

BodyConnection

Agata Olszewska-Sarapata

★★★★★ 4,9 / 5

634 oceny

Szkolenie: BodyConnection™ Practitioner. Moduł 2 - Pełna sesja coachingowa.

Numer usługi 2025/07/06/34566/2860599

📍 zdalna w czasie rzeczywistym

🏠 Usługa szkoleniowa

🕒 20 h

📅 09.01.2026 do 11.02.2026

1 800,00 PLN brutto

1 800,00 PLN netto

90,00 PLN brutto/h

90,00 PLN netto/h

Informacje podstawowe

Kategoria	Zdrowie i medycyna / Psychologia i rozwój osobisty
Identyfikatory projektów	Małopolski Pociąg do kariery
Grupa docelowa usługi	Szkolenie dedykowane jest dla: - osób zainteresowanych zawodem coacha oraz rozwojem w zakresie łączenia coachingu i pracy z ciałem. - specjalistów z zakresu rozwoju osobistego: coachów, psychologów, terapeutów zainteresowanych rozszerzeniem swoich kompetencji w zakresie prowadzenia indywidualnych i grupowych procesów rozwojowych łączących coaching i pracę z ciałem - specjalistów pracujących z ciałem (masażystów, terapeutów czaszkowo-krzyżowych, terapeutów manualnych, terapeutów przez ruch i oddech itd.) chcących rozwijać się w prowadzeniu transformujących rozmów z klientami. Usługa jest dedykowana również dla Uczestników Projektu MP.
Minimalna liczba uczestników	5
Maksymalna liczba uczestników	14
Data zakończenia rekrutacji	08-01-2026
Forma prowadzenia usługi	zdalna w czasie rzeczywistym
Liczba godzin usługi	20
Podstawa uzyskania wpisu do BUR	Znak Jakości Małopolskich Standardów Usług Edukacyjno-Szkoleniowych (MSUES) - wersja 2.0

Cel

Cel edukacyjny

Szkolenie przygotowuje do samodzielnego przeprowadzenia pełnej sesji coachingowej (zbudowania relacji, precyzyjnego określenia celu na sesję, przeprowadzenia klienta przez etap pogłębiania świadomości i wniosków, ustalenia planu działania i domknięcia sesji) oraz do skutecznego wykorzystywania wyobraźni w procesie coachingowym.

Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Przeprowadza pełną sesję coachingową.	Identyfikuje kolejne etapy sesji coachingowej zgodnie ze Strzałą Coachingową.	Test teoretyczny
		Wywiad ustrukturyzowany
	Uwzględnia wszystkie te etapy w prowadzonych sesjach.	Test teoretyczny
		Wywiad ustrukturyzowany
		Test teoretyczny
	Zadaje adekwatne pytania do każdego z etapów.	Wywiad ustrukturyzowany
		Stosuje zasady komunikacji interpersonalnej wspierające przebieg prowadzonych procesów.
	Wywiad ustrukturyzowany	
Przeprowadza proces kontraktowania w coachingu. Precyzyjnie określa cel na sesję coachingową.	Identyfikuje korzyści z przeprowadzonego precyzyjnie kontraktowania w procesie coachingowym.	Test teoretyczny
		Wywiad ustrukturyzowany
		Test teoretyczny
	Zadaje pytania klaryfikujące cel.	Wywiad ustrukturyzowany
		Ustala z klientem jasny cel na sesję.
	Wywiad ustrukturyzowany	
	Omawia zasady etyki w pracy coacha.	
		Wywiad ustrukturyzowany

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Buduje proces coachingowy z wykorzystaniem wyobraźni.	Wykorzystuje wyobraźnię w procesie coachingowym.	Test teoretyczny
		Wywiad ustrukturyzowany
	Definiuje i wdraża asocjację i dysocjację w coachingu.	Test teoretyczny
		Wywiad ustrukturyzowany
	Uwzględnia preferencje klienta (wzrokowa, słuchowa, kinestetyczna) w celu maksymalizacji skuteczności coachingu.	Test teoretyczny
		Wywiad ustrukturyzowany
		Test teoretyczny
		Wywiad ustrukturyzowany
	Stosuje wybrane ramy "Jak gdybyś".	Test teoretyczny
		Wywiad ustrukturyzowany
Korzysta z głosu by zmaksymalizować rezultaty procesu coachingowego.	Rozróżnia tony głosu w coachingu i dostosowuje ton głosu do etapu sesji.	Test teoretyczny
		Wywiad ustrukturyzowany
Korzysta z informacji płynących z ciała na każdym etapie sesji coachingowej.	Wprowadza pytania pozwalające na korzystanie z informacji płynących z ciała na każdym etapie sesji w zależności od potrzeb klienta.	Test teoretyczny
		Wywiad ustrukturyzowany

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 dedykowane jest dla:

- osób zainteresowanych zawodem coacha oraz rozwojem w zakresie łączenia coachingu i pracy z ciałem.
- specjalistów z zakresu rozwoju osobistego: coachów, psychologów, terapeutów zainteresowanych rozszerzeniem swoich kompetencji w zakresie prowadzenia indywidualnych i grupowych procesów rozwojowych łączących coaching i pracę z ciałem
- specjalistów pracujących z ciałem (masażystów, terapeutów czaszkowo-krzyżowych, terapeutów manualnych, terapeutów przez ruch i oddech itd.) chcących rozwijać się w prowadzeniu transformujących rozmów z klientami.

RAMOWY PROGRAM:

09.01. Początkowe sprawdzenie wiedzy i umiejętności (test wiedzy oraz wywiad ustrukturyzowany w formie arkusza)

10.01. Dzień 1:

1. Praktyka wprowadzająca w moduł 1.
2. Modalności i preferencje językowe klienta.
3. Rama "jak gdybyś" - różne opcje pracy z wyobraźnią.
4. Sesja demonstracyjna z omówieniem.
5. Praktyka w parach.
6. Asocjacja i dysocjacja w coachingu w pracy z wyobraźnią.

11.01. Dzień 2:

1. Przedstawienie Strzały Coachingowej - pełna struktura sesji.
2. Włączanie pytań z poziomu ciała na każdym etapie rozmowy coachingowej.
3. Sesja demonstracyjna pełnej sesji coachingowej.
4. Praca głosem w coachingu - omówienie tonów głosu.
5. Pogłębienie procesu klaryfikacji celu na sesję. Kontraktowanie.

11.02. Dzień 3.

1. Sesja pytań i odpowiedzi na bazie doświadczeń z praktyki własnej. Podsumowanie modułu 2.
2. Walidacja (test wiedzy oraz wywiad ustrukturyzowany w formie arkusza)

Szkolenie jest realizowane w godzinach dydaktycznych (1 godzina = 45 min). Przerwy nie są wliczone w czas usługi rozwojowej.

Łącznie szkolenie obejmuje 18,7 godziny.

Walidacja obejmuje łącznie 1,3 godziny.

Teoria obejmuje 30 % czasu szkolenia.

Praktyka obejmuje 70% czasu szkolenia.

Usługa zostanie przeprowadzona w formie zdalnej w czasie rzeczywistym (w tym walidacja w formie wywiadu - arkusza samooceny i testu wiedzy).

Poziom kompetencji zostanie zweryfikowany przed i po usłudze rozwojowej.

W przypadku, gdy grupa będzie miała więcej niż 12 osób, szkolenie zostanie poprowadzone przez dwóch trenerów.

Metody pracy: wykład, uczestnictwo w ćwiczeniach coachingowych, prezentacja sesji przez trenerów w formie demo, praktyka w parach (w pokojach wirtualnych), omówienie doświadczeń i ćwiczeń w parach/w grupach/na forum, dyskusja na żywo, sesja pytań i odpowiedzi.

Aby realizacja usługi pozwoliła osiągnąć cel główny, warunkiem jest zaangażowanie uczestnika w proponowane formy pracy.

Harmonogram

Liczba przedmiotów/zajęć: 20

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
1 z 20 Początkowe sprawdzenie poziomu wiedzy i umiejętności (test wiedzy oraz wywiad ustrukturyzowany w formie arkusza).	-	09-01-2026	18:30	19:00	00:30
2 z 20 Wprowadzenie do modułu 2. Praca z wyobraźnią w asocjacji - praktyka grupowa (ćwiczenie coachingowe, omówienie doświadczenie, dyskusja na żywo, mini-wykład))	Agata Olszewska-Sarapata	10-01-2026	09:00	10:30	01:30
3 z 20 Przerwa	Agata Olszewska-Sarapata	10-01-2026	10:30	10:45	00:15
4 z 20 Budowanie procesu opartego na wizualizacji. Modalności (preferencje - wzrokowa, słuchowa, kinestetyczna) (mini-wykład, dyskusja na forum, ćwiczenie w parach w pokojach wirtualnych).	Agata Olszewska-Sarapata	10-01-2026	10:45	11:45	01:00
5 z 20 Sesja demonstracyjna z omówieniem (obserwacja prowadzonej sesji).	Agata Olszewska-Sarapata	10-01-2026	11:45	13:00	01:15

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
6 z 20 Przerwa	Agata Olszewska-Sarapata	10-01-2026	13:00	14:30	01:30
7 z 20 Praca w parach w dwie strony (praktyka sesji w pokojach wirtualnych).	Agata Olszewska-Sarapata	10-01-2026	14:30	16:00	01:30
8 z 20 Przerwa	Agata Olszewska-Sarapata	10-01-2026	16:00	16:15	00:15
9 z 20 Asocjacja i dysocjacja w coachingu. Rama "jak gdybyś" - różne opcje pracy z wyobraźnią (mini-wykład, mini-demonstracje, dyskusja na forum).	Agata Olszewska-Sarapata	10-01-2026	16:15	17:00	00:45
10 z 20 Przedstawienie Strzały Coachingowej - pełnej struktury sesji (prezentacja i omówienie na forum)..	Agata Olszewska-Sarapata	11-01-2026	09:00	09:30	00:30
11 z 20 Sesja demonstracyjna pełnej sesji coachingowej. Włączanie pytań z poziomu ciała na każdym etapie rozmowy coachingowej - omówienie (obserwacja sesji demonstracyjnej, omówienie doświadczenia).	Agata Olszewska-Sarapata	11-01-2026	09:30	10:30	01:00
12 z 20 Przerwa	Agata Olszewska-Sarapata	11-01-2026	10:30	10:45	00:15

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
13 z 20 Praca w parach (przeprowadzenie sesji w pokojach wirtualnych)	Agata Olszewska-Sarapata	11-01-2026	10:45	12:15	01:30
14 z 20 Omówienie doświadczenia pracy w parach (dyskusja na forum, sesja pytań i odpowiedzi).	Agata Olszewska-Sarapata	11-01-2026	12:15	13:00	00:45
15 z 20 Przerwa obiadowa	Agata Olszewska-Sarapata	11-01-2026	13:00	14:30	01:30
16 z 20 Poglębianie procesu klaryfikacji celu na sesję. Kontraktowanie (ćwiczenie grupowe, mini-demonstracja, dyskusja na forum).	Agata Olszewska-Sarapata	11-01-2026	14:30	15:45	01:15
17 z 20 Przerwa	Agata Olszewska-Sarapata	11-01-2026	15:45	16:00	00:15
18 z 20 Praca głosem w coachingu (mini-wykład, ćwiczenie grupowe, ćwiczenie w parach w pokojach wirtualnych)	Agata Olszewska-Sarapata	11-01-2026	16:00	17:00	01:00

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
19 z 20 Sesja pytań i odpowiedzi na bazie doświadczeń z praktyki własnej. Podsumowanie modułu 2.	Agata Olszewska-Sarapata	11-02-2026	18:00	20:00	02:00
20 z 20 Walidacja (test wiedzy oraz wywiad ustrukturyzowany w formie arkusza).	-	11-02-2026	20:00	20:30	00:30

Cennik

Cennik

Rodzaj ceny	Cena
Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	1 800,00 PLN
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	1 800,00 PLN
Koszt osobogodziny brutto	90,00 PLN
Koszt osobogodziny netto	90,00 PLN

Prowadzący

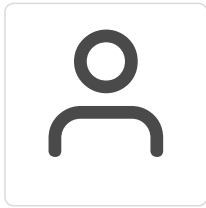
Liczba prowadzących: 2



1 z 2

Katarzyna Kuzak

Psycholog, ICF Master Certified Coach, Trener, Twórca Modelu Motyla™ – innowacyjnego podejścia do sesji coachingowych, autorka publikacji naukowych w dziedzinie coachingu. Założycielka Szkoły Coachingu Katarzyna Kuzak. Poza ekspertyzą w coachingu, rozwija umiejętności psychoterapeutyczne (Psychoterapia Systemowa), kształci się w nurcie Recall Healing oraz Cichych Ustawieniach Systemowych Berta Hellingera. Ma 6-letnie doświadczenie w realizacji usług szkoelniowo-mentoringowych dla coachów i osób przygotowujących się do zawodu coacha (min 120 godz. w ostatnich dwóch latach). W ostatnich dwóch latach przeprowadziła min 120 godzin usług szkoleniowych o podobnej tematyce.



2 z 2

Agata Olszewska-Sarapata

Psycholog, ICF Master Certified Coach, Trener, Twórca Body Connection™ Coaching – metody łączącej rozmowy coachingowe z głęboką pracą z ciałem. Terapeuta czaszkowo-krzyżowy oraz nauczyciel i terapeuta metody Life Impressions Bodywork, instruktor tanga argentyńskiego, kształci się w nurcie Recall Healing oraz Cichych Ustawieniach Systemowych Berta Hellingera. Pasjonatka i propagatorka postawy ekologicznej w miejscu pracy i w społeczności. Ma 6-letnie doświadczenie w realizacji usług szkoleniowo-mentoringowych dla coachów oraz osób przygotowujących się do zdobycia zawodu coacha. W ostatnich dwóch latach przeprowadziła min 120 godzin usług szkoleniowych o podobnej tematyce.

Informacje dodatkowe

Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Uczestnicy otrzymają materiały szkoleniowe "Body Connection™ Practitioner. Moduł 2 - Pełna sesja coachingowa." w formie pdf do wydruku (skrypt).

Uczestnicy będą mieli również dostęp do platformy kursu, gdzie będą im udostępniane nagrania z prowadzonych sesji demo.

Warunki uczestnictwa

1. Ukończone szkolenie "BodyConnection™ Practitioner. Moduł 1"
2. Usługa jest zwolniona z VAT w przypadku, gdy uczestnik uzyskał możliwość dofinansowania udziału w usługach rozwojowych. Zapis z ID wsparcia. W przypadku braku dofinansowania lub przy dofinansowaniu poniżej 70% do ceny usługi zostanie doliczony podatek VAT w wysokości 23%.
3. Warunki niezbędne do osiągnięcia celu głównego są jednocześnie warunkami do otrzymania przez Uczestnika zaświadczenia o ukończeniu udziału w usłudze rozwojowej. Warunkiem uzyskania zaświadczenia jest uczestnictwo w co najmniej **80%** zajęć usługi rozwojowej oraz przystąpienie do walidacji. Po zakończeniu udziału w usłudze rozwojowej i spełnieniu założonych wymogów (szkoleniu), uczestnik otrzymuje odpowiednie zaświadczenie o jej ukończeniu oraz zobowiązuje się do wypełnienia ankiety oceny szkolenia w BUR.
4. Fakt uczestnictwa w szkoleniu oraz walidacji zostanie potwierdzony listą obecności i/lub raportem obecności wygenerowanym z ZOOM.

Informacje dodatkowe

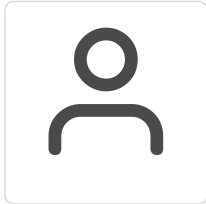
1. Godzina usługi szkoleniowej = 45 min. Przerwy nie są wliczone w czas trwania usługi.
2. Usługodawca nie jest podmiotem pełniącym funkcję Beneficjenta lub partnera w którymkolwiek Regionalnym Programie lub FER.
3. Podstawa zwolnienia z podatku VAT (w związku ze stawką VAT zw.): § 3 ust. 1 pkt 14 Rozporządzenia Ministra Finansów z dnia 20.12.2013r. w sprawie zwolnień od podatku od towarów i usług warunków stosowania tych zwolnień (Dz. U. z 2013r.
4. Szkolenie: "BodyConnection™ Practitioner. Moduł 2 - Pełna sesja coachingowa." jest częścią programu BodyConnection™ Practitioner w ramach Szkoły Coachingu BodyConnection™ prowadzącym do certyfikacji BodyConnection Practitioner oraz BodyConnection Coach. Warunki certyfikacji określa regulamin Szkoły Coachingu BodyConnection: <https://agataolszewska.pl/wp-content/uploads/2025/11/REGULAMIN-UCZESTNICTWA-w-programie-BodyConnection-Practitioner.pdf>

Warunki techniczne

1. Program do spotkań online: ZOOM
2. Wymagania sprzętowe: System Windows z procesorem Intel Dual-Core o częstotliwości 2.XX GHz lub procesorem AMD (zalecane minimum 2 GB RAM). Mac z systemem MacOS 10.12 lub nowszym na wspieranym urządzeniu z procesorem Intel CPI (zalecane minimum 2 GB RAM).
3. Zainstalowany system operacyjny: Windows 7 z dodatkiem Service Pack 1 lub nowszy. Upewnij się, że masz zaktualizowane sterowniki. MacOS 10.12 lub nowszy na wspieranym Macu.
4. Zainstalowana przeglądarka internetowa: Ostatnie dwie główne wersje jednej z następujących przeglądarek: Google Chrome, Mozilla Firefox, Apple Safari, Microsoft Edge.

5. Minimalna wymagana przepustowość łącza: Przy transferze wychodzącym - minimum 300 kb/s. Przy transferze przychodzącym - minimum 300 kb/s.
6. Kamera, mikrofon i głośniki lub słuchawki.
7. Nie jest wymagana instalacja oprogramowania ani umiejętności informatyczne, aby dołączyć się do usługi.
8. Dołączenie następuje poprzez kliknięcie w link wysłany mailem do uczestników kursu przed usługą.

Kontakt



Agata Olszewska-Sarapata

E-mail coaching.agata.olszewska@gmail.com

Telefon (+48) 668 820 300