



Joanna Kominiak
Pracownia Idei

★★★★★ 5,0 / 5

9 ocen

"TRAIN THE TRAINER. Naucz się projektować i realizować dobre szkolenia, zyskaj komfort pracy Trenera." SZKOLENIE INDYWIDUALNE ONLINE - 3 DNI. Udział gwarantowany! Elastyczność terminu.

Numer usługi 2025/06/02/180698/2786442

📍 zdalna w czasie rzeczywistym

🏠 Usługa szkoleniowa

🕒 28 h

📅 02.02.2026 do 09.02.2026

4 990,00 PLN brutto

4 990,00 PLN netto

178,21 PLN brutto/h

178,21 PLN netto/h

Informacje podstawowe

Kategoria

Biznes / Zarządzanie zasobami ludzkimi

Grupa docelowa usługi

SZKOLENIE JEST WARSZTATEM INDYWIDUALNYM ONLINE 1:1 UCZESTNIKA Z TRENEREM BIZNESU.

Jest realizowane nawet przy zapisie 1 osoby. Największa grupa to 4 osoby.

Szkolenie dedykowane jest dla osób pełniących lub przygotowujących się do roli Trenera lub innego stanowiska wiążącego się z dzieleniem się wiedzą.

Wiedza przekazana na warsztacie będzie zrozumiała dla początkującego specjalisty, jak i osoby z pierwszymi doświadczeniami trenerskimi. Będzie też użytecznym odświeżeniem wiedzy dla wieloletniego Trenera. Poziom zaawansowania jest planowany na podstawowy, jednak Trener może dopasować stopień trudności warsztatu do potrzeb jego Uczestnika. W tym celu przed szkoleniem odbędzie on krótką rozmowę weryfikującą oczekiwania Uczestnika.

W razie potrzeby wybrania innych dni realizacji szkolenia, uprzejmie proszę o kontakt, chętnie dopasuję grafik do preferencji Uczestnika.

Usługa może być adresowana do projektu „Kierunek – Rozwój” lub jakiegokolwiek innego projektu realizowanego przez Operatora.

Minimalna liczba uczestników

1

Maksymalna liczba uczestników

4

Forma prowadzenia usługi

zdalna w czasie rzeczywistym

Liczba godzin usługi

28

Cel

Cel edukacyjny

Szkolenie: "TRAIN THE TRAINER. Naucz się projektować i realizować dobre szkolenia, zyskaj komfort pracy Trenera" (SZKOLENIE INDYWIDUALNE ONLINE) pozwoli nabyć niezbędne kompetencje dla trenera wewnętrznego lub zewnętrznego. Uczestnik nauczy się skutecznie badać potrzeby, projektować szkolenia, prowadzić je w sposób angażujący i skuteczny, radzić sobie z wyzwaniami trenerskimi. Otrzyma koszyk narzędzi trenerskich użytecznych do szkoleń online oraz stacjonarnych.

Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Projektuje szkolenia zgodnie z cyklem Kolba uczenia się osób dorosłych.	Charakteryzuje fazy cyklu Kolba, rozróżnia style uczenia się dorosłych, projektuje aktywności szkolenia zgodnie ze sztuką praw zapamiętywania.	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
Pracuje na sali szkoleniowej zgodnie z trzema kluczowymi aspektami początków, środków i końców.	Rozróżnia potrzeby i oczekiwania jakie mają uczestnicy szkoleń na początku szkolenia lub przed nim, w środku i na końcu. Projektuje aktywności szkoleniowe zgodnie z tymi potrzebami.	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
Używa w swojej pracy aktywności zgodnie z piramidą pamięci.	Stosuje i planuje najskuteczniejsze techniki zapamiętywania i dobiera do nich właściwe aktywności.	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
Używa narzędzi trenerskich do pracy online i na sali, które podnoszą atrakcyjność szkoleń i ich skuteczność.	Praktycznie używa właściwe miejsca online, które uatrakcyjnią jego szkolenia, dobiera energetyki do etapu szkolenia, właściwie uskutecznia proces nabierania wiedzy.	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

Szkolenie ma charakter indywidualny pracy 1:1 Trenera z Uczestnikiem. Dlatego realizacja szkolenia jest gwarantowana zaraz po zgłoszeniu się Uczestnika na szkolenie (na prośbę Uczestnika/grupy data realizacji może być przesunięta). Praca w małej grupie daje Uczestnikowi skuteczniejsze dopasowanie przekazywanej wiedzy do jego potrzeb i pełne skupienie Trenera na indywidualnych potrzebach i preferencjach Uczestnika.

KLUCZOWE W TYM SZKOLENIU BĘDĄ:

- Cykl Kolba, jako elementarny cykl uczenia się osób dorosłych
- Początki, środki i końce, które determinują formę pracy na szkoleniu
- Prawa pamięci dla uskutecznienia procesu
- Narzędzia pracy współczesnego Trenera

Co zyska Uczestnik warsztatu?

- poznanie modelu Kolba uczenia osób dorosłych,
- zdiagnozowanie swojego przewodniego stylu uczenia się, jako dorosły,
- umiejętność projektowania konspektów szkoleń zgodnie z potrzebami dorosłych,
- zwiększanie efektywności szkoleń, dzięki wprowadzeniu elementów szlifowania umiejętności już na warsztacie,
- umiejętność dobrania właściwego rodzaju aktywności do danego etapu szkolenia,
- znajomość głównych reguł zapamiętywania i umiejętność wykorzystania ich w szkielecie programu,
- zrozumienie jakich źródeł komunikatu warto używać, by maksymalnie wykorzystać wiedzę z modelu piramidy pamięci,
- uświadomi sobie, w jaki sposób wahające się zaangażowanie przy rosnących kompetencjach może zaburzać proces nauki,
- zda sobie sprawę z tego, jakie są potrzeby uczestników na początku szkolenia, w jego środku oraz na końcu oraz jakie w tej sytuacji są możliwości uczestników jego szkoleń do przyjmowania wiedzy,
- będzie umiał rozróżniać energetyki i lodołamacze pierwszego, i drugiego stopnia oraz stosować je w dopasowaniu do sytuacji, etapu i potrzeb,
- dowie się, które z aktywności przełamujących lody lub pobudzających zastosować w którym momencie i w jakim celu,
- dostanie koszyk narzędzi do pracy online, stacjonarnej lub mieszanej, które uatrakcyjnią jego szkolenia.

RAMOWY PROGRAM SZKOLENIA:

Moduł I Uczenie się osób dorosłych, Cykl Davida Kolba w tym procesie.

- Cztery główne style uczenia się osób dorosłych, silne strony i czułe punkty reprezentantów każdego stylu.
- Dostosowanie stylów uczenia się do Cyklu Kolba.
- Zaprojektowanie fragmentu szkolenia zgodnie z poznany cykl.

Moduł rozpoczyna się autodiagnozą własnego stylu uczenia się. Następnie poznaniem czterech głównych stylów uczenia się. Uczestnik zaczyna w ten sposób identyfikować zróżnicowane potrzeby przyszłych szkolonych oraz ich antypatie. Dzięki temu w przyszłości może rozpoznać przyczynę słabnącego zaangażowania poszczególnych osób w danych etapach aktywności warsztatów lub zrozumieć wzrost zaangażowania innych osób w tych samych momentach. Moduł I to również zapoznanie Uczestnika z kluczowym w obszarze trenerskim Cyklem Davida Kolba. Połączenie go ze stylami uczenia się osób dorosłych i zrozumienie jego następujących po sobie etapów jest kluczowe w procesie nauczania. Uczestnik doświadczy etapu cykliczności kończąc na pragmatyce. Samodzielnie zaprojektuje w tym module fragment warsztatu w ujęciu realiów własnej pracy, w oparciu przynajmniej o dwie fazy cyklu.

Moduł II Determinujące początki, środki i końce. Różne potrzeby, oczekiwania i różny stan skupienia uczestników szkoleń w innych jego fazach.

- **Jeszcze przed szkoleniem - jak dobrze przygotować się do jego realizacji?**
- **Less is more. Nauka koncentracji na tym, co jest niezbędne w danym etapie szkolenia.**
- **Angażowanie uczestników, podążanie za nimi i podtrzymywanie flow grupy.**

Moduł drugi uświadamia Uczestnikowi szkolenia, jak ważne jest przygotowanie się do projektowanego wydarzenia. Uważliwia na potencjalnych uczestników szkoleń, różne ich potrzeby i różną gotowość do wejścia w interakcję, w zależności od momentu szkolenia. Użycie modelu MoSCoW będzie świetnym narzędziem wspierającym w koncentrację na "less is more". W tym etapie warsztatu Trener dzieli się technikami aktywizowania uczestników szkoleń stosownego do etapu szkolenia i ułatwiającego otwarcie, kontynuację i domknięcie procesu.

Moduł III Prawa pamięci.

- **Nasze sprawdzane z autopsji metody na zapamiętywanie.**
- **Inteligencja płynna i krystaliczna, jako czynnik jednoczesnego wzrostu i spadku możliwości uczenia się osób dorosłych.**
- **Popularne główne prawa pamięci i piramida pamięci.**
- **Techniki angażujące uczestników grupy do wejścia w proces szkoleniowy.**

Uczestnik uświadomi lub przypomni sobie główne prawa zapamiętywania w ujęciu realiów osób dorosłych. W tym module wzmacniana jest kompetencja efektywności projektowanych szkoleń w oparciu o właściwe ćwiczenia. Jej rezultatem jest zastosowanie wiedzy w praktyce. Dzięki znajomości technik zapamiętywania i utrwalania wiedzy, w przyszłości osoby szkolone przez Uczestnika warsztatu mają szansę nie tylko na zdobycie wiedzy, ale i jej utrwalenie oraz przećwiczenie nowych umiejętności. Trener dzieli swoimi sprawdzonymi metodami na aktywowanie szkolonych osób. W efekcie Uczestnik ma szansę stać się bardziej skuteczną w swojej pracy i poszerza swój narzędziownik.

Moduł IV Narzędziownik Trenera.

- **Wahające się zaangażowanie uczestników szkoleń wraz ze wzrostem ich kompetencji.**
- **Różne rodzaje energetyków i lodołamaczy na różne okazje i z różnymi rezultatami.**
- **Gry szkoleniowe, quizy, żywe ankiety i tablice do pracy wspólnej - co i jak warto używać?**

Moduł piąty jest lubiany przez Uczestnika szkolenia etapem ze względu na zasób gotowych rozwiązań, które wypełnią szkolenia Uczestnika atrakcyjnymi elementami. Mowa w nim o drabince kompetencji, podnoszeniu energii i przełamywaniu lodów. Uczestnik zwiększa świadomość celowości wybieranych przez siebie aktywności. Dowiaduje się, że nie tylko charakter ćwiczenia ma znaczenie, ale pora dnia oraz intencje każdego z nich. W przyszłości pozwala im to odczarować złą sławę energetyków i używać ich wyłącznie zgodnie z potrzebą i w zgodzie z uczestnikami ich warsztatów lub świadomie ich unikać. Celowość bowiem tkwi nie w mnogości narzędzi, a w umiejętności doboru właściwych z nich. Trener dzieli się konkretnymi narzędziami do podnoszenia zaangażowania, sprawdzania wiedzy, badania nastrojów lub wspólnego wypowiadania się, oraz wspólnej pracy online. Trener dzieli się też niuansami każdego z narzędzi.

Moduł V Podsumowanie i uzupełnienie wiedzy.

- **Przypomnienie chronologicznej zawartości warsztatu.**
- **Domknięcie zaparkowanych wątków.**
- **Uzupełnienie wiedzy o istotne i niezaopiekowane potrzeby Uczestnika.**
- **Osobisty krok w przyszłość, czyli stworzenia jasnego planu działania na najbliższy czas.**

Moduł ostatni pozwala poukładać nabytą wiedzę, odświeżyć ją, wyłonić niezaopiekowane obawy i w miarę możliwości rozwiązać je na spotkaniu. To także czas na plan w przyszłość. Konkretnie kroki do powzięcia od następnego dnia dla wzmocnienia efektu uczenia się i nabierania nowych kompetencji.

Metody pracy na warsztacie:

Warsztat jest prowadzony w taki sposób, by najlepiej wykorzystać okazję do pracy bezpośredniej Trenera z Uczestnikiem. Trener skupia się na charakterystyce pracy Uczestnika, jego doświadczeniach, wyzwaniach i potrzebach. Część praktyczna w formie ćwiczeń, dyskusji, case study, szukania rozwiązań to minimum 60% spotkania. Uczestnik szkolenia jest niemal stale

aktywizowany z jednoczesnym zapewnieniem poczucia przestrzeni bezpiecznej, właściwej do eksperymentowania i popełniania błędów. Ponieważ warsztat jest dla szkoleniowców, Trener często wchodzi na tzw. meta poziom, analizując z Uczestnikiem proces, który właśnie ma miejsce na szkoleniu i jest istotny z perspektywy sztuki trenerskiej. Z tych względów warto z wyprzedzeniem zadbać o wygodne dla siebie warunki, pozwalające Uczestnikowi w pełni spożytkować czas przewidziany na udział w szkoleniu bez konieczności wykonywania w tym okresie innych zadań.

Informacje dodatkowe do programu:

Usługa została przeliczona na podstawie godzin dydaktycznych jej realizacji. 1 godzina dydaktyczna to 45 minut zegarowych. Całość usługi to 28 godzin dydaktycznych, czyli 21 zegarowych.

Przerwy proponowane Uczestnikowi w trakcie usługi nie są wliczone w podane godziny dydaktyczne usługi. Czas przerwy będzie wyodrębniony w harmonogramie (na tydzień przed wydarzeniem).

Rekomenduje się realizację usługi w trzech dniach w godzinach 8:00-15:30 lub 9:00-16:30. Dni te nie muszą następować po sobie. Rozpoczęcie szkolenia zaczyna się jednym dniem w ilości 1 godziny wstępnej i powinno to nastąpić przynajmniej na dzień przed pełnym dniem merytorycznym pracy.

Zajęcia teoretyczne będą zawierały nie więcej niż 40% czasu szkolenia, a część praktyczna to nie mniej niż 60% czasu szkolenia.

Wymogi stawiane Grupie Docelowej Usługi są opisane w polu tego dotyczącym.

Harmonogram

Liczba przedmiotów/zajęć: 0

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
Brak wyników.					

Cennik

Cennik

Rodzaj ceny	Cena
Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	4 990,00 PLN
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	4 990,00 PLN
Koszt osobogodziny brutto	178,21 PLN
Koszt osobogodziny netto	178,21 PLN

Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



1 z 1

JOANNA KOMINIAK

Jestem Trenerką Biznesu, Facylitorką, Moderatorką Design Thinking. Od dwóch lat prowadzę szkolenia na otwartym rynku, wspieram organizacje w ich rozwoju oraz rozwoju ich zespołów. Wcześniej, przez dekadę pełniłam rolę Trenera Sprzedaży, następnie jako lider prowadziłam Zespół Trenerski, a w kolejnych latach pracowałam, jako samodzielny Trener wewnętrzny dedykowany do menedżmentu i specjalistów. Wtedy brałam udział w transformacji organizacji, która ponad dziesięciokrotnie zwiększyła swoją obsadę. Mam doświadczenie zawodowe w branżach motoryzacyjnej, finansowej i paliwowej. Dziś pracuję z różnymi organizacjami i branżami. Wspieram głównie liderów oraz całe zespoły. Partnerzy z ostatniego roku współpracy to zakłady produkcyjne, korporacje, mniejsze organizacje, oraz jednostki publiczne, w tym naczelnicy i urzędnicy. Współpracuję z firmami szkoleniowymi. Obszary moich kompetencji, to paleta umiejętności liderskich, budowanie zespołów, przeprowadzanie przez zmianę w organizacji, radzenie sobie w sytuacjach trudnych, konfliktowych, oraz budowanie odporności i zwiększanie własnej efektywności. Starannie buduję komfortową i angażującą przestrzeń warsztatową. Moją siłą jest szybka i trafna diagnoza. Skupiam się na usprawnieniach w relacjach, jak w procesach. Z zamiłowaniem dbam o jakość i estetykę materiałów szkoleniowych oraz zróżnicowanie narzędzi pracy. Jestem pragmatykiem, dbam o użyteczność wiedzy i podpinanie modeli pod realne sytuacje każdego z uczestników moich szkoleń.

Informacje dodatkowe

Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Prezentacja zostanie dostarczona do uczestnika w formacie PDF online.

Ćwiczenia w formie dokumentu PDF do wydruku lub Word do uzupełnienia będą rozdawane Uczestnikowi na szkoleniu zgodnie z harmonogramem postępu szkolenia. Jeśli jakieś ćwiczenia będą mogły być wykonane online na tablicy wspólnej online, to Uczestnik otrzyma link z dostępem do platformy podczas szkolenia.

Warunki uczestnictwa

Nie wymaga się od Uczestnika posiadania żadnego dokumentu potwierdzającego jego kwalifikacje, doświadczenie czy charakter pracy ani poziomu wykształcenia.

Niezbędna jest możliwość udziału w szkoleniu w formie zdalnej z włączonym mikrofonem oraz kamerą, która pozwoli Uczestnikowi i Trenerowi na kontakt wzrokowy nawzajem podczas całego szkolenia.

Cel główny usługi zostanie osiągnięty pod warunkiem:

- pozytywnego przejścia przez test teoretyczny (75% odpowiedzi poprawnych) z wynikiem generowanym automatycznie na koniec szkolenia.

Warunkiem uczestnictwa jest zarejestrowanie i założenie konta w Bazie Usług Rozwojowych, zapisanie się na szkolenie za pośrednictwem Bazy i przypisanego ID wsparcia oraz spełnienie wszystkich warunków uczestnictwa w projekcie określonych przez Operatora. Koszt walidacji jest już uwzględniony w cenie szkolenia.

Informacje dodatkowe

Usługa zwolniona jest z podatku VAT jeśli przedsiębiorca/uczestnik uzyska min. 70% dofinansowania ze środków publicznych*, w przeciwnym wypadku należy do podanej ceny netto doliczyć 23% VAT.

*Wg rozporządzenia Ministra Finansów z dnia 20.12.2013 r. w sprawie zwolnień od podatku od towarów i usług oraz warunków stosowania tych zwolnień (Dz. U. z 2018, poz. 701)

Po zakończeniu udziału w usłudze rozwojowej Uczestnik otrzyma odpowiednie zaświadczenie.

Warunkiem otrzymania zaświadczenia oraz refundacji kosztów jest uczestniczenie w co najmniej 80% części zajęć usługi rozwojowej i zaliczenie zajęć w postaci wyniku minimum 75% poprawnych odpowiedzi w walidacji przeprowadzonej według testu wiedzy.

Szkolenie trwa 28 godzin dydaktycznych. Trzy dni po 9 godzin dydaktycznych plus 1x1h przed rozpoczęciem modułów merytorycznych. Czas przerw nie będzie wliczony do sumy godzin usługi. Czas przerw z harmonogramu będzie mógł zostać zmieniony lub przesunięty w czasie warsztatu

Warunki techniczne

Szkolenie będzie prowadzone za pośrednictwem platformy **ZOOM lub TEAMS**.

Ważne by uczestnik posiadał urządzenie spełniającym podstawowe wymagania sprzętowe:

- komputer stacjonarny, laptop z systemem Windows 8.1. lub nowszym posiadające procesor jednordzeniowy 1GHZ lub wyższy,
- **głośnik i mikrofon:** wbudowane, podłączane przez USB lub bezprzewodowe,
- **kamerę:** wbudowaną, podłączaną przez USB lub bezprzewodową,
- parametry: co najmniej 2 GB pamięci RAM,
- łącze sieciowe o prędkości min. 5 MB/s,
- dowolna przeglądarka internetowa: Internet Explorer, Google Chrome, Mozilla Firefox lub inna,
- niezbędne oprogramowanie z dostępem odczytu dokumentów zapisanych w formie: pdf, Word.

Kontakt



JOANNA KOMINIAK

E-mail pracownia@joannakominiak.com

Telefon (+48) 502 087 359