



Petra Consulting
Sylwia Petryna

★★★★★ 4,8 / 5

563 oceny

Akademia Coachingu - I poziom

Numer usługi 2025/05/09/5795/2734826

📍 zdalna w czasie rzeczywistym

🏠 Usługa szkoleniowa

🕒 40 h

📅 14.11.2025 do 12.12.2025

7 872,00 PLN brutto

6 400,00 PLN netto

196,80 PLN brutto/h

160,00 PLN netto/h

Informacje podstawowe

Kategoria	Biznes / Zarządzanie zasobami ludzkimi
Grupa docelowa usługi	Program adresujemy do wszystkich, którzy stanęli w swej karierze zawodowej przed wyzwaniem pracy indywidualnej i zespołowej. Zachęcamy do udziału przede wszystkim wszystkich początkujących coachów, managerów, trenerów wewnętrznych organizacji oraz osób związanych z kształtowaniem umiejętności i postaw innych, jak również do tych, którzy zainteresowani są rozwojem w kierunku coachingu.
Minimalna liczba uczestników	3
Maksymalna liczba uczestników	14
Data zakończenia rekrutacji	13-11-2025
Forma prowadzenia usługi	zdalna w czasie rzeczywistym
Liczba godzin usługi	40
Podstawa uzyskania wpisu do BUR	Certyfikat systemu zarządzania jakością wg. ISO 9001:2015 (PN-EN ISO 9001:2015) - w zakresie usług szkoleniowych

Cel

Cel edukacyjny

„Akademia Coachingu – Poziom Podstawowy” ma na celu zapoznanie uczestników z kluczowymi zasadami i metodami coachingu, umożliwiając im zrozumienie jego istoty oraz odróżnienie od innych form wsparcia. Uczestnicy zdobędą podstawowe umiejętności coachingowe, takie jak aktywne słuchanie, zadawanie pytań rozwijających oraz prowadzenie

sesji zgodnie z modelami coachingowymi. Dodatkowo szkolenie uwzględnia etykę coachingu, autorefleksję oraz przygotowanie do dalszego rozwoju w tej dziedzinie.

Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Uczestnik posługuje się definicjami dotyczącymi coachingu oraz rozpoznaje różnice pomiędzy coachingiem a innymi metodami pracy rozwojowej.	1. Definiuje i rozpoznaje proces coachingowy. 2. Charakteryzuje przyczyny ludzkich zachowań w określonych sytuacjach życiowych. 3. Charakteryzuje prawa i obowiązki coacha i klienta.	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
Uczestnik prowadzi sesję kontraktową i pracuje na celach przy użyciu odpowiednich metod.	1. Definiuje i przygotowuje sesję kontraktową. 2. Demonstruje umiejętności doboru i zastosowania odpowiednich metod pracy nad celami coachingowymi. 3. Nazywa i charakteryzuje metody określania celu.	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
Uczestnik stosuje metody i narzędzia niezbędne w procesie coachingu.	1.Dobiera i rozróżnia odpowiednie narzędzia coachingowe. 2. Wykazuje umiejętności elastycznego dostosowania metod coachingowych.	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
Uczestnik skutecznie prowadzi sesję coachingową zgodnie z zasadami kultury i etyki zawodu coacha.	1. Przeprowadza sesję coachingową zgodnie ze standardami zawodowymi zachowując odpowiednią strukturę. 2. Stosuje techniki i narzędzia coachingowe. 3. Buduje atmosferę wzajemnego szacunku i zaufania w relacji z klientem.	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie

Kwalifikacje

Kompetencje

Usługa prowadzi do nabycia kompetencji.

Warunki uznania kompetencji

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

TAK

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

TAK

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

TAK

Program

Moduł I. Moc zawarta w coachingu

- Sesja kontraktowa
- Skupienie na celu
- Doprecyzowanie celu – metoda SMARTER
- Od problemu do celu
- Ekologia celu – matryca wpływu
- Analiza ważnych obszarów w życiu klienta – koło życia
- Uszczegóławianie celu z danego obszaru – siatka celów
- Model GROW – przykładowe pytania
- Pierwszy etap GOAL – CEL
- Drugi etap REALTY – Rzeczywistość
- Trzeci etap OPTIONS – OPCJE
- Czwarty etap WILL – WOLA
- Zajęcia praktyczne

Moduł II. Narzędzia w coachingu

- Naciąganie gumy
- Modeling
- Projekcja
- Mentor – Autorytet
- Siedem życzeń
- Poziomy słuchania w coachingu
- Poziomy neurologiczne Roberta Diltsa
- Przekonania
- Wartości

Moduł III. Grupowe sesje coachingowe

- Sesja coachingowa przeprowadzana przez uczestników Akademii
- Praca 1x1 oraz analiza sesji pozostałych uczestników

Szkolenie kończy się walidacją prowadzoną przez walidatora (rozdzielczość funkcji z osobą trenera).

Szkolenie obejmuje 40 godzin dydaktycznych (bez przerwy).

1 godzina dydaktyczna = 45 minut zegarowych

W trakcie szkolenia wykorzystywane są metody dydaktyczne: wykład, praca indywidualna, praca w parach (prowadzenie krótkich sesji ukierunkowanych na zastosowanie narzędzi coachingowych).

Harmonogram

Liczba przedmiotów/zajęć: 11

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
1 z 11 Moduł I. Moc zawarta w coachingu	Justyna Czempik	14-11-2025	08:30	11:30	03:00
2 z 11 Moduł I. Moc zawarta w coachingu	Justyna Czempik	14-11-2025	12:30	15:30	03:00
3 z 11 Moduł I. Moc zawarta w coachingu	Justyna Czempik	15-11-2025	08:30	11:30	03:00
4 z 11 Moduł I. Moc zawarta w coachingu	Justyna Czempik	15-11-2025	12:30	15:30	03:00
5 z 11 Moduł II. Narzędzia w coachingu	Sylwia Petryna	29-11-2025	08:30	11:30	03:00
6 z 11 Moduł II. Narzędzia w coachingu	Sylwia Petryna	29-11-2025	12:30	15:30	03:00
7 z 11 Moduł II. Narzędzia w coachingu	Sylwia Petryna	30-11-2025	08:30	11:30	03:00
8 z 11 Moduł II. Narzędzia w coachingu	Sylwia Petryna	30-11-2025	12:30	15:30	03:00
9 z 11 Moduł III. Grupowe sesje coachingowe	Justyna Czempik	12-12-2025	08:30	11:30	03:00
10 z 11 Moduł III. Grupowe sesje coachingowe	Justyna Czempik	12-12-2025	12:30	15:15	02:45
11 z 11 Walidacja	-	12-12-2025	15:15	15:30	00:15

Cennik

Cennik

Rodzaj ceny	Cena
-------------	------

Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	7 872,00 PLN
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	6 400,00 PLN
Koszt osobogodziny brutto	196,80 PLN
Koszt osobogodziny netto	160,00 PLN

Prowadzący

Liczba prowadzących: 2



1 z 2

Justyna Czempik

Akredytowany coach w International Coach Federation na poziomie MCC. Mentorka i superwizorka. Akredytowany trener VCC. Specjalizuje się w szkoleniach dot. Treningów interpersonalnych, warsztatów rozwojowych, coachingu (w tym mentoring i superwizja), facylitacji, działań twórczych oraz szkoleń z zakresu kompetencji społecznych. Posiada doświadczenie w prowadzeniu różnorodnych grup, zarówno co do wielkości, wieku, profili zawodowych, poziomu wykształcenia jak i ze względu na ich strukturę. Pracowała zarówno z inżynierami czy informatykami jak i artystami. Współtworzyła rodzinną firmę związaną nowymi technologiami oraz była menadżerem zespołu muzycznego. Od wielu lat kształci trenerów, coachów, superwizuje ich pracę oraz wspiera w rozwoju kompetencji trenerskich.

Przeprowadziła ponad 250 godzin szkoleniowych w ostatnich dwóch latach w obszarze związanym z coachingiem.

kontakt@petraconsulting.pl



2 z 2

Sylwia Petryna

Mentorka, menagerka i trenerka z ponad 20-letnim doświadczeniem zawodowym. Akredytowany coach Międzynarodowej Federacji Coachingu (w trakcie PCC ICF – Professional Certified Coach International Coach Federation). Absolwenta Politechniki Wrocławskiej, Wyższej Szkoły Bankowej i Politechniki Warszawskiej. Posiada wysokie kompetencje w obszarze budowania zespołów, inspirowania innych, rozwiązywania problemów, wdrażania programów mentoringowych.

Od 2000 roku na stanowiskach menedżerskich zarządzała zespołami kilku i kilkudziesięcio-osobowymi. Uczy menedżerów jak być skutecznymi menedżerami i jak tworzyć kompetentne zespoły. Jako coach zajmuje się rozwojem kompetencji menedżerskich w pracy zawodowej. Od 2003 roku zarządza własną firmą konsultingową. Od początku swojej działalności asystuje firmom w rozwoju i przekazywaniu wiedzy w firmie.

Ma na swoim koncie ponad 10 tys godzin szkoleniowych.

Prowadzi własną szkołę trenerów, coachów i mentorów.

Autorka książki "Mentoring – Odkrywanie i rozwijanie potencjału osobistego i zawodowego".

Autorka programów mentoringowych: „Wzrastaj w siłę”, „Jesteś wystarczająca” oraz "Leader Skills".
biuro@petraconsulting.pl

Informacje dodatkowe

Informacje o materiałach dla uczestników usługi

1. Uczestnicy otrzymają komplet materiałów dydaktycznych (cztery części skryptu do nauki w formie PDF) oraz kwestionariuszy i testów.
2. Uczestnicy otrzymają dostęp do dwóch szkoleń w formie e-learningu "**Diagnozowanie potrzeb rozwojowych - czyli oferta szyta na miarę**" oraz "**Postawy coachingu**".
3. Dodatkowo - indywidualne sesje coachingowe / 3 godz. dydaktyczne

Informacje dodatkowe

Szkolenie obejmuje 40 godzin dydaktycznych (bez przerw).

1 godzina dydaktyczna = 45 minut zegarowych

Forma szkolenia online uwzględnia m.in.

- dzielenie ekranu – z widokiem wszystkich uczestników szkolenia
- prezentacja widoczna dla każdego uczestnika szkolenia
- ćwiczenia w podgrupach, prowadzone w „pokojach online” - warsztaty
- rozmowa - wymiana doświadczeń, wypracowanie przykładowych procesów w organizacji

Warunki techniczne

Opis warunków dot. części zdalnej

- każda osoba uczestnicząca w szkoleniu powinna posiadać **działający komputer z mikrofonem** (wskazana kamerka internetowa)
- **stabilne połączenie z Internetem** - minimalne wymagania dotyczące parametrów łącza sieciowego – nie mniejsze niż 3 MG/s
- niezbędne **oprogramowanie** umożliwiające uczestnikom dostęp do prezentowanych treści i materiałów – przeglądarka **Mozilla Firefox/Chrome/Opera/Explorer**
- okres ważności linku umożliwiające uczestnictwo online – to dzień odbywania szkolenia

Kontakt



Sylwia Petryna

E-mail biuro@petraconsulting.pl

Telefon (+48) 507 057 730