



CENTRUM
SZKOLENIOWE
"GOLDEN GATE"
NICOLETTA
BASKIEWICZ

★★★★★ 4,9 / 5
905 ocen

Siła Kobiety w Biznesie i Życiu Zawodowym – jak pokonywać ograniczenia, budować pewność siebie i osiągać cele. Zarządzanie kobiecą energią.

Numer usługi 2025/08/06/39315/2925913

5 000,00 PLN brutto
5 000,00 PLN netto
312,50 PLN brutto/h
312,50 PLN netto/h

📍 Częstochowa / stacjonarna

🏠 Usługa szkoleniowa

🕒 16 h

📅 08.11.2025 do 09.11.2025

Informacje podstawowe

Kategoria

Zdrowie i medycyna / Psychologia i rozwój osobisty

Grupa docelowa usługi

Szkolenie „Siła Kobiety w Biznesie i Życiu Zawodowym” skierowane jest do wszystkich kobiet – niezależnie od wieku, doświadczenia zawodowego czy pełnionej roli. To przestrzeń dla tych, które chcą rozwijać swoją wewnętrzną siłę, pewność siebie i działać w zgodzie ze sobą. Zapraszamy zarówno liderki, właścicielki firm, menadżerki, specjalistki, jak i kobiety planujące zmiany zawodowe lub osobiste. Program odpowiada na potrzeby kobiet, które chcą lepiej rozumieć siebie, pokonywać wewnętrzne blokady, komunikować się z mocą i autentycznością, a także żyć i pracować w rytmie swojej naturalnej energii. Szkolenie oferuje wiedzę, praktykę i wspierającą kobiecą wspólnotę.

Minimalna liczba uczestników

10

Maksymalna liczba uczestników

20

Data zakończenia rekrutacji

07-11-2025

Forma prowadzenia usługi

stacjonarna

Liczba godzin usługi

16

Podstawa uzyskania wpisu do BUR

Znak Jakości TGLS Quality Alliance

Cel

Cel edukacyjny

Po zakończeniu szkolenia uczestniczki nabeđą kwalifikacje w zakresie animowania rozwoju osobistego i zawodowego, rozwoju kompetencji liderskich oraz stylów zarządzania, budowania samoświadomości i pewności siebie, skutecznej komunikacji, planowania ścieżki kariery, zarządzania sobą w czasie i energią oraz wykorzystywania narzędzi coachingowych i mentoringowych w pracy z innymi.

Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Uczestniczka potrafi zdefiniować własną tożsamość, rozpoznać wartości oraz określić indywidualną definicję sukcesu.	Wskazuje kluczowe wartości wpływające na jej decyzje i rozwój.	Test teoretyczny
	Potrafi opisać swoją osobistą definicję sukcesu oraz czynniki, które ją kształtują.	Test teoretyczny
Uczestniczka rozpoznaje blokady wewnętrzne oraz potrafi stosować strategie przełamywania schematów ograniczających rozwój.	Identyfikuje najczęstsze schematy ograniczające podejmowanie decyzji.	Test teoretyczny
	Wymienia skuteczne metody ich przezwyciężania, dopasowane do własnych zasobów i możliwości.	Test teoretyczny
Uczestniczka zna różne style podejmowania decyzji oraz potrafi dobierać odpowiednie metody działania w zgodzie ze sobą.	Opisuje różnice między decyzjami podejmowanymi z poziomu umysłu, emocji i intuicji.	Test teoretyczny
	Potrafi wskazać sytuacje, w których zastosowanie konkretnego stylu decyzyjnego jest najbardziej efektywne.	Test teoretyczny
Uczestniczka rozwija umiejętność zarządzania własną energią, pewnością siebie i komunikacją w relacjach zawodowych i osobistych.	Wymienia sposoby planowania i regeneracji zgodnie z cyklicznością i naturalnym rytmem.	Test teoretyczny
	Wskazuje techniki wzmacniania pewności siebie oraz skutecznej komunikacji, dostosowane do różnych sytuacji.	Test teoretyczny

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

Informacje

Podstawa prawna dla Podmiotów / kategorii Podmiotów	uprawnione do realizacji procesów walidacji i certyfikowania na mocy innych przepisów prawa
Nazwa Podmiotu prowadzącego walidację	Centrum Doradczo-Edukacyjne ProEffecto dr Marietta Blachnik-Gęsiarz
Podmiot prowadzący walidację jest zarejestrowany w BUR	Tak
Nazwa Podmiotu certyfikującego	Fundacja My Personality Skills
Podmiot certyfikujący jest zarejestrowany w BUR	Tak

Program

Szkolenie zostało opracowane z myślą o wspieraniu kobiet w rozwijaniu kompetencji osobistych i zawodowych poprzez wzmocnienie ich pewności siebie, wewnętrznej sprawczości oraz umiejętności zarządzania swoją energią, celami i ścieżką kariery. Uczestniczki uczą się świadomego podejmowania decyzji, pracy z wartościami i budowania autentycznego poczucia sukcesu, a także rozwijają zdolność skutecznej komunikacji oraz autoprezentacji.

Program łączy wiedzę z zakresu psychologii, i, rozwoju osobistego, pracy z ciałem i coachingowego podejścia, dzięki czemu uczestniczki zdobywają zarówno wiedzę teoretyczną, jak i praktyczne narzędzia do wykorzystania w codziennym życiu i pracy zawodowej.

Całkowity czas trwania usługi wynosi **16 godzin zegarowych**, realizowanych w formie stacjonarnej (obejmuje zarówno zajęcia dydaktyczne, jak i przerwy).

Warunki organizacyjne realizacji usługi:

Szkolenie odbywa się w przestrzeni sprzyjającej koncentracji i komfortowi uczestników.

Część teoretyczna – 8 godzin (w tym 1 godzina przerwy):

- Uczestniczki zapoznają się z kluczowymi pojęciami dotyczącymi kobiecej tożsamości w życiu zawodowym, definicji sukcesu oraz wpływu wartości i autentyczności na jakość podejmowanych decyzji. Omawiane są mechanizmy powstawania wewnętrznych blokad, ograniczających przekonania oraz schematów myślowych, które wpływają na sprawczość i działanie.

Część praktyczna – 8 godzin (w tym 1 godzina przerwy):

- W części praktycznej uczestniczki pracują nad identyfikacją własnych blokad, przekonań i nawyków, które mogą utrudniać osiągnięcie celów. Uczą się, jak korzystać ze swojej wewnętrznej mocy, zasobów i potencjału, budując osobistą strategię działania opartą na wartościach i intencjach.

WALIDACJA KOMPETENCJI

- Zajęcia kończą się testem wiedzy, którego celem jest sprawdzenie umiejętności zastosowania poznanych koncepcji. Walidacja stanowi podstawę do otrzymania certyfikatu ukończenia szkolenia.

Ramowy program szkolenia

Dzień 1

- Kobięca tożsamość i definicja sukcesu.
- Rola wartości, autentyczności i wewnętrznej mocy.
- Blokady, które nas zatrzymują.
- Jak rozpoznać i przełamać schematy.
- Decyzje z głowy, serca czy ciała?
- Różne style podejmowania decyzji – teoria i praktyka.
- Cele i intencje w zgodzie ze sobą.
- Praktyka mapowania działań.

Dzień 2

- Zarządzanie kobiecą energią i cyklicznością.
- Planowanie i regeneracja w rytmie natury.
- Sprawczość i pewność siebie.
- Jak ufać sobie i działać z odwagą.
- Siła kobiecej komunikacji.
- Jak mówić, by być słyszaną i rozumianą.
- Pewność i autoprezentacja kierunku.

Harmonogram

Liczba przedmiotów/zajęć: 16

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
1 z 16 Kobięca tożsamość i definicja sukcesu. Rola wartości, autentyczności i wewnętrznej mocy.	KATARZYNA CZAJKOWSKA	08-11-2025	09:00	10:30	01:30
2 z 16 Przerwa	KATARZYNA CZAJKOWSKA	08-11-2025	10:30	10:45	00:15
3 z 16 Blokady, które nas zatrzymują. Jak rozpoznać i przełamać schematy.	KATARZYNA CZAJKOWSKA	08-11-2025	10:45	12:15	01:30
4 z 16 Przerwa	KATARZYNA CZAJKOWSKA	08-11-2025	12:15	12:30	00:15
5 z 16 Decyzje z głowy, serca czy ciała? Różne style podejmowania decyzji – teoria i praktyka	KATARZYNA CZAJKOWSKA	08-11-2025	12:30	14:00	01:30

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
6 z 16 Przerwa obiadowa	KATARZYNA CZAJKOWSKA	08-11-2025	14:00	14:45	00:45
7 z 16 Cele i intencje w zgodzie ze sobą. Praktyka mapowania działań.	KATARZYNA CZAJKOWSKA	08-11-2025	14:45	16:15	01:30
8 z 16 Podsumowanie	KATARZYNA CZAJKOWSKA	08-11-2025	16:15	17:00	00:45
9 z 16 Zarządzanie kobiecą energią i cyklicznością. Planowanie i regeneracja w rytmie natury.	KATARZYNA CZAJKOWSKA	09-11-2025	09:00	10:30	01:30
10 z 16 Przerwa	KATARZYNA CZAJKOWSKA	09-11-2025	10:30	10:45	00:15
11 z 16 Sprawczość i pewność siebie. Jak ufać sobie i działać z odwagą.	KATARZYNA CZAJKOWSKA	09-11-2025	10:45	12:15	01:30
12 z 16 Przerwa	KATARZYNA CZAJKOWSKA	09-11-2025	12:15	12:30	00:15
13 z 16 Siła kobiecej komunikacji. Jak mówić, by być słyszaną i rozumianą.	KATARZYNA CZAJKOWSKA	09-11-2025	12:30	14:00	01:30
14 z 16 Przerwa obiadowa	KATARZYNA CZAJKOWSKA	09-11-2025	14:00	14:45	00:45
15 z 16 Pewność i autoprezentacja kierunku	KATARZYNA CZAJKOWSKA	09-11-2025	14:45	15:30	00:45
16 z 16 Walidacja i certyfikacja	-	09-11-2025	15:30	17:00	01:30

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	153,75 PLN
W tym koszt walidacji netto	153,75 PLN
W tym koszt certyfikowania brutto	153,75 PLN
W tym koszt certyfikowania netto	153,75 PLN

Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



1 z 1

KATARZYNA CZAJKOWSKA

TRENERKA MENTALNOŚCI, PSYCHOLOG BIZNESU, WSPÓŁWAŚCICIELKA SZKOŁY JOGI, NAUCZYCIELKA JOGI KUNDALINI. POSIADA 10-LETNIE DOŚWIADCZENIE W PRACY W MIĘDZYNARODOWEJ KORPORACJI NA STANOWISKACH MANAGERSKICH ORAZ W DZIALE HR. Na co dzień pracuje i rozwija się jak trener mentalny. Wspiera w rozwoju klientów indywidualnych i biznesowych w taki sposób, aby umysł stał się sprzymierzeńcem w realizacji celów i marzeń. Porusza się w nurcie psychologii pozytywnej, która odkrywa podłoże dobrego samopoczucia i wewnętrznego dobrostanu. Kluczem w jej pracy jest jednoczesny rozwój: – kompetencji niezbędnych do budowania osobistej skuteczności, takich jak zarządzanie czasem, planowanie i organizacja, definiowanie celów, motywacja, – zasobów mentalnych, czyli umiejętność wyjścia poza własne schematy myślenia i postrzegania, praca z ograniczeniami i programami, zmiana percepcji. W ramach swojej działalności prowadzi szkolenia i warsztaty rozwojowe. Jest współwłaścicielką Sati Studio, miejsca, którego misją jest holistyczny rozwój ciała i mentalności. Wierzy, że każdy z nas nosi w sobie wielki potencjał, który odpowiednio wykorzystany jest gwarancją osobistego sukcesu. Zakłada, że początek każdej zmiany dzieje się w głowie, dlatego warto nauczyć się budować i pielęgnować myśli, które jej sprzyjają.

Informacje dodatkowe

Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Uczestnik otrzyma materiały szkoleniowe w formie celowo opracowanego i wydrukowanego autorskiego **skryptu** oraz certyfikat ukończenia szkolenia.

Informacje dodatkowe

Zastosowano zwolnienie z podatku VAT dla Uczestników, których poziom dofinansowania wynosi co najmniej 70% (na podstawie § 3 ust. 1 pkt 14 Rozporządzenia Ministra Finansów z dnia 20 grudnia 2013 r. w sprawie zwolnień od podatku od towarów i usług oraz warunków stosowania tych zwolnień (tekst jednolity Dz.U. z 2020 r., poz. 1983).

Adres

al. Aleja Najświętszej Maryi Panny 49/209

42-217 Częstochowa

woj. śląskie

Sati Studio to przestrzeń, w której czas płynie inaczej. Stworzone zostało z myślą o holistycznym rozwoju, łączącym równowagę ciała i umysłu z dbałością o dobrostan psychiczny. Kameralny i przytulny charakter sprzyja budowaniu wewnętrznej harmonii oraz poczucia spokoju.

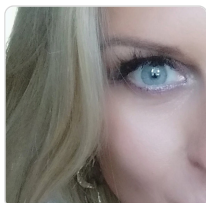
W studiu możliwy jest rozwój zarówno fizyczny, jak i mentalny, co pozwala na pełniejsze doświadczanie życia i realizację osobistych celów. To miejsce, w którym spotykają się ludzie, pasje i wartości, a atmosfera sprzyja tworzeniu relacji i dzieleniu się doświadczeniem.

Sati Studio stanowi idealne środowisko do organizacji szkoleń, warsztatów i praktyk, które wspierają rozwój w sposób kompleksowy i świadomy.

Udogodnienia w miejscu realizacji usługi

- Klimatyzacja
- Wi-fi

Kontakt



Nicoletta Baskiewicz

E-mail szkolenia@golden.edu.pl

Telefon (+48) 505 101 280