaching. Złote zasady”, „Coaching. Zestaw narzędzi”

Informacje dodatkowe

1. Usługa prowadzona na ZOOM (licencja komercyjna) i autorskiej platformie edukacyjnej online.
2. Dostęp do platformy dla uczestników za pośrednictwem linku aktywacyjnego wysłanego przez email, bez konieczności rejestracji
3. Zoom samodzielnie dopasuje jakość obrazu do szybkości i jakości połączenia z internetem.
4. Platforma ZOOM ma możliwość nagrywania telekonferencji
5. Platforma ZOOM posiada szyfrowanie SSL
6. Uczestnicy, którzy nie zgadzają się na wykorzystanie ich wizerunku mają możliwość uczestniczenia w telekonferencji na wyłączonej kamerce.
7. Sprawdzenie obecności odbędzie się za pomocą logowania do ZOOM, prosimy o używanie prawdziwego imienia i nazwiska lub adresu e-mail, podczas uczestnictwa w sesjach.
8. Użytkownicy mogą korzystać z urządzeń mobilnych. W takim przypadku uczestnicy wg instrukcji będą zobligowani do zainstalowania aplikacji oraz zezwoleniu na dostęp do głośnika, mikrofonu i kamery urządzenia. Aplikacja w Sklep Play jak i AppStore posiada certyfikat bezpieczeństwa

Warunki techniczne

Główne wymagania sprzętowe:

- Komputer/Laptop z dostępem do przeglądarki.
- Połączenie z WiFi lub LAN
- Głośniki lub słuchawki
- Kamera internetowa - opcjonalnie

1. Obsługiwane narzędzia mobilne:

- Urządzenia mobilne z systemem Android poprzez pobranie aplikacji Zoom ze Sklep Play, Apple poprzez pobranie aplikacji z AppStore - wymagane połączenie z internetem 3G/4G/LTE.

2. Obsługiwane urządzenia stacjonarne oraz laptopy:

Wymagania sprzętowe:

Minimum

Jednordzeniowy procesor 1 Ghz lub szybszy, 1GB RAM,

Rekomendowane

Procesor Dual Core 2Ghz, 4Gb

Obsługiwane systemy operacyjne:

- macOS X with macOS 10.7 lub nowszy
- Windows XP SP3 lub nowszy
- Chrome OS

Przeglądarki obsługiwane:

- Windows: IE 11+, Edge 12+, Firefox 27+, Chrome 30+
- Mac: Safari 7+, Firefox 27+, Chrome 30+

Minimalna szybkość łącza dla urządzeń stacjonarnych:

- Dla 1:1 wideo rozmów:
- 600kbps jakość video 480p
- Dla wideokonferencji:
- 800kbps/1.0Mbps (up/down) dla 480p

Kontakt



Anna Jera

E-mail biuro@instytutbennewicz.pl

Telefon (+48) 667 951 750