



BodyConnection
Agata Olszewska-
Sarapata

★★★★★ 4,9 / 5

672 oceny

Szkolenie: BodyConnection™ Practitioner. Moduł 3 - Głębia w coachingu.

Numer usługi 2025/07/06/34566/2860623

📍 Kraków / mieszana (stacjonarna połączona z usługą zdalną
w czasie rzeczywistym)

🏠 Usługa szkoleniowa

🕒 31 h

📅 18.02.2026 do 18.03.2026

2 790,00 PLN brutto

2 790,00 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	17-02-2026
Forma prowadzenia usługi	mieszana (stacjonarna połączona z usługą zdalną w czasie rzeczywistym)
Liczba godzin usługi	31

Cel

Cel edukacyjny

Szkolenie przygotowuje do

- tworzenia dla klienta przestrzeni, w której może on odkrywać kim jest i co jest dla niego naprawdę ważne
- pracy z emocjami klienta
- pracy z wykorzystaniem metafory

w ramach realizowanych sesji coachingowych.

Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Przeprowadza sesję odpowiadającą na potrzeby z obszaru wartości.	Omawia z klientem ważne dla niego wartości. Klaryfikuje, w kontekście jakiej wartości klient potrzebuje zmiany. Przeprowadza sesję, korzystając z pytań i technik coachingowych wspierających cele klienta w obszarze wartości.	Test teoretyczny
		Wywiad ustrukturyzowany
Pracuje z emocjami w coachingu.	Bada emocje, których doświadcza klient i wykorzystuje je jako informacje. Omawia z klientem stosowane przez niego sposoby na radzenie sobie z emocjami. Proponuje pytania i techniki poszerzające świadomość klienta w obszarze emocji. Wspiera klienta w osiągnięciu pożądanego stanu emocjonalnego.	Test teoretyczny
		Wywiad ustrukturyzowany
Pracuje z metaforą w coachingu, również w coachingu opartym na pracy z ciałem.	Definiuje, czym jest metafora i identyfikuje korzyści pracy z metaforą w coachingu. Zaprasza klienta do pracy z metaforą w procesie coachingowym. Inicjuje zmianę pracując z metaforą. Wdraża metaforę w proces Body Connection™ Coachingu.	Test teoretyczny
		Wywiad ustrukturyzowany
Przeprowadza sesję zgodnie z kluczowymi kompetencjami coachingowymi wg ICF.	Definiuje kluczowe kompetencje wg ICF i wdraża je w praktyce.	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

18.02. Początkowe sprawdzenie wiedzy i umiejętności.

20.02. Dzień 1:

1. Wprowadzenie w moduł 3.
2. Praca z wartościami w coachingu. Koło wartości.
3. Sesja demonstracyjna (praca przez ciało w przestrzeni) z omówieniem.
4. Praktyka w parach.

21.02. Dzień 2:

1. Poranna praktyka świadomego ruchu z elementami coachingu.
2. Wprowadzenie do tematu emocji - czym są emocje w procesie rozwojowym.
3. Praca z emocją - sesja demonstracyjna z omówieniem.
4. Praktyka w parach.
5. Brak kontaktu z emocjami u klienta - jak sobie z tym poradzić?

22.02. Dzień 3:

1. Poranna praktyka świadomego ruchu z elementami coachingu.
2. Czym jest metafora i jaką ma rolę w procesie rozwojowym?
3. Praca z metaforą w sesjach realizowanych metodą BodyConnection™ Coaching.
4. Sesja demonstracyjna z omówieniem.
5. Praktyka w parach.
6. Tworzenie pytań do wybranych metafor.

Dzień 4 (online):

1. Kompetencje coachingowe wg. ICF
2. Proces certyfikacji BodyConnection Coach oraz certyfikacja w ICF

Dzień 5 (online)

Sesja pytań i odpowiedzi na bazie doświadczeń z praktyki własnej. Podsumowanie modułu 3.

Szkolenie jest realizowane w godzinach dydaktycznych. Przerwy nie są wliczone w czas usługi rozwojowej.

Łącznie szkolenie obejmuje 29,7 godziny.

Walidacja obejmuje łącznie 1,3 godziny.

Teoria obejmuje 30 % czasu szkolenia.

Praktyka obejmuje 70% czasu szkolenia.

Usługa jest usługą mieszaną, 25 godzin w formie stacjonarnej, 6 godzin w formie zdalnej w czasie rzeczywistym (w tym walidacja w formie arkusza samooceny i testu wiedzy).

Poziom kompetencji zostanie zweryfikowany przed i po usłudze rozwojowej.

Metody pracy: wykład, uczestnictwo w ćwiczeniach coachingowych, prezentacja sesji przez trenerów w formie demo, praktyka w parach, omówienie doświadczeń i ćwiczeń w parach/w grupach/na forum, dyskusja, sesja pytań i odpowiedzi. W czasie części realizowanej zdalnie - analizy doświadczeń z praktyki uczestników spotkanie zostanie przeprowadzone w formie rozmowy 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: 31

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin	Forma stacjonarna
1 z 31 Początkowe sprawdzenie wiedzy i umiejętności.	-	18-02-2026	18:30	19:00	00:30	Nie
2 z 31 Wprowadzeni e w zakres szkolenia. Praktyka wprowadzając a w temat wartości. Ćwiczenie coachingowe - koło wartości.	Agata Olszewska- Sarapata	20-02-2026	10:00	11:30	01:30	Tak
3 z 31 Przerwa	Agata Olszewska- Sarapata	20-02-2026	11:30	11:45	00:15	Tak
4 z 31 Sesja DEMO z wartością z omówieniem doświadczeni a.	Agata Olszewska- Sarapata	20-02-2026	11:45	13:00	01:15	Tak
5 z 31 Przerwa obiadowa	Agata Olszewska- Sarapata	20-02-2026	13:00	14:30	01:30	Tak

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin	Forma stacjonarna
6 z 31 Omówienie pracy z wartościami w coachingu. Omówienie struktury sesji prezentowane j podczas demonstracji.	Agata Olszewska-Sarapata	20-02-2026	14:30	15:15	00:45	Tak
7 z 31 Praktyka w parach - przeprowadzenie sesji w jedną stronę	Agata Olszewska-Sarapata	20-02-2026	15:15	16:15	01:00	Tak
8 z 31 Przerwa	Agata Olszewska-Sarapata	20-02-2026	16:15	16:30	00:15	Tak
9 z 31 Praktyka w parach - przeprowadzenie sesji w drugą stronę	Agata Olszewska-Sarapata	20-02-2026	16:30	17:30	01:00	Tak
10 z 31 Podsumowanie wniosków z praktyki w parach. Podsumowanie pracy z wartościami w coachingu.	Agata Olszewska-Sarapata	20-02-2026	17:30	18:00	00:30	Tak
11 z 31 Praktyka świadomego ruchu z elementami coachingu.	Agata Olszewska-Sarapata	21-02-2026	07:30	08:15	00:45	Tak

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin	Forma stacjonarna
12 z 31 Emocje w coachingu. Wprowadzeni e w temat pracy z emocjami. Praktyka aktywująca poziom emocji.	Agata Olszewska- Sarapata	21-02-2026	09:30	11:00	01:30	Tak
13 z 31 Przerwa	Agata Olszewska- Sarapata	21-02-2026	11:00	11:15	00:15	Tak
14 z 31 Sesja DEMO w temacie emocji z omówieniem doświadczeni a i przedstawieni em struktury.	Agata Olszewska- Sarapata	21-02-2026	11:15	13:00	01:45	Tak
15 z 31 Przerwa obiadowa	Agata Olszewska- Sarapata	21-02-2026	13:00	14:30	01:30	Tak
16 z 31 Praktyka w parach - przeprowadze nie sesji w jedną stronę	Agata Olszewska- Sarapata	21-02-2026	14:30	15:30	01:00	Tak
17 z 31 Praktyka w parach - przeprowadze nie sesji w drugą stronę	Agata Olszewska- Sarapata	21-02-2026	15:30	16:30	01:00	Tak
18 z 31 Przerwa	Agata Olszewska- Sarapata	21-02-2026	16:30	16:45	00:15	Tak

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin	Forma stacjonarna
19 z 31 Podsumowanie wniosków z praktyki w parach. Wsparcie klienta, w przypadku braku kontaktu z emocjami. Podsumowanie pracy z emocjami w coachingu.	Agata Olszewska-Sarapata	21-02-2026	16:45	17:30	00:45	Tak
20 z 31 Praktyka świadomego ruchu z elementami coachingu.	Agata Olszewska-Sarapata	22-02-2026	07:30	08:15	00:45	Tak
21 z 31 Metafora w coachingu. Doświadczenia wprowadzające w pracę z metaforą.	Agata Olszewska-Sarapata	22-02-2026	09:30	11:00	01:30	Tak
22 z 31 Przerwa	Agata Olszewska-Sarapata	22-02-2026	11:00	11:15	00:15	Tak
23 z 31 Praca z metaforą w sesjach realizowanych metodą Body Connection™ Coaching. Sesja DEMO z omówieniem doświadczenia.	Agata Olszewska-Sarapata	22-02-2026	11:15	13:00	01:45	Tak
24 z 31 Przerwa obiadowa	Agata Olszewska-Sarapata	22-02-2026	13:00	14:30	01:30	Tak

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin	Forma stacjonarna
25 z 31 Praktyka w parach - przeprowadze nie sesji w jedną stronę	Agata Olszewska- Sarapata	22-02-2026	14:30	15:30	01:00	Tak
26 z 31 Praktyka w parach - przeprowadze nie sesji w drugą stronę	Agata Olszewska- Sarapata	22-02-2026	15:30	16:30	01:00	Tak
27 z 31 Przerwa	Agata Olszewska- Sarapata	22-02-2026	16:30	16:45	00:15	Tak
28 z 31 Podsumowani e wniosków z praktyki w parach. Podsumowani e pracy z metaforą w coachingu.	Agata Olszewska- Sarapata	22-02-2026	16:45	17:30	00:45	Tak
29 z 31 Kompetencje coachingowe wg ICF. Certyfikacja w ICF. Kompetencje BodyConnecti on Coacha oraz certyfikacja w nurcie BodyConnecti on.	Agata Olszewska- Sarapata	25-02-2026	18:30	19:30	01:00	Nie
30 z 31 Sesja pytań i odpowiedzi na bazie doświadczeń z praktyki własnej. Podsumowani e modułu 3.	Agata Olszewska- Sarapata	18-03-2026	18:00	19:45	01:45	Nie

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin	Forma stacjonarna
31 z 31 Walidacja (arkusz samooceny oraz post-test).	-	18-03-2026	19:45	20:15	00:30	Nie

Cennik

Cennik

Rodzaj ceny	Cena
Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	2 790,00 PLN
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	2 790,00 PLN
Koszt osobogodziny brutto	90,00 PLN
Koszt osobogodziny netto	90,00 PLN

Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



1 z 1

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. 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 "BodyConnection™ Practitioner. Moduł 3 - Głębia w coachingu" w formie wydruku (skrypt).

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

Warunki uczestnictwa

1. Ukończone szkolenie "BodyConnection™ Practitioner. Moduł 1" oraz "BodyConnection™ Practitioner. Moduł 2"
2. Zapis z nadanym 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 3 - Głębia w coachingu." 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.

Adres

ul. Zakamycze 37b

30-240 Kraków

woj. małopolskie

Bliss House

Udogodnienia w miejscu realizacji usługi

- Wi-fi
- Klimatyzacja

Kontakt



Agata Olszewska-Sarapata

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

Telefon (+48) 668 820 300