



CENTRUM
SZKOLENIOWE
MARCELINA DUDEK
★★★★★ 4,9 / 5
410 ocen

Podstawy Coachingu z Agatą Otrębską w duchu zrównoważonego rozwoju, z wykorzystaniem kompetencji cyfrowych (kwalifikacje)

Numer usługi 2025/08/20/173195/2948970

📍 Katowice / stacjonarna

🏠 Usługa szkoleniowa

🕒 20 h

📅 29.11.2025 do 30.11.2025

5 200,00 PLN brutto

5 200,00 PLN netto

260,00 PLN brutto/h

260,00 PLN netto/h

Informacje podstawowe

Kategoria

Biznes / Zarządzanie zasobami ludzkimi

Grupa docelowa usługi

Szkolenie jest skierowane do:

- osób planujących rozpoczęcie lub rozwój działalności w ramach zielonych miejsc pracy, zainteresowanych zdobyciem zielonych kompetencji i umiejętności cyfrowych;
- trenerzy/trenerki, absolwenci/absolwentki szkół i kursów trenerskich, podyplomowych studiów trenerskich;
- studenci/studentki oraz absolwenci/absolwentki studiów psychologii, pedagogiki i innych kierunków;
- nauczyciele/nauczycielki, pedagodzy/pedagożki, psycholodzy/psycholożki, doradcy/doradczynie zawodowi/e;
- osoby pracujące z zespołami;
- osoby planujące zmianę ścieżki kariery;
- pracownicy działów HR;
- osoby zainteresowane rozwojem osobistym.

Minimalna liczba uczestników

10

Maksymalna liczba uczestników

16

Data zakończenia rekrutacji

26-11-2025

Forma prowadzenia usługi

stacjonarna

Liczba godzin usługi

20

Podstawa uzyskania wpisu do BUR

Znak Jakości Małopolskich Standardów Usług Edukacyjno-Szkoleniowych (MSUES) - wersja 2.0

Cel

Cel edukacyjny

Usługa przygotowuje do nabycie przez uczestników zielonych kompetencji oraz kluczowych kompetencji cyfrowych – w tym etycznego i bezpiecznego wykorzystania AI – tak, aby potrafili projektować i prowadzić proces coachingowy wspierający wdrażanie strategii zrównoważonego rozwoju w organizacji, z ustalaniem celów SMARTER, mikroedukacją zespołu i podstawowym monitoringiem wskaźników środowiskowych.

Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Wyjaśnia pojęcie obecność coachingowa w modelu MOC.	Wymienia czynniki składające się na model MOC.	Test teoretyczny
Wykorzystuje AI do generowania pytań o zasoby.	Analizując wyniki AI, tworzy zestawy pytań.	Analiza dowodów i deklaracji
Przygotowuje notatki z wykorzystaniem kompetencji cyfrowych – wykorzystanie aplikacji Mind mapper.	Tworzy notatkę w aplikacji Mind Mapper	Analiza dowodów i deklaracji
Wyjaśnia znaczenie poszczególnych elementów modelu coachingowego B&LCA dla wdrażania zmian	Wymienia poszczególne elementy modelu, wskazuje znaczenie poszczególnych elementów dla procesu wdrażania zmian.	Test teoretyczny
Definiuje 8 kompetencji coachingowych według ICF	Definiuje i odróżnia kompetencje coachingowe od konsultingowych.	Test teoretyczny
Poszerza świadomość znaczenia coachingu dla wdrażania strategii zrównoważonego rozwoju.	Wymienia 3 korzyści płynące z wykorzystania coachingu w procesie wdrażania strategii zrównoważonego rozwoju.	Test teoretyczny
Identyfikuje cele SMARTER i wyjaśnia ich znaczenie dla przebiegu pracy coachingowej i wdrażania zmian, w tym zmian związanych ze zrównoważonym rozwojem.	Odróżnia cele SMARTER od nieSMARTER, wskazuje znaczenie celów SMARTER dla skuteczności	Test teoretyczny
Integracja wiedzy z modułu z wykorzystaniem narzędzi cyfrowych – Mind Mapper	Tworzy mapę treści w aplikacji Mind Mapper	Analiza dowodów i deklaracji
Stosuje zasady bezpieczeństwa i etyki w pracy z AI	Wskazuje min. 2 zasady ochrony danych i prawa autorskiego przy pracy z AI	Test teoretyczny
Identyfikuje wartości prośrodowiskowe w pracy zespołowej	Wymienia min. 2 wartości związane z wdrażaniem strategii zrównoważonego rozwoju	Test teoretyczny

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Projektuje mikro-plan edukacji zespołu nt. praktyk proekologicznych	Opracowuje plan zawierający działania i wskaźnik rezultatu	Analiza dowodów i deklaracji

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	Fundacja My Personality Skills
Podmiot prowadzący walidację jest zarejestrowany w BUR	Tak
Nazwa Podmiotu certyfikującego	Fundacja My Personality Skills
Podmiot certyfikujący jest zarejestrowany w BUR	Tak

Program

Szkolenie jest skierowane do:

- osób planujących rozpoczęcie lub rozwój działalności w ramach zielonych miejsc pracy, zainteresowanych zdobyciem zielonych kompetencji i umiejętności cyfrowych
- Trenerzy/trenerki, absolwenci/absolwentki szkół i kursów trenerskich, podyplomowych studiów trenerskich;
- studenci/studentki oraz absolwenci/absolwentki studiów psychologii, pedagogiki i innych kierunków;
- nauczyciele/nauczycielki, pedagogzy/pedagożki, psycholodzy/psycholożki, doradcy/doradczynie zawodowi/e;
- osoby pracujące z zespołami;
- osoby planujące zmianę ścieżki kariery;
- pracownicy działów HR;
- osoby zainteresowane rozwojem osobistym.

Zakres szkolenia i kompetencje, które nabędzie uczestnik są zielone na podstawie bazy danych ESCO – wykazu przykładowych zielonych umiejętności opracowanych przez KE w ramach klasyfikacji ESCO:

- Współdziałanie za pomocą różnych technologii cyfrowych i zrozumienie odpowiednich środków komunikacji cyfrowej w danym kontekście.
- Udostępnianie danych, informacji i treści cyfrowych innym osobom za pomocą odpowiednich technologii cyfrowych. .
- Świadomość wpływu technologii cyfrowych i ich wykorzystania w środowisku

Zakres tematyczny oraz praktyczny charakter szkolenia wspierają rozwój zielonych i cyfrowych kompetencji.

Forma warsztatowa zapewni realizację celu edukacyjnego.

PRT dział 4 Technologie informacyjne i telekomunikacyjne

Usługa będzie realizowana w godzinach dydaktycznych (1h=45 min.)

Przerwy nie wliczają się w czas szkolenia.

Szkolenie odbywa się czasowo według harmonogramu jednak z uwagi na różne tempo pracy kursantów - możliwe są minimalne przesunięcia.

Metoda weryfikacji osiągnięcia efektów kształcenia, tj. realizacji celu edukacyjnego:

- test teoretyczny
- analiza dowodów i deklaracji

Szkolenie prowadzi do nabycia kwalifikacji zawodowej

PROGRAM SZKOLENIA:

Dzień 1

10:00-12:00 Cyfrowe narzędzia i sztuczna inteligencja w pracy coacha – od obecności coachingowej po techniki wspierające proces (TEORIA)

- Pojęcie obecność coachingowa w modelu MOC.
- AI do generowania pytań o zasoby.
- Cyfrowe narzędzia do diagnozy poziomu satysfakcji z życia
- Skalowanie w strukturze rozmowy otwierającej proces coachingowy.
- Notatki z wykorzystaniem kompetencji cyfrowych – wykorzystanie aplikacji Mind mapper.
- Etyka i bezpieczeństwo w pracy z AI
- Refleksja nad wartościami i odpowiedzialnością w kontekście zrównoważonego rozwoju

12:00 - 13:00 Modele coachingowe jako narzędzia budowania motywacji i odpowiedzialności w procesie wdrażania zrównoważonego rozwoju (PRAKTYKA)

- Znaczenie akceptacji świadomości dla procesu zmiany rozwojowej, w tym akceptacji zmian klimatycznych i jej znaczenia dla budowania motywacji do działań wdrażających strategię zrównoważonego rozwoju.
- Model Stevena Gilligana 3 archetypicznych energii konstytuujących życie w budowaniu świadomości znaczenia strategii zrównoważonego rozwoju dla przetrwania planety.
- Znaczenie poszczególnych elementów modelu coachingowego B&LCA dla wdrażania zmian, w tym przyjęcia odpowiedzialności za wdrażanie strategii zrównoważonego rozwoju.
- Analiza przypadków adaptacji organizacji do zmian klimatycznych – myślenie systemowe

13:00 - 14:00 PRZERWA

14:00 - 16:00 Kompetencje coachingowe i wartości jako fundament rozwoju osobistego i zrównoważonego (praktyka)

- 8 kompetencji coachingowych według ICF
- Kompetencje cyfrowe do budowania mapy kompetencji.
- Odróżnienie słuchania na poziomie 1 od słuchania na poziomie 2 i 3.
- Znaczenie wartości dla budowania jakości życia. Identyfikuje wartości płynące z wdrażania strategii zrównoważonego rozwoju.
- Identyfikacja wartości prośrodowiskowych w zespole

16:00 - 18:00 Cyfrowe narzędzia i struktura rozmowy coachingowej jako wsparcie w procesie edukacji i wdrażania strategii zrównoważonego rozwoju (praktyka)

- Kompetencje cyfrowe, wykorzystanie aplikacji Mind Mapper w celu przypomnienia treści będących przedmiotem kształcenia.
 - Edukacja pracowników w zakresie recyklingu i efektywności energetycznej
 - Symulacja sesji coachingowej: jak coach wspiera lidera we wdrażaniu planu środowiskowego.
- Elementy zadania związanego z przeprowadzeniem rozmowy coachingowej: mikroedukacja:

- czym jest coaching, w jaki sposób wspiera wdrażanie strategii zrównoważonego rozwoju?
- zawarcie kontraktu
- wykorzystanie narzędzi cyfrowych w celu przeprowadzenia sesji z wykorzystaniem skalowania

DZIEŃ 2

- 09:00 - 10:30 Formułowanie celów SMARTER i rola coachingu w strategiach zrównoważonego rozwoju z wykorzystaniem narzędzi cyfrowych (TEORIA)
- Świadomość znaczenia coachingu dla wdrażania strategii zrównoważonego rozwoju.
 - Kompetencje cyfrowe w procesie formułowania celu.
 - Akronim SMARTER, kompetencje cyfrowe – aplikację Mind mapper w celu utrwalenia wiedzy
 - Cele SMARTER i ich znaczenie dla przebiegu pracy coachingowej i wdrażania zmian, w tym zmian związanych ze zrównoważonym rozwojem
 - Cele SMARTER z elementem środowiskowym (np. redukcja zużycia energii w biurze).
 - Bezpieczne zapisywanie i archiwizacja celów w chmurze
- 10:30 - 12:00 Kompetencje cyfrowe w testowaniu celów i wdrażaniu zmian proekologicznych (PRAKTYKA)
- Właścicielstwo celów za pomocą kompetencji cyfrowych z wykorzystaniem formularza pytań kartezjańskich
 - Identyfikacja poziomu wdrażania zmiany/strategii zrównoważonego rozwoju od wizji, poprzez cel do działania.
 - Monitorowanie postępów w zakresie zielonych wskaźników (np. ślad węglowy, gospodarka odpadami).
 - Tworzenie formularza ewaluacji postępów z wykorzystaniem narzędzi cyfrowych.
- 12:00 - 13:00 PRZERWA
- 13:00 15:00 Wykorzystuje metodę Droga do celu Diltsa w celu planowania działań wdrażających zmianę.
- • Ćwiczenie: plan proekologiczny (np. redukcja papieru, green office) z użyciem metody Diltsa.
- 15:00 - 17:00 Cyfrowe narzędzia w monitorowaniu i integracji procesu zmiany – od kalendarza do map myśli (praktyka)
- Kompetencje cyfrowe – kalendarz w celu monitorowania procesu wdrażania zmiany
 - Integracja wiedzy z modułu z wykorzystaniem narzędzi cyfrowych – Mind Mapper.
 - Analiza ryzyk środowiskowych w projektach
- 17:00 - 18:00 WALIDACJA

Harmonogram

Liczba przedmiotów/zajęć: 11

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
1 z 11 Cyfrowe narzędzia i sztuczna inteligencja w pracy coacha – od obecności coachingowej po techniki wspierające proces (TEORIA)	Agata Otrębska	29-11-2025	10:00	12:00	02:00

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
2 z 11 Modele coachingowe jako narzędzia budowania motywacji i odpowiedzialności w procesie wdrażania zrównoważonego rozwoju (PRAKTYKA)	Agata Otrębska	29-11-2025	12:00	13:00	01:00
3 z 11 Przerwa	Agata Otrębska	29-11-2025	13:00	14:00	01:00
4 z 11 Kompetencje coachingowe i wartości jako fundament rozwoju osobistego i zrównoważonego (praktyka)	Agata Otrębska	29-11-2025	14:00	16:00	02:00
5 z 11 Cyfrowe narzędzia i struktura rozmowy coachingowej jako wsparcie w procesie edukacji i wdrażania strategii zrównoważonego rozwoju (praktyka)	Agata Otrębska	29-11-2025	16:00	18:00	02:00
6 z 11 Formułowanie celów SMARTER i rola coachingu w strategiach zrównoważonego rozwoju z wykorzystaniem narzędzi cyfrowych (TEORIA)	Agata Otrębska	30-11-2025	09:00	10:30	01:30

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
7 z 11 Kompetencje cyfrowe w testowaniu celów i wdrażaniu zmian proekologicznych (PRAKTYKA)	Agata Otrębska	30-11-2025	10:30	12:00	01:30
8 z 11 Przerwa	Agata Otrębska	30-11-2025	12:00	13:00	01:00
9 z 11 Wykorzystuje metodę Droga do celu Diltsa w celu planowania działań wdrażających zmianę.	Agata Otrębska	30-11-2025	13:00	15:00	02:00
10 z 11 Cyfrowe narzędzia w monitorowaniu i integracji procesu zmiany – od kalendarza do map myśli (praktyka)	Agata Otrębska	30-11-2025	15:00	17:00	02:00
11 z 11 WALIDACJA	-	30-11-2025	17:00	18:00	01:00

Cennik

Cennik

Rodzaj ceny	Cena
Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	5 200,00 PLN
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	5 200,00 PLN
Koszt osobogodziny brutto	260,00 PLN
Koszt osobogodziny netto	260,00 PLN
W tym koszt walidacji brutto	125,00 PLN

W tym koszt walidacji netto	125,00 PLN
W tym koszt certyfikowania brutto	125,00 PLN
W tym koszt certyfikowania netto	125,00 PLN

Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



1 z 1

Agata Otrębska

Od 2013 roku pracuję jako trenerka, prowadząc szkolenia i warsztaty rozwojowe. W tym czasie zrealizowałam ponad 10 000 godzin pracy warsztatowo-szkoleniowej, a w latach 2019–2025 ponad 2 750 godzin szkoleń oraz 650 godzin procesów rozwojowych indywidualnych i grupowych z wykorzystaniem metod coachingowych, w tym coachingu indywidualnego, grupowego, team coachingu, superwizji, konsultacji i moderacji. Specjalizuję się w tematyce narzędzi pracy coacha, zarządzania zmianą, rozwoju liderów i kadry kierowniczej, metodyki szkoleń typu train the trainer oraz wdrażania zmian w organizacjach, w tym programów rozwojowych dla działów HR. W 2025 roku ukończyłam szkolenia: AI od podstaw, Ślad węglowy w organizacji, Firma bezpieczna cyfrowo oraz RODO w praktyce, co pozwala mi łączyć kompetencje trenerskie z aktualnymi wymaganiami w obszarze zielonej gospodarki, bezpieczeństwa cyfrowego i etycznego wykorzystania sztucznej inteligencji.

Informacje dodatkowe

Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Informacje o materiałach dla uczestników niezbędne do realizacji usługi, m.in.:

Skrypt szkoleniowy w wersji cyfrowej – zamiast drukowanych ulotek, co wspiera ekologiczną działalność.

Uczestnik szkolenia pracuje na swoim własnym urządzeniu - smartfonie, tablecie lub laptopie.

Uwaga do harmonogramu szkolenia:

Przerwa pierwszego dnia szkolenia ustalona jest w od 13:00 do 14:00, drugiego 12:00-13:00 jednakże ze względu na warsztatowy charakter szkolenia oraz ewentualny jego przebieg – za zgodą trenera oraz uczestników godzina ww. przerwy może zostać zmieniona.

Przerwy nie są wliczone w czas trwania zajęć.

Informacja dotycząca realizacji usługi zgodnie z wytycznymi:

Usługa rozwojowa zostanie realizowana zgodnie z aktualnie obowiązującymi przepisami prawa i zaleceniami Ministerstwa Zdrowia i Głównego Inspektoratu Sanitarnego.

Informacje dodatkowe

- Warunkiem uzyskania zaświadczenia jest uczestnictwo w co najmniej 80% zajęć usługi rozwojowej
- 1 godzina rozliczeniowa = 45 minut
- przerwy nie wliczają się do czasu szkolenia
- Karta niniejszej usługi rozwojowej została przygotowana zgodnie z obowiązującym Regulaminem Bazy Usług Rozwojowych

Usługa zwolniona z VAT na podstawie §3 ust. 1 pkt 14 rozporządzenia Ministra Finansów z dnia 20 grudnia 2013r. w sprawie zwolnień od podatku od towarów i usług oraz warunków stosowania tych zwolnień (Dz. U. z 2025 r. poz. 832)

Zapisując się na usługę wyrażasz zgodę na rejestrowanie/nagrywanie swojego wizerunku na potrzeby monitoringu, kontroli oraz w celu utrwalenia efektów uczenia się.

Adres

ul. Zabrska 3/6
40-068 Katowice
woj. śląskie

Udogodnienia w miejscu realizacji usługi

- Klimatyzacja
- Wi-fi

Kontakt



Anna Wieczorek

E-mail dotacjedlabeauty@gmail.com

Telefon (+48) 606 217 054