



URSA Alena
Drozdowska

Brak ocen dla tego dostawcy

Szkolenie w zakresie prowadzenia profesjonalnego coachingu

Numer usługi 2025/05/14/163222/2746380

📍 Gniewczki / stacjonarna

🏠 Usługa szkoleniowa

🕒 112 h

📅 09.06.2025 do 26.06.2025

11 200,00 PLN brutto

11 200,00 PLN netto

100,00 PLN brutto/h

100,00 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	Szkolenie jest dedykowane dla: - osób, które pracują/chcą pracować jako profesjonalści w branży rozwoju kompetencji - osób pracujących/planujących pracować na stanowiskach trenerów wewnętrznych, którzy chcą zdobyć narzędzia i umiejętności do pracy ze swoimi zespołami, - osób, które wspierają innych w ich rozwoju i chcą poznać nową metodę wspierania rozwoju potencjału osobistego i zawodowego - osób, które chcą zostać trenerami lub chcą poszerzyć swoje kompetencje coachingowe
Minimalna liczba uczestników	1
Maksymalna liczba uczestników	6
Data zakończenia rekrutacji	08-06-2025
Forma prowadzenia usługi	stacjonarna
Liczba godzin usługi	112
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

Szkolenie w zakresie prowadzenia profesjonalnego coachingu - kurs przygotowuje uczestnika do prowadzenia samodzielnych sesji coachingowych, wyznaczenia i wspierania w osiąganiu celów, stosowania profesjonalnych narzędzi w procesie coachingowym i aktywności związanej z realizacją procesu rozwoju osób.

Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Zna podstawowe założenia i definicje coachingu	Uczestnik rozumie istotę coachingu jako metody wspierania rozwoju osobistego i zawodowego, potrafi odróżnić coaching od innych form wsparcia (np. mentoringu, terapii, doradztwa)	Test teoretyczny
Zna i stosuje etyczne standardy pracy coacha	Uczestnik rozpoznaje sytuacje wymagające decyzji etycznych i potrafi wskazać odpowiednie działania zgodne z kodeksem etycznym	Obserwacja w warunkach symulowanych
Komunikuje się w sposób coachingowy (aktywne słuchanie, pytania, parafrazy, odzwierciedlanie)	Uczestnik stosuje skuteczne techniki komunikacji w ćwiczeniach i symulacjach sesji	Obserwacja w warunkach symulowanych
Stosuje narzędzia coachingowe dopasowane do potrzeb klienta	Potrafi dobrać i zastosować właściwe narzędzie (np. model GROW, koło życia) do konkretnej sytuacji	Obserwacja w warunkach symulowanych
Prowadzi strukturalny proces coachingowy od kontraktu do zakończenia współpracy	Uczestnik potrafi zaplanować cykl sesji, stworzyć kontrakt coachingowy i prowadzić sesję zgodnie z ustaloną strukturą	Obserwacja w warunkach symulowanych
Wspiera klienta w rozwoju samoświadomości i odpowiedzialności za działania	Uczestnik zadaje pytania i stosuje techniki pogłębiające refleksję klienta i wzmacniające jego sprawczość	Obserwacja w warunkach symulowanych
Reflektuje własną praktykę i rozwój jako coach	Potrafi zidentyfikować swoje mocne strony i obszary do rozwoju, formułuje własne cele rozwojowe	Wywiad swobodny
		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?

Dokument potwierdzający uzyskanie kompetencji zawiera opis efektów uczenia się, m. in. uczestnik: zna podstawowe założenia i definicje coachingu, posługuje się etycznymi standardami pracy coacha, komunikuje się w sposób wspierający rozwój osoby, stosuje narzędzia i techniki coachingowe

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

Dokument potwierdza, że walidacja została przeprowadzona w oparciu o zdefiniowane w efektach uczenia się kryteria ich weryfikacji. Walidacja odbywa się za pomocą kilku metod

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

Dokument potwierdza zastosowanie rozwiązań zapewniających rozdzielenie procesów szkolenia od walidacji. Za każdy etap szkolenia i walidacji są odpowiedzialne inne osoby.

Program

Ramowy program szkolenia:

1. COACHING – FUNDAMENTY I TOŻSAMOŚĆ ZAWODOWA

- Definicja coachingu – czym coaching jest, a czym nie jest
- Coaching a inne formy rozwoju: mentoring, doradztwo, terapia
- Rola coacha w procesie zmiany i rozwoju klienta
- Postawa coacha – podstawy etyczne, zaufanie, bezstronność
- Kompetencje coacha – modele (np. ICF) i ich zastosowanie w praktyce

2. RELACJA COACHINGOWA I KONTRAKTOWANIE

- Budowanie relacji coachingowej opartej na zaufaniu i bezpieczeństwie
- Zasady kontraktowania – etapy, elementy kontraktu, cele
- Struktura sesji coachingowej – wprowadzenie, eksploracja, podsumowanie
- Oczekiwania klienta vs. możliwości coacha
- Ramy etyczne w pracy z klientem

3. KOMUNIKACJA COACHINGOWA

- Umiejętność aktywnego słuchania i obecności
- Sztuka zadawania pytań coachingowych – otwartych, pogłębiających, transformujących
- Parafraza, odzwierciedlanie, budowanie przestrzeni do refleksji
- Rozpoznawanie barier komunikacyjnych i ich przełamywanie
- Praca z emocjami i oporem klienta

4. NARZĘDZIA I TECHNIKI COACHINGOWE

- Model GROW – zastosowanie krok po kroku
- Metoda SMART/SMARTER do formułowania celów
- Koło życia, wartości, przekonania – narzędzia wspierające refleksję
- Techniki wizualizacji, linia czasu, metafory
- Dobór narzędzi do potrzeb i stylu klienta

5. PROWADZENIE PROCESU COACHINGOWEGO

- Planowanie dłuższego procesu coachingowego

- Rozpoznawanie potrzeb klienta i planowanie cyklu sesji
- Monitorowanie postępów i elastyczne reagowanie
- Zamknięcie procesu coachingowego – podsumowanie efektów
- Dokumentacja procesu (dla celów superwizji lub własnego rozwoju)

6. REFLEKSJA, ETYKA I ROZWÓJ COACHA

- Samoświadomość i autorefleksja w pracy coacha
- Budowanie własnego stylu coachingowego
- Wyzwania i dylematy etyczne – case study
- Superwizja jako narzędzie rozwoju i zapobiegania wypaleniu
- Ścieżki dalszego rozwoju i certyfikacji coacha

7. TOOLBOX – COACH W DZIAŁANIU

- Przegląd wybranych narzędzi coachingowych i ich praktyczne zastosowanie
- Warsztat z zastosowaniem narzędzi wizualnych: mapowanie, storytelling, metafory
- Tworzenie indywidualnej sesji coachingowej z zastosowaniem poznanych narzędzi
- Sesje demo: uczestnik jako coach, klient i obserwator
- Przygotowanie do walidacji kompetencji coachingowych

Zakończenie szkolenia

- **Walidacja efektów uczenia się** prowadzona przez niezależnego walidatora, oddzielnego od trenera
- **Zaświadczenie ukończenia szkolenia:** uczestnik otrzymuje je pod warunkiem obecności w min. 80% zajęć oraz udziału w procesie walidacji
- **Podsumowanie i ścieżki dalszego rozwoju zawodowego jako coach**

Harmonogram

Liczba przedmiotów/zajęć: 15

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
1 z 15 COACHING – FUNDAMENTY I TOŻSAMOŚĆ ZAWODOWA Definicja coachingu .Coaching a inne formy rozwoju: mentoring, doradztwo, terapia .Rola coacha w procesie zmiany i rozwoju	Alena Drozdowska	09-06-2025	08:00	16:00	08:00

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
2 z 15 COACHING – FUNDAMENTY I TOŻSAMOŚĆ ZAWODOWA. Postawa coacha – podstawy etyczne, zaufanie, bezstronność Kompetencje coacha – modele (np. ICF) i ich zastosowanie w praktyce	Alena Drozdowska	10-06-2025	08:00	16:00	08:00
3 z 15 Relacja coachingowa i kontraktowanie / Komunikacja coachingowa	Alena Drozdowska	11-06-2025	08:00	16:00	08:00
4 z 15 Komunikacja coachingowa	Alena Drozdowska	12-06-2025	08:00	16:00	08:00
5 z 15 (cd.) Komunikacja coachingowa	Alena Drozdowska	13-06-2025	08:00	16:00	08:00
6 z 15 Narzędzia i techniki coachingowe	Alena Drozdowska	14-06-2025	08:00	12:00	04:00
7 z 15 (cd.) Narzędzia i techniki coachingowe	Alena Drozdowska	16-06-2025	08:00	16:00	08:00
8 z 15 Prowadzenie procesu coachingowego	Alena Drozdowska	17-06-2025	08:00	16:00	08:00
9 z 15 (cd.) Prowadzenie procesu coachingowego	Alena Drozdowska	18-06-2025	08:00	16:00	08:00
10 z 15 Refleksja, etyka i rozwój coacha	Alena Drozdowska	20-06-2025	08:00	16:00	08:00

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
11 z 15 Toolbox – Coach w działaniu	Alena Drozdowska	21-06-2025	08:00	12:00	04:00
12 z 15 (cd.) Toolbox – Coach w działaniu	Alena Drozdowska	23-06-2025	08:00	16:00	08:00
13 z 15 (cd.) Toolbox – Coach w działaniu	Alena Drozdowska	24-06-2025	08:00	16:00	08:00
14 z 15 (cd.) Toolbox – Coach w działaniu + podsumowanie	Alena Drozdowska	25-06-2025	08:00	16:00	08:00
15 z 15 Walidacja i certyfikacja + zakończenie szkolenia	-	26-06-2025	08:00	16:00	08:00

Cennik

Cennik

Rodzaj ceny	Cena
Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	11 200,00 PLN
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	11 200,00 PLN
Koszt osobogodziny brutto	100,00 PLN
Koszt osobogodziny netto	100,00 PLN

Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



1 z 1
Alena Drozdowska
 Trener, instruktor, mentor w zakresie rozwoju osobistego, poszerzenia wiedzy i zdobycia nowych kompetencji osób dorosłych.

Absolwentka Politechniki Białostockiej z ponad 8-letnim doświadczeniem w prowadzeniu szkoleń grupowych. Instruktor praktycznej nauki zawodu.
W 2022 roku ukończyła kurs "WORKING IN INTERCULTURAL TEAMS"
W 2023 roku ukończyła kurs "Kreatywne metody w edukacji i pracy socjalnej".
Jako trenerka w ramach konkursu "Razem możemy więcej" pracowała z osobami potrzebującymi wsparcia w integracji społecznej i zawodowej.

Informacje dodatkowe

Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Każdy uczestnik otrzyma **skrypt szkoleniowy**:

- Kompendium wiedzy teoretycznej o coachingu (definicje, modele, etyka)
- Opisy ról i kompetencji coacha
- Przegląd kluczowych umiejętności coachingowych
- Opis i przykłady modeli coachingowych (np. GROW, SMARTER, TGROW, CO-ACTIVE)
- Ćwiczenia do pracy własnej i grupowej
- Formularze do autorefleksji i autoanalizy
- Zadania do wykonania między sesjami
- Szablony do planowania sesji coachingowej

Adres

Gnieciuki 55
Gnieciuki
woj. podlaskie

Udogodnienia w miejscu realizacji usługi

- Klimatyzacja
- Wi-fi

Kontakt



Alena Drozdowska

E-mail alena.olszewska@gmail.com

Telefon (+48) 799 136 378