

**Wprowadzenie do coachingu - część 1.**

Numer usługi 2025/05/22/133812/2765375

**5 000,00 PLN** brutto

5 000,00 PLN netto

312,50 PLN brutto/h

312,50 PLN netto/h

CENTRUM  
ROZWOJU I  
EDUKACJI SP. Z O.  
O.



📍 Katowice / stacjonarna

🏠 Usługa szkoleniowa

🕒 16 h

📅 05.07.2025 do 06.07.2025

## Informacje podstawowe

|                                        |                                                                                                                                                        |
|----------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Kategoria</b>                       | Zdrowie i medycyna / Psychologia i rozwój osobisty                                                                                                     |
| <b>Sposób dofinansowania</b>           | wsparcie dla osób indywidualnych<br>wsparcie dla pracodawców i ich pracowników                                                                         |
| <b>Grupa docelowa usługi</b>           | Usługa przeznaczona dla osób, które chcą zacząć realizować profesjonalnie sesje coachingowe. Przygotowuje do dalszego rozwoju na ścieżce coachingowej. |
| <b>Minimalna liczba uczestników</b>    | 1                                                                                                                                                      |
| <b>Maksymalna liczba uczestników</b>   | 15                                                                                                                                                     |
| <b>Data zakończenia rekrutacji</b>     | 04-07-2025                                                                                                                                             |
| <b>Forma prowadzenia usługi</b>        | stacjonarna                                                                                                                                            |
| <b>Liczba godzin usługi</b>            | 16                                                                                                                                                     |
| <b>Podstawa uzyskania wpisu do BUR</b> | Certyfikat systemu zarządzania jakością wg. ISO 9001:2015 (PN-EN ISO 9001:2015) - w zakresie usług szkoleniowych                                       |

## Cel

### Cel edukacyjny

Usługa „Wprowadzenie do coachingu” prowadzi do nabycia kwalifikacji

- Założenia podstawowe (zasady etyki i postawa);
- Współtworzenie relacji (kontraktowanie, budowanie zaufania, obecność);

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

| Efekty uczenia się                                      | Kryteria weryfikacji                                                                               | Metoda walidacji                     |
|---------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------|
| Rozróżnia zasady etyki                                  | Omawia definicje, typy coachingu, zasady i standardy pracy coacha.                                 | Wywiad swobodny                      |
|                                                         | Planuje budowanie kontaktów z klientami, sponsorami i interesariuszami.                            | Wywiad swobodny                      |
|                                                         | Omawia poziomy neurologiczne Diltsa.                                                               | Wywiad swobodny                      |
|                                                         | Charakteryzuje poufność i dobrowolność w procesie coachingu.                                       | Test teoretyczny                     |
|                                                         | Rozróżnia różnice pomiędzy coachingiem, konsultingiem, psychoterapią oraz innymi formami wsparcia. | Test teoretyczny                     |
|                                                         | Rozpoznaje, kiedy klient wymaga pomocy innego specjalisty.                                         | Test teoretyczny                     |
|                                                         | Definiuje granice odpowiedzialności coacha i klienta.                                              | Test teoretyczny                     |
| Projektuje wcielanie w życie postawy coachingowej       | Planuje rozwój osobisty coacha.                                                                    | Test teoretyczny                     |
|                                                         | Definiuje role samoświadomości i intuicji coacha w pracy z klientem.                               | Test teoretyczny                     |
|                                                         | Obsługuje umiejętność zarządzania emocjami.                                                        | Wywiad swobodny                      |
|                                                         | Przygotowuje sesje.                                                                                | Obserwacja w warunkach rzeczywistych |
| Projektuje zawieranie i realizowanie ustaleń kontraktu. | Kontraktuje proces coachingowy                                                                     | Test teoretyczny                     |
|                                                         | Planuje proces coachingowy                                                                         | Test teoretyczny                     |
|                                                         | Wymienia różnice pomiędzy coachem a klientem i sponsorem jeśli występuje                           | Test teoretyczny                     |
|                                                         | Definiuje cele coachingu                                                                           | Test teoretyczny                     |
|                                                         | Definiuje wskaźniki sukcesu dla celów procesu coachingu i pojedynczej sesji                        | Test teoretyczny                     |
|                                                         | Opisuje zakończenie relacji coachingowej.                                                          | Test teoretyczny                     |

| Efekty uczenia się                                  | Kryteria weryfikacji                                                                    | Metoda walidacji                    |
|-----------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------|
| Omawia budowanie zaufania i poczucia bezpieczeństwa | Charakteryzuje szeroki kontekst klienta.                                                | Obserwacja w warunkach symulowanych |
|                                                     | Dostosowuje komunikację do tożsamości, poglądów, stylu i języka klienta.                | Obserwacja w warunkach symulowanych |
|                                                     | Uznaje unikalne talenty klienta.                                                        | Obserwacja w warunkach symulowanych |
|                                                     | Definiuje wsparcie, empatię i troskę w procesie coachingu.                              | Obserwacja w warunkach symulowanych |
|                                                     | Obsługuje ekspresję klienta w procesie coachingu, pracując z emocjami.                  | Obserwacja w warunkach symulowanych |
|                                                     | Tworzy relację opartą o wzajemne zaufanie.                                              | Obserwacja w warunkach symulowanych |
| Utrzymuje obecność                                  | Wykazuje skupienie, uważność, empatię oraz wrażliwość na klienta.                       | Obserwacja w warunkach symulowanych |
|                                                     | Wykazuje ciekawość podczas procesu coachingowego. Zadaje pytania.                       | Obserwacja w warunkach symulowanych |
|                                                     | Analizuje własne emocje i obecność przy kliencie.                                       | Obserwacja w warunkach symulowanych |
|                                                     | Wykazuje pewność siebie podczas pracy z silnymi emocjami klienta.                       | Obserwacja w warunkach symulowanych |
|                                                     | Wykazuje komfort w pracy w sferze tego, co nieznanne.                                   | Obserwacja w warunkach symulowanych |
|                                                     | Zauważa moment, w którym trzeba dać przestrzeń na ciszę, zatrzymanie się lub refleksję. | Obserwacja w warunkach symulowanych |

## Kwalifikacje

### Inne kwalifikacje

#### Uznane kwalifikacje

Pytanie 4. Czy dokument potwierdzający uzyskanie kwalifikacji jest rozpoznawalny i uznawalny w danej branży/sektorze (czy certyfikat otrzymał pozytywne rekomendacje od co najmniej 5 pracodawców danej branży/sektorów lub związku branżowego, zrzeszającego pracodawców danej branży/sektorów)?

Tak, dokument potwierdzający uzyskanie kwalifikacji jest rozpoznawalny i uznawalny w danej branży/sektorze.

**Pytanie 5. Czy dokument jest certyfikatem, dla którego wypracowano system walidacji i certyfikowania efektów uczenia się na poziomie międzynarodowym?**

Tak, dokument jest certyfikatem, dla którego wypracowano system walidacji i certyfikowania efektów uczenia się na poziomie międzynarodowym.

## Informacje

|                                                               |                                                                                             |
|---------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Podstawa prawna dla Podmiotów / kategorii Podmiotów</b>    | uprawnione do realizacji procesów walidacji i certyfikowania na mocy innych przepisów prawa |
| <b>Nazwa/Kategoria Podmiotu prowadzącego walidację</b>        | Fundacja My Personality Skills                                                              |
| <b>Podmiot prowadzący walidację jest zarejestrowany w BUR</b> | Tak                                                                                         |
| <b>Nazwa/Kategoria Podmiotu certyfikującego</b>               | Fundacja My Personality Skills                                                              |
| <b>Podmiot certyfikujący jest zarejestrowany w BUR</b>        | Tak                                                                                         |

# Program

## Dzień 1

### Założenia podstawowe:

#### Działanie zgodnie z zasadami etyki:

- Definicje, typy coachingu, zasady i standardy pracy coacha.
- Budowanie kontaktów z klientami, sponsorami i interesariuszami.
- Poziomy neurologiczne Diltsa.
- Poufność i dobrowolność w procesie coachingu.
- Różnice pomiędzy coachingiem, konsultingiem, psychoterapią oraz innymi formami wsparcia.
- Rozpoznawanie, kiedy klient wymaga pomocy innego specjalisty.

#### Wcielanie w życie postawy coachingowej:

- Granice odpowiedzialności coacha i klienta.
- Rozwój osobisty coacha.
- Rola samoświadomości i intuicji coacha w pracy z klientem.
- Umiejętność zarządzania emocjami.
- Przygotowanie sesji.

## Dzień 2

### Współtworzenie relacji:

#### Zawieranie i realizowanie ustaleń kontraktu:

- Kontraktowanie procesu coachingu.
- Planowanie procesu coachingu.
- Dopasowanie pomiędzy coachem a klientem i sponsorem jeśli występuje.
- Definiowanie celów coachingu.

- Definiowanie wskaźników sukcesu dla celów procesu coachingu i pojedynczej sesji.
- Zakończenie relacji coachingowej.

#### Budowanie zaufania i poczucia bezpieczeństwa

- Rozumienie klienta i jego szerokiego kontekstu.
- Dostosowanie komunikacji do tożsamości, poglądów, stylu i języka klienta.
- Uznawanie unikalnych talentów klienta.
- Wsparcie, empatia i troska w procesie coachingu.
- Ekspresja klienta w procesie coachingu, praca z emocjami.
- Tworzenie relacji opartej o wzajemne zaufanie.

#### Utrzymywanie obecności

- Skupienie, uważność, empatia oraz wrażliwość na klienta.
- Ciekawość podczas procesu coachingowego.
- Zarządzanie własnymi emocjami, obecność przy kliencie.
- Wykazywanie pewności podczas pracy z silnymi emocjami klienta.
- Komfort w pracy w sferze tego, co nieznanne.
- Dawanie przestrzeni na ciszę, zatrzymanie się lub refleksję.

#### Egzamin

Szkolenie kończy się walidacją w dniu 06.07.2025 r., w godzinach 14:15-15:15 oraz egzaminem w tym samym dniu w godzinach 15:15-16:00 .

ROZDZIELNOŚĆ OSOBOWA WALIDACJI: Rozdzielność szkolenia od walidacji - rozdzielność osobowa. Osoba szkoląca nie ocenia wiedzy i umiejętności swoich kursantów w zakresie, w którym nauczała. Kończącą walidację prowadzi odrębna osoba.

Certyfikacja jest przeprowadzana przez Fundację My Personality Skills.

1 godzina = godzina dydaktyczna.

Przerwy nie są wliczone w usługę. Istnieje możliwość zmiany godzin przerw na prośbę uczestników.

## Harmonogram

Liczba przedmiotów/zajęć: 15

| Przedmiot / temat zajęć                                     | Prowadzący      | Data realizacji zajęć | Godzina rozpoczęcia | Godzina zakończenia | Liczba godzin |
|-------------------------------------------------------------|-----------------|-----------------------|---------------------|---------------------|---------------|
| <b>1 z 15</b> Działanie zgodnie z zasadami etyki            | Grażyna Pławska | 05-07-2025            | 08:00               | 09:30               | 01:30         |
| <b>2 z 15</b> Przerwa                                       | Grażyna Pławska | 05-07-2025            | 09:30               | 09:45               | 00:15         |
| <b>3 z 15</b> Poufność i dobrowolność w procesie coachingu. | Grażyna Pławska | 05-07-2025            | 09:45               | 11:15               | 01:30         |
| <b>4 z 15</b> Przerwa                                       | Grażyna Pławska | 05-07-2025            | 11:15               | 11:45               | 00:30         |
| <b>5 z 15</b> Wcielanie w życie postawy coachingowej.       | Grażyna Pławska | 05-07-2025            | 11:45               | 13:15               | 01:30         |

| Przedmiot / temat zajęć                                                  | Prowadzący      | Data realizacji zajęć | Godzina rozpoczęcia | Godzina zakończenia | Liczba godzin |
|--------------------------------------------------------------------------|-----------------|-----------------------|---------------------|---------------------|---------------|
| <b>6 z 15</b> Przerwa                                                    | Grażyna Pławska | 05-07-2025            | 13:15               | 13:30               | 00:15         |
| <b>7 z 15</b> Rola samoświadomości i intuicji coacha w pracy z klientem. | Grażyna Pławska | 05-07-2025            | 13:30               | 15:00               | 01:30         |
| <b>8 z 15</b> Zawieranie i realizowanie ustaleń kontraktu.               | Grażyna Pławska | 06-07-2025            | 08:00               | 09:30               | 01:30         |
| <b>9 z 15</b> Przerwa                                                    | Grażyna Pławska | 06-07-2025            | 09:30               | 09:45               | 00:15         |
| <b>10 z 15</b> Budowanie zaufania i poczucia bezpieczeństwa              | Grażyna Pławska | 06-07-2025            | 09:45               | 11:15               | 01:30         |
| <b>11 z 15</b> Przerwa                                                   | Grażyna Pławska | 06-07-2025            | 11:15               | 11:45               | 00:30         |
| <b>12 z 15</b> Utrzymywanie obecności.                                   | Grażyna Pławska | 06-07-2025            | 11:45               | 13:15               | 01:30         |
| <b>13 z 15</b> Przerwa                                                   | Grażyna Pławska | 06-07-2025            | 13:15               | 13:30               | 00:15         |
| <b>14 z 15</b> Walidacja                                                 | -               | 06-07-2025            | 13:30               | 14:30               | 01:00         |
| <b>15 z 15</b> Egzamin/certyfikacja                                      | -               | 06-07-2025            | 14:30               | 15:00               | 00:30         |

## Cennik

### Cennik

| Rodzaj ceny                               | Cena         |
|-------------------------------------------|--------------|
| Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto | 5 000,00 PLN |
| Koszt przypadający na 1 uczestnika netto  | 5 000,00 PLN |
| Koszt osobogodziny brutto                 | 312,50 PLN   |

|                                   |            |
|-----------------------------------|------------|
| Koszt osobogodziny netto          | 312,50 PLN |
| W tym koszt walidacji brutto      | 300,00 PLN |
| W tym koszt walidacji netto       | 300,00 PLN |
| W tym koszt certyfikowania brutto | 200,00 PLN |
| W tym koszt certyfikowania netto  | 200,00 PLN |

## Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



1 z 1

### Grażyna Pławska

Studia podyplomowe z Coachingu ukończyła w 2009 r. Następnie prowadziła sesje coachingowe i kończyła kontynuowała swoją edukację w zawodzie coacha. W 2014 r. uzyskała Certyfikat Coacha IIC&M "The Practitioner Coach Diploma". W tym samym roku uzyskała tytuł Certyfikowanego Coacha Zespołowego i Grupowego NOVO, specjalizując się w pracy z menadżerami i ich zespołami. W 2017 r. zrealizowała szkolenie z Facylitacji i moderacji jako narzędzia pracy z grupą. Poglębiała swoją wiedzę w dwóch aspektach pracy z ludźmi: odporności psychicznej i zarządzania zmianą. W 2019 roku uzyskała akredytację ACC / ICF. W kolejnych latach kontynuowała poznawanie narzędzi diagnostycznych i w 2021 r. została Certyfikowanym Konsultantem Systemu Diagnostycznego INSIGHTFUL PROFILER (iP121) W kolejnych latach pracowała z zespołami w administracji publicznej, otrzymała certyfikat ze szkolenia "Zarządzanie projektami w administracji publicznej" w 2023 r. oraz uzyskała certyfikat "Testy zdolności i kwestionariusze osobowości SHL w teorii i praktyce", niezbędne w definiowaniu ścieżek kariery i rozwoju. Ukończyła również kurs mentoringu, związanego z prowadzeniem procesu mentoringu w organizacji. W 2024 r. ukończyła studia podyplomowe na Akademii Leona Koźmińskiego, Menedżer ds. szkoleń i rozwoju. Obecnie kończy studia podyplomowe z ZZL na SWPS i jest w trakcie akredytacji PCC /ICF.

## Informacje dodatkowe

### Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Każdy z uczestników otrzyma tematyczne materiały dydaktyczne w postaci skryptów oraz prezentację w formacie pdf.

### Informacje dodatkowe

1 godzina = godzina dydaktyczna.

Przerwy nie są wliczone w usługę.

Zwolnienie z VAT na podstawie § 3 ust. 1 pkt 14 rozporządzenia Ministra Finansów z 20 grudnia 2-13 r. (Dz. U. 2018 poz. 701)

# Adres

ul. Tomasza Kotlarza 10B

40-139 Katowice

woj. śląskie

## Udogodnienia w miejscu realizacji usługi

- Klimatyzacja
- Wi-fi

# Kontakt



**Karina Indryka**

**E-mail** [biuro@centrum-rozwoju.edu.pl](mailto:biuro@centrum-rozwoju.edu.pl)

**Telefon** (+48) 604 056 500