



SZKOŁA
COACHINGU
EDUKACYJNEGO
Lilianna Kupaj

★★★★★ 4,7 / 5

163 oceny

Kompetencje coachingowe dla liderów – jak rozwijać ludzi i podnosić efektywność zespołów

Numer usługi 2025/09/16/7323/3012000

📍 zdalna w czasie rzeczywistym

🏠 Usługa szkoleniowa

🕒 220 h

📅 10.01.2026 do 13.12.2026

12 400,00 PLN brutto

12 400,00 PLN netto

56,36 PLN brutto/h

56,36 PLN netto/h

Informacje podstawowe

Kategoria

Zdrowie i medycyna / Psychologia i rozwój osobisty

Grupa docelowa usługi

Managerowie i liderzy

- **Charakterystyka:** osoby odpowiedzialne za zarządzanie zespołami, procesami i wynikami biznesowymi; kierownicy średniego i wyższego szczebla, dyrektorzy, właściciele firm.
- **Potrzeby:**
 - rozwój stylu przywództwa opartego na partnerskiej komunikacji i motywowaniu,
 - zwiększenie umiejętności angażowania pracowników i budowania ich odpowiedzialności,
 - narzędzia do prowadzenia rozmów rozwojowych, rozwiązywania konfliktów i zarządzania emocjami w zespole,
 - lepsze radzenie sobie z wyzwaniami zmian, presji i wielozadaniowości.

HR i działy personalne

- **Charakterystyka:** pracownicy działów HR, HR Business Partnerzy, osoby odpowiedzialne za rekrutację, rozwój pracowników, komunikację wewnętrzną i kulturę organizacyjną.
- **Potrzeby:**
 - narzędzia coachingowe do prowadzenia rozmów ewaluacyjnych i rekrutacyjnych,
 - umiejętność stosowania pytań coachingowych w planowaniu ścieżek kariery i sukcesji,
 - wprowadzanie kultury coachingowej w firmie (feedback, mentoring, rozwój talentów).

Minimalna liczba uczestników

6

Maksymalna liczba uczestników

24

Data zakończenia rekrutacji	05-01-2026
Forma prowadzenia usługi	zdalna w czasie rzeczywistym
Liczba godzin usługi	220
Podstawa uzyskania wpisu do BUR	Znak Jakości Małopolskich Standardów Usług Edukacyjno-Szkoleniowych (MSUES) - wersja 2.0

Cel

Cel edukacyjny

Celem usługi jest rozwój kompetencji menedżerskich poprzez nabycie i praktyczne stosowanie narzędzi coachingowych w zarządzaniu ludźmi. Uczestnicy nauczą się prowadzić rozmowy rozwojowe, zadawać pytania pobudzające samodzielność pracowników, udzielać konstruktywnej informacji zwrotnej, a także wspierać swoich pracowników w procesie zmian i w sytuacjach trudnych. Dzięki temu rozwiną styl przywództwa oparty na partnerstwie, odpowiedzialności i budowaniu zaangażowania.

Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Wykorzystywać narzędzia i techniki coachingowe w biznesie, np. zadawanie pytań pobudzających refleksję, używanie metafor czy technik wizualizacji w pracy z zespołami.	Prezentacja struktury rozmowy opartej na modelach coachingowych (np. GROW, Diltsa)	Obserwacja w warunkach rzeczywistych
Stosować 11 kompetencji coachingowych rekomendowanych przez ICF w funkcji lidera	Analiza praktyczna przy użyciu kompetencji ICF, np. w symulacjach – ocena sposobu słuchania, zadawania pytań, utrzymania relacji w czasie sesji coachingowej	Obserwacja w warunkach rzeczywistych
Zidentyfikować i pracować z wartościami w zespole i organizacji, tak aby wzmacniać motywację, zaangażowanie i spójność działań.	Zmiana przekonań i tożsamości – wykonanie ćwiczenia: np. arkusz zmiany przekonania (biznesowego), plan działania, albo refleksja nad kluczowymi rolami i tożsamością lidera	Test teoretyczny
Rozpoznawać swoje talenty oraz potencjał zespołu, wykorzystując m.in. narzędzia typu TOP 5 Talentów Gallupa, i umiejętnie je rozwijać.	Prezentacja wyników testu TOP 5 Talentów Gallupa – uczestnik formułuje plan, jak te talenty będą wykorzystane w jego roli menedżerskiej i w zespole.	Obserwacja w warunkach rzeczywistych

Kwalifikacje

Inne kwalifikacje

Uznane kwalifikacje

Pytanie 1. Czy wydany dokument jest potwierdzeniem uzyskania kwalifikacji w zawodzie?

TAK

Pytanie 5. Czy dokument jest certyfikatem, dla którego wypracowano system walidacji i certyfikowania efektów uczenia się na poziomie międzynarodowym?

TAK

Informacje

Podstawa prawna dla Podmiotów / kategorii Podmiotów	uprawnionych do wydawania dokumentów potwierdzających uzyskanie kwalifikacji, w tym w zawodzie
Nazwa Podmiotu prowadzącego walidację	Wiesława Krysa
Podmiot prowadzący walidację jest zarejestrowany w BUR	Nie
Nazwa Podmiotu certyfikującego	Szkoła Coachingu Edukacyjnego uzyskała akredytację w międzynarodowym stowarzyszeniu International Association of Coaching Institutes z siedzibą w Berlinie.
Podmiot certyfikujący jest zarejestrowany w BUR	Tak

Program

Kompetencje coachingowe dla liderów – jak rozwijać ludzi i podnosić efektywność zespołów

22 dni szkoleniowe

Moduł I i II: Fundamenty coachingu biznesowego i integracja grupy

- Wprowadzenie do metody coachingu w kontekście biznesowym.
- Rola i znaczenie coacha w organizacji.
- Standardy akredytacyjne i etyczne (ICF, ICI).
- Podstawy psychologii w biznesie: świadomość, podświadomość i mechanizmy motywacji.
- Model Diltsa – wielopoziomowy coaching w pracy z liderami i zespołami.
- Organizacja przestrzeni do rozmowy coachingowej w środowisku biznesowym.
- Wyznaczanie celów w oparciu o wartości firmy.
- Budowanie relacji coachingowej z menedżerem, zespołem, klientem.
- Rozwijanie umiejętności uważności i świadomej obecności w dialogu.

Moduł III i IV: Komunikacja w coachingu biznesowym

- Mechanizmy obronne EGO w pracy lidera i zespołu.
- Efektywna komunikacja interpersonalna – bariery, „toksyczne komunikaty” i narzędzia konstruktywnego porozumienia.
- Język perswazji i inspiracji – elementy języka Milтона Ericksona w rozmowie coachingowej.
- Zarządzanie emocjami w komunikacji menedżerskiej.

Moduł V i VI: Pytania i modele rozmów coachingowych

- Tworzenie pytań rozwijających samoświadomość i odpowiedzialność.
- Praca z metaforą i narzędziami wizualnymi w procesach biznesowych.
- Rozwijanie ciekawości i umiejętności zadawania „mocnych pytań”.
- Model GROW w pracy z liderem i zespołem.
- 8 kompetencji coachingowych ICF w praktyce biznesowej.
- Zadawanie wyzwań i zadań wspierających rozwój pracowników.
- Asertywna komunikacja „JA” vs. postawy agresywne i uległe.

Moduł VII i VIII: Inteligencja emocjonalna i ciało w biznesie

- Inteligencja emocjonalna wg Daniela Golemana – kluczowe kompetencje lidera.
- Techniki zarządzania emocjami w stresie i presji biznesowej.
- Pozycje percepcyjne w rozwiązywaniu konfliktów i podejmowaniu decyzji.
- Uważność na sygnały ciała – stres, wypalenie, motywacja.
- Centra emocjonalne i ich znaczenie dla efektywności.

Moduł IX: Zarządzanie konfliktami

- Konflikty wartości i interesów – rozpoznawanie i neutralizacja.
- Narzędzia coachingowe wspierające rozwiązywanie sporów w zespole i organizacji.

Moduł X i XI: Coaching wartości w biznesie

- Wartości jako fundament kultury organizacyjnej.
- Hierarchia wartości i jej wpływ na podejmowanie decyzji.
- Narzędzia do pracy z wartościami w firmie.
- Mentorzy wartości – rola lidera jako wzorca.
- Model EI COACH – praca z wartościami w biznesie.

Moduł XII i XIII: Coaching przekonań i mindsetu

- Jak powstają przekonania i jak wpływają na decyzje biznesowe.
- Narzędzia do odkrywania i zmiany ograniczających przekonań.
- Techniki pomostowania przekonań.
- Neutralizacja „gremlinów” – wewnętrznych głosów blokujących rozwój.

Moduł XIV i XV: Tożsamość i potencjał lidera

- Budowanie wewnętrznej siły i pewności decyzyjnej.
- Sponsorowanie potencjału – jak coach wspiera lidera w rozwoju.
- Praca z tożsamością zawodową i poczuciem roli lidera.

Moduł XVI: Talenty Gallupa

- Test TOP 5 talentów Gallupa – analiza wyników i zastosowanie w biznesie.
- Jak budować strategię rozwoju kariery i zespołu w oparciu o talenty.

Moduł XVII: Coaching poczucia wartości w biznesie

- 6 filarów poczucia własnej wartości (Nathaniel Branden) w roli lidera.

- Narzędzia CBT w pracy nad pewnością siebie i skutecznością.
- 31-tygodniowy proces rozwoju samoświadomości – metoda dokańczania zdań.

Moduł XVIII:

Style zachowań MAXI DISC

- Identyfikacja 4 głównych stylów zachowań i ich wpływu na komunikację, podejmowanie decyzji oraz zarządzanie zespołem.
- Jak dostosować styl komunikacji coacha i lidera do różnych profili pracowników.
- Rozpoznawanie własnych mocnych stron i ograniczeń w kontekście stylów MAXI DISC.
- Zastosowanie modelu MAXI DISC w budowaniu efektywnych relacji w biznesie.

Odporność psychiczna lidera i coacha biznesowego

- Czym jest odporność psychiczna i dlaczego stanowi fundament skuteczności w biznesie.
- 4 filary odporności: kontrola, zaangażowanie, wyzwania i pewność siebie.
- Techniki wzmacniania odporności psychicznej w sytuacjach presji i zmian organizacyjnych.
- Narzędzia do rozwijania elastyczności i zarządzania stresem w pracy z zespołem.

Moduł XIX: Mentoring dla coachów biznesowych

- Grupowe procesy mentoringowe.
- Feedback i doskonalenie umiejętności coachingowych w środowisku biznesowym.

Moduł XX: Egzamin i prezentacje

- Sesje coachingowe uczestników – praca na realnych case study biznesowych.
- Feedback od mentorów i grupy.
- Egzamin końcowy (pisemny + praktyczny).

Nowości i narzędzia premium

- **Mapa poziomów świadomości Davida Hawkinsa** – od kultury strachu do kultury odwagi i odpowiedzialności.
- **Rozpoznawanie sygnałów ciała** – jak stres i emocje wpływają na decyzje w biznesie.
- **Zaawansowany model Diltsa** – integracja świadomości, emocji i ciała w rozwoju organizacji.

Wartość dodana dla uczestników

- 3 indywidualne sesje coachingowe z certyfikowanym coach PCC ICF, Coach Master Trainer ICI, akredytowanym Superwizorem IC.
- Narzędzia coachingowe premium (Karty emocji, Karty Ssensu – w wersji papierowej i elektronicznej).
- Dostęp do platformy online z kursami wspierającymi rozwój (ponad 50 godzin nagrań).

✨ Ten kurs łączy **najwyższe standardy międzynarodowe** z praktyką biznesową. Uczestnicy wychodzą nie tylko z wiedzą, ale z gotowym zestawem narzędzi, które mogą od razu zastosować w swojej pracy – w roli coacha, menedżera czy lidera.

Harmonogram

Liczba przedmiotów/zajęć: 165

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
1 z 165 Czym jest coaching w biznesie i jakie ma zastosowania dla liderów.	Lilianna Kupaj	10-01-2026	09:00	11:00	02:00
2 z 165 Przerwa	Lilianna Kupaj	10-01-2026	11:00	11:30	00:30
3 z 165 Rola menedżera jako coacha w rozwoju pracowników.	Lilianna Kupaj	10-01-2026	11:30	13:30	02:00
4 z 165 Przerwa	Lilianna Kupaj	10-01-2026	13:30	14:30	01:00
5 z 165 Cele i korzyści kursu – kontrakt grupowy i zasady pracy.	Lilianna Kupaj	10-01-2026	14:30	16:00	01:30
6 z 165 Przerwa	Lilianna Kupaj	10-01-2026	16:00	16:15	00:15
7 z 165 Standardy i wymogi akredytacji w coachingu biznesowym.	Lilianna Kupaj	10-01-2026	16:15	18:00	01:45
8 z 165 Struktura osobowości – świadomość i podświadomość w biznesie.	Lilianna Kupaj	11-01-2026	09:00	11:00	02:00
9 z 165 Przerwa	Lilianna Kupaj	11-01-2026	11:00	11:30	00:30
10 z 165 Style zarządzania a poziomy świadomości.	Lilianna Kupaj	11-01-2026	11:30	13:30	02:00
11 z 165 Przerwa	Lilianna Kupaj	11-01-2026	13:30	14:30	01:00
12 z 165 Mechanizmy psychologiczne wpływające na decyzje lidera.	Lilianna Kupaj	11-01-2026	14:30	16:00	01:30
13 z 165 Przerwa	Lilianna Kupaj	11-01-2026	16:00	16:15	00:15

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
14 z 165 Rozwijanie samoświadomości menedżera.	Lilianna Kupaj	11-01-2026	16:15	18:00	01:45
15 z 165 Sesje coachingowe - praktyka	Lilianna Kupaj	23-01-2026	18:00	20:00	02:00
16 z 165 Model Diltsa – poziomy uczenia się i zmiany w biznesie.	Lilianna Kupaj	07-02-2026	09:00	11:00	02:00
17 z 165 Przerwa	Lilianna Kupaj	07-02-2026	11:00	11:30	00:30
18 z 165 Zastosowanie modelu do rozwoju zespołów i organizacji.	Lilianna Kupaj	07-02-2026	11:30	13:30	02:00
19 z 165 Przerwa	Lilianna Kupaj	07-02-2026	13:30	14:30	01:00
20 z 165 Organizacja przestrzeni do rozmowy coachingowej.	Lilianna Kupaj	07-02-2026	14:30	16:00	01:30
21 z 165 Przerwa	Lilianna Kupaj	07-02-2026	16:00	16:15	00:15
22 z 165 Techniki budowania zaufania w rozmowie menedżerskiej.	Lilianna Kupaj	07-02-2026	16:15	18:00	01:45
23 z 165 Wyznaczanie celów biznesowych - metoda SMART, DILTS, VALID	Lilianna Kupaj	08-02-2026	09:00	11:00	02:00
24 z 165 Przerwa	Lilianna Kupaj	08-02-2026	11:00	11:30	00:30
25 z 165 Coachingowe modele rozmów	Lilianna Kupaj	08-02-2026	11:30	13:30	02:00

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
26 z 165 Przerwa	Lilianna Kupaj	08-02-2026	13:30	14:30	01:00
27 z 165 Budowanie relacji lider–pracownik w duchu partnerskim	Lilianna Kupaj	08-02-2026	14:30	16:00	01:30
28 z 165 Przerwa	Lilianna Kupaj	08-02-2026	16:00	16:15	00:15
29 z 165 Kultura bezpieczeństwa i odpowiedzialności w zespole.	Lilianna Kupaj	08-02-2026	16:15	18:00	01:45
30 z 165 Sesje coachingowe - praktyka	Lilianna Kupaj	20-02-2026	18:00	20:00	02:00
31 z 165 Projekcja i jej wpływ na relacje biznesowe.	Lilianna Kupaj	07-03-2026	09:00	11:00	02:00
32 z 165 Przerwa	Lilianna Kupaj	07-03-2026	11:00	11:30	00:30
33 z 165 Cień i nieświadome mechanizmy w komunikacji.	Lilianna Kupaj	07-03-2026	11:30	13:30	02:00
34 z 165 Przerwa	Lilianna Kupaj	07-03-2026	13:30	14:30	01:00
35 z 165 Przeniesienie i przeciwprzeniesienie w roli lidera	Lilianna Kupaj	07-03-2026	14:30	16:00	01:30
36 z 165 Przerwa	Lilianna Kupaj	07-03-2026	16:00	16:15	00:15
37 z 165 Narzędzia rozpoznawania i neutralizacji mechanizmów obronnych.	Lilianna Kupaj	07-03-2026	16:15	18:00	01:45

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
38 z 165 Bariery komunikacyjne i sposoby ich przełamywania.	Lilianna Kupaj	08-03-2026	09:00	11:00	02:00
39 z 165 Przerwa	Lilianna Kupaj	08-03-2026	11:00	11:30	00:30
40 z 165 Toksyczne wzorce komunikacji w organizacji.	Lilianna Kupaj	08-03-2026	11:30	13:30	02:00
41 z 165 Przerwa	Lilianna Kupaj	08-03-2026	13:30	14:30	01:00
42 z 165 Budowanie porozumienia i współpracy.	Lilianna Kupaj	08-03-2026	14:30	16:00	01:30
43 z 165 Przerwa	Lilianna Kupaj	08-03-2026	16:00	16:15	00:15
44 z 165 Rozwijanie kompetencji uważnego słuchania.	Lilianna Kupaj	08-03-2026	16:15	18:00	01:45
45 z 165 Sesje coachingowe - praktyka	Lilianna Kupaj	20-03-2026	18:00	20:00	02:00
46 z 165 Język hipnotyczny Milтона Ericksona w rozmowach biznesowych	Lilianna Kupaj	11-04-2026	09:00	11:00	02:00
47 z 165 Przerwa	Lilianna Kupaj	11-04-2026	11:00	11:30	00:30
48 z 165 Samoświadomość podczas rozmów coachingowych	Lilianna Kupaj	11-04-2026	11:30	13:30	02:00
49 z 165 Przerwa	Lilianna Kupaj	11-04-2026	13:30	14:30	01:00

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
50 z 165 Zarządzanie emocjami w komunikacji.	Lilianna Kupaj	11-04-2026	14:30	16:00	01:30
51 z 165 Przerwa	Lilianna Kupaj	11-04-2026	16:00	16:15	00:15
52 z 165 Rozpoznawanie emocji w zespole i umiejętność zarządzania nimi	Lilianna Kupaj	11-04-2026	16:15	18:00	01:45
53 z 165 Wprowadzenie do MaxiDisc – krótkie omówienie modelu i znaczenia różnych stylów w pracy zespołu.	Dorota Konieczna Herdzik	12-04-2026	09:00	11:00	02:00
54 z 165 Przerwa	Dorota Konieczna Herdzik	12-04-2026	11:00	11:30	00:30
55 z 165 Diagnoza własnego stylu – uczestnicy wypełniają kwestionariusz MaxiDisc i omawiają wyniki w grupie.	Dorota Konieczna Herdzik	12-04-2026	11:30	13:30	02:00
56 z 165 Przerwa	Dorota Konieczna Herdzik	12-04-2026	13:30	14:30	01:00
57 z 165 Analiza stylów w zespole – rozpoznanie mocnych stron i potencjalnych wyzwań w zarządzaniu różnorodnymi stylami.	Dorota Konieczna Herdzik	12-04-2026	14:30	16:00	01:30
58 z 165 Przerwa	Dorota Konieczna Herdzik	12-04-2026	16:00	16:15	00:15

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
59 z 165 Ćwiczenie praktyczne: symulacje rozmów menedżer-pracownik uwzględniające wyniki MaxiDisc.	Dorota Konieczna Herdzik	12-04-2026	16:15	18:00	01:45
60 z 165 Sesje coachingowe - praktyka	Lilianna Kupaj	24-04-2026	18:00	20:00	02:00
61 z 165 Model GROW – struktura rozmowy w biznesie.	Lilianna Kupaj	09-05-2026	09:00	11:00	02:00
62 z 165 Przerwa	Lilianna Kupaj	09-05-2026	11:00	11:30	00:30
63 z 165 Adaptacje GROW do pracy z zespołem.	Lilianna Kupaj	09-05-2026	11:30	13:30	02:00
64 z 165 Przerwa	Dorota Konieczna Herdzik	09-05-2026	13:30	14:30	01:00
65 z 165 8 kompetencji coachingowych ICF	Lilianna Kupaj	09-05-2026	14:30	16:00	01:30
66 z 165 Przerwa	Lilianna Kupaj	09-05-2026	16:00	16:15	00:15
67 z 165 Wdrażanie kompetencji coachingowych w roli lidera.	Lilianna Kupaj	09-05-2026	16:15	18:00	01:45
68 z 165 Coachingowa informacja zwrotna	Dorota Konieczna Herdzik	10-05-2026	09:00	11:00	02:00
69 z 165 Przerwa	Dorota Konieczna Herdzik	10-05-2026	11:00	11:30	00:30

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
70 z 165 Rozmowy o potrzebach, asertywny komunikat JA	Dorota Konieczna Herdzik	10-05-2026	11:30	13:30	02:00
71 z 165 Przerwa	Dorota Konieczna Herdzik	10-05-2026	13:30	14:30	01:00
72 z 165 Różnica między asertywnością a agresją i uległością	Dorota Konieczna Herdzik	10-05-2026	14:30	16:00	01:30
73 z 165 Przerwa	Dorota Konieczna Herdzik	10-05-2026	16:00	16:15	00:15
74 z 165 Tworzenie pytań rozwijających potencjał pracowników.	Dorota Konieczna Herdzik	10-05-2026	16:15	18:00	01:45
75 z 165 Sesje coachingowe - praktyka	Lilianna Kupaj	22-05-2026	18:00	20:00	02:00
76 z 165 5 kompetencji wg Daniela Golemana.	Lilianna Kupaj	13-06-2026	09:00	11:00	02:00
77 z 165 Przerwa	Lilianna Kupaj	13-06-2026	11:00	11:30	00:30
78 z 165 Rozpoznawanie własnych emocji i emocji innych	Lilianna Kupaj	13-06-2026	11:30	13:30	02:00
79 z 165 Przerwa	Lilianna Kupaj	13-06-2026	13:30	14:30	01:00
80 z 165 Regulacja emocji w trudnych sytuacjach.	Lilianna Kupaj	13-06-2026	14:30	16:00	01:30
81 z 165 Przerwa	Lilianna Kupaj	13-06-2026	16:00	16:15	00:15

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
82 z 165 Rozmowy coachingowe rozwijające inteligencję emocjonalną	Lilianna Kupaj	13-06-2026	16:15	18:00	01:45
83 z 165 Techniki pracy z emocjami w zespole.	Lilianna Kupaj	14-06-2026	09:00	11:00	02:00
84 z 165 Przerwa	Lilianna Kupaj	14-06-2026	11:00	11:30	00:30
85 z 165 Pozycje percepcyjne – zmiana perspektywy w konflikcie.	Lilianna Kupaj	14-06-2026	11:30	13:30	02:00
86 z 165 Przerwa	Lilianna Kupaj	14-06-2026	13:30	14:30	01:00
87 z 165 Jak słuchać sygnałów płynących z ciała.	Lilianna Kupaj	14-06-2026	14:30	16:00	01:30
88 z 165 Przerwa	Lilianna Kupaj	14-06-2026	16:00	16:15	00:15
89 z 165 Gromadzenie i tłumienie emocji	Lilianna Kupaj	14-06-2026	16:15	18:00	01:45
90 z 165 Sesje coachingowe - praktyka	Lilianna Kupaj	26-06-2026	18:00	20:00	02:00
91 z 165 Sesje coachingowe - praktyka	Lilianna Kupaj	02-07-2026	18:00	20:00	02:00
92 z 165 Sesje coachingowe - praktyka	Lilianna Kupaj	31-08-2026	18:00	20:00	02:00
93 z 165 Konflikty wartości i potrzeb w zespole.	Lilianna Kupaj	05-09-2026	09:00	11:00	02:00
94 z 165 Przerwa	Lilianna Kupaj	05-09-2026	11:00	11:30	00:30

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
95 z 165 Narzędzia do diagnozy konfliktów.	Lilianna Kupaj	05-09-2026	11:30	13:30	02:00
96 z 165 Przerwa	Lilianna Kupaj	05-09-2026	13:30	14:30	01:00
97 z 165 Coachingowe techniki rozwiązywania konfliktów.	Lilianna Kupaj	05-09-2026	14:30	16:00	01:30
98 z 165 Przerwa	Lilianna Kupaj	05-09-2026	16:00	16:15	00:15
99 z 165 Budowanie mediacyjnej postawy lidera.	Lilianna Kupaj	05-09-2026	16:15	18:00	01:45
100 z 165 Skąd się biorą przekonania lidera i pracownika.	Lilianna Kupaj	06-09-2026	09:00	11:00	02:00
101 z 165 Przerwa	Lilianna Kupaj	06-09-2026	11:00	11:30	00:30
102 z 165 Przekonania wspierające i ograniczające.	Lilianna Kupaj	06-09-2026	11:30	13:30	02:00
103 z 165 Przerwa	Lilianna Kupaj	06-09-2026	13:30	14:30	01:00
104 z 165 Arkusze zmiany przekonań.	Lilianna Kupaj	06-09-2026	14:30	16:00	01:30
105 z 165 Przerwa	Lilianna Kupaj	06-09-2026	16:00	16:15	00:15
106 z 165 Narzędzia zmiany przekonań	Lilianna Kupaj	06-09-2026	16:15	18:00	01:45
107 z 165 Sesje coachingowe - praktyka	Lilianna Kupaj	11-09-2026	18:00	20:00	02:00

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
108 z 165 Przekonania sabotujące – jak je rozpoznawać	Lilianna Kupaj	15-09-2026	09:00	11:00	02:00
109 z 165 Przerwa	Lilianna Kupaj	19-09-2026	11:00	11:30	00:30
110 z 165 Przekonania sabotujące jako blokady w osiągnięciu celów	Lilianna Kupaj	19-09-2026	11:30	13:30	02:00
111 z 165 Przerwa	Lilianna Kupaj	19-09-2026	13:30	14:30	01:00
112 z 165 Zmiana ograniczających przekonań w drodze do celu	Lilianna Kupaj	19-09-2026	14:30	16:00	01:30
113 z 165 Przerwa	Lilianna Kupaj	19-09-2026	16:00	16:15	00:15
114 z 165 Sesje coachingowe pod superwizją	Lilianna Kupaj	19-09-2026	16:15	18:00	01:45
115 z 165 Tożsamość lidera - Budowanie wewnętrznej siły i decyzyjności.	Lilianna Kupaj	03-10-2026	09:00	11:00	02:00
116 z 165 Przerwa	Lilianna Kupaj	03-10-2026	11:00	11:30	00:30
117 z 165 Autentyczność w roli lidera.	Lilianna Kupaj	03-10-2026	11:30	13:30	02:00
118 z 165 Przerwa	Lilianna Kupaj	03-10-2026	13:30	14:30	01:00
119 z 165 Coachingowe sponsorowanie potencjału zespołu.	Lilianna Kupaj	03-10-2026	14:30	16:00	01:30
120 z 165 Przerwa	Lilianna Kupaj	03-10-2026	16:00	16:15	00:15

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
121 z 165 Rozwijanie potencjału zespołu	Lilianna Kupaj	03-10-2026	16:15	18:00	01:45
122 z 165 Test TOP 5 talentów Gallupa – omówienie.	Lilianna Kupaj	04-10-2026	09:00	11:00	02:00
123 z 165 Przerwa	Lilianna Kupaj	04-10-2026	11:00	11:30	00:30
124 z 165 Wykorzystanie talentów w zespole.	Lilianna Kupaj	04-10-2026	11:30	13:30	02:00
125 z 165 Przerwa	Lilianna Kupaj	04-10-2026	13:30	14:30	01:00
126 z 165 Plan rozwoju indywidualnych mocnych stron.	Lilianna Kupaj	04-10-2026	14:30	16:00	01:30
127 z 165 Przerwa	Lilianna Kupaj	04-10-2026	16:00	16:15	00:15
128 z 165 Talenty jako element strategii firmy.	Lilianna Kupaj	04-10-2026	16:15	18:00	01:45
129 z 165 6 filarów poczucia wartości wg Brandena.	Lilianna Kupaj	24-10-2026	09:00	11:00	02:00
130 z 165 Przerwa	Lilianna Kupaj	24-10-2026	11:00	11:30	00:30
131 z 165 Poczucie kompetencji, autonomii i przynależności w pracy.	Lilianna Kupaj	24-10-2026	11:30	13:30	02:00
132 z 165 Przerwa	Lilianna Kupaj	24-10-2026	13:30	14:30	01:00
133 z 165 Narzędzia wzmacniające samoocenę w zespole.	Lilianna Kupaj	24-10-2026	14:30	16:00	01:30

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
134 z 165 Przerwa	Lilianna Kupaj	24-10-2026	16:00	16:15	00:15
135 z 165 Metoda dokańczania zdań – ćwiczenie praktyczne	Lilianna Kupaj	24-10-2026	16:15	18:00	01:45
136 z 165 Analiza transakcyjna w komunikacji biznesowej.	Dorota Konieczna Herdzik	07-11-2026	09:00	11:00	02:00
137 z 165 Przerwa	Dorota Konieczna Herdzik	07-11-2026	11:00	11:30	00:30
138 z 165 Wewnętrzne role – dorosły, rodzic, dziecko w zarządzaniu.	Dorota Konieczna Herdzik	07-11-2026	11:30	13:30	02:00
139 z 165 Przerwa	Dorota Konieczna Herdzik	07-11-2026	13:30	14:30	01:00
140 z 165 Odporność psychiczna i wellbeing	Dorota Konieczna Herdzik	07-11-2026	14:30	16:00	01:30
141 z 165 Przerwa	Dorota Konieczna Herdzik	07-11-2026	16:00	16:15	00:15
142 z 165 Równowaga lidera jako fundament efektywności.	Dorota Konieczna Herdzik	07-11-2026	16:15	18:00	01:45
143 z 165 Coaching a mentoring w biznesie	Lilianna Kupaj	08-11-2026	09:00	11:00	02:00
144 z 165 Przerwa	Lilianna Kupaj	08-11-2026	11:00	11:30	00:30
145 z 165 Mentoring grupowy	Lilianna Kupaj	08-11-2026	11:30	13:30	02:00

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
146 z 165 Przerwa	Lilianna Kupaj	08-11-2026	13:30	14:30	01:00
147 z 165 Symulacje rozmów mentoringowych	Lilianna Kupaj	08-11-2026	14:30	16:00	01:30
148 z 165 Przerwa	Lilianna Kupaj	08-11-2026	16:00	16:15	00:15
149 z 165 Sesje coachingowe pod superwizją	Lilianna Kupaj	08-11-2026	16:15	18:00	01:45
150 z 165 Sesje coachingowe - praktyka	Lilianna Kupaj	18-11-2026	18:00	20:00	02:00
151 z 165 Sesje coachingowe - praktyka	Lilianna Kupaj	10-12-2026	18:00	20:00	02:00
152 z 165 Sesje coachingowe zaliczeniowe	Lilianna Kupaj	12-12-2026	09:00	11:00	02:00
153 z 165 Przerwa	Lilianna Kupaj	12-12-2026	11:00	11:30	00:30
154 z 165 Sesje coachingowe zaliczeniowe	Lilianna Kupaj	12-12-2026	11:30	13:30	02:00
155 z 165 Przerwa	Lilianna Kupaj	12-12-2026	13:30	14:30	01:00
156 z 165 Sesje coachingowe zaliczeniowe	Lilianna Kupaj	12-12-2026	14:30	16:00	01:30
157 z 165 Przerwa	Lilianna Kupaj	12-12-2026	16:00	16:15	00:15
158 z 165 Sesje coachingowe zaliczeniowe	Lilianna Kupaj	12-12-2026	16:15	18:00	01:45
159 z 165 Sesje coachingowe zaliczeniowe	Lilianna Kupaj	13-12-2026	09:00	11:00	02:00
160 z 165 Przerwa	Lilianna Kupaj	13-12-2026	11:00	11:30	00:30

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
161 z 165 Walidacja	-	13-12-2026	11:30	13:30	02:00
162 z 165 Przerwa	-	13-12-2026	13:30	14:30	01:00
163 z 165 Walidacja	-	13-12-2026	14:30	16:00	01:30
164 z 165 Przerwa	-	13-12-2026	16:00	16:15	00:15
165 z 165 Walidacja	-	13-12-2026	16:15	18:00	01:45

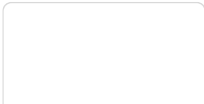
Cennik

Cennik

Rodzaj ceny	Cena
Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	12 400,00 PLN
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	12 400,00 PLN
Koszt osobogodziny brutto	56,36 PLN
Koszt osobogodziny netto	56,36 PLN
W tym koszt walidacji brutto	2 000,00 PLN
W tym koszt walidacji netto	2 000,00 PLN
W tym koszt certyfikowania brutto	5 000,00 PLN
W tym koszt certyfikowania netto	5 000,00 PLN

Prowadzący

Liczba prowadzących: 2



1 z 2
Lilianna Kupaj



Coach Master Trainer ICI, Coach PCC ICF Trener Transforming Communication Coach Superwizor Izby Coachingu Praktyk Integrującej Obecności Konsultant Zarządzania Autorka i trener programu Szkoły Coachingu akredytowanego w Międzynarodowym Stowarzyszeniu Coachów ICI. Specjalizuje się w coachingu: life, biznes i edu. Posiada najwyższą akredytację Coach Master Trainer International Association of Coaching Institutes. Jest, także akredytowanym coachem superwizorem Izby Coachingu. Pracuje jako mentor, superwizor i wykładowca akademicki. Posiada uprawnienia trenerskie do uczenia metody Transforming Communications™. Jest to komunikacja skierowana do ludzi na wymagających stanowiskach (zarządy firm, menadżerowie oświaty,terapeuci, trenerzy, coachowie). 2002- 2006 Menedżerskie w branży medycznej i farmaceutycznej, 2004 -dzisiaj Trener, konsultant zarządzania, 2006 -dzisiaj Coach, 2006 – dzisiaj Właściciel, dyrektor zarządzający, firma szkoleniowa, 2016 Prezeska Fundacji Świadomego Rozwoju Edukacji. 2024 Uzyskanie międzynarodowej akredytacji w stopniu PCC ICF 2015 Uzyskanie międzynarodowej akredytacji w stopniu Coach Master Trainer ICI 2015 Uprawnienia do międzynarodowej akredytacji coachów w Polsce 2011 Międzynarodowa akredytacja programu coachingowego Szkoły Coachingu Lilianna Kupaj 2011 Uzyskanie międzynarodowej akredytacji w stopniu Master Coach ICI 2007-2008 Stowarzyszenie Trenerów i Konsultantów Zarządzania Matrik, roczne studium rozwijające warsztat trenerski.



2 z 2

Dorota Konieczna Herdzik

Praktyk biznesu z 25-letnim doświadczeniem w pracy z ludźmi – zarówno w strukturach organizacyjnych, jak i w obszarze szkoleń, rozwoju oraz indywidualnego wsparcia. Przez lata związany z branżą HR na poziomie menedżerskim, m.in. jako dyrektor HR, HR Business Partner w firmach o zróżnicowanej strukturze i kulturze. Doświadczenie obejmuje m.in. przeprowadzenie ponad 3000 rozmów kwalifikacyjnych na wszystkie poziomy stanowisk zarówno w firmach polskich, jak i międzynarodowych. Daje to głębokie zrozumienie procesów rekrutacyjnych oraz umiejętność trafnego rozpoznawania potencjału i dopasowania kandydatów do organizacji. W pracy koncentruje się na wspieraniu liderów i zespołów w budowaniu odporności, różnorodności i dojrzałego przywództwa. Certyfikowany coach ICI, trener dobrostanu i odporności psychicznej, konsultant MaxieDISC® oraz diagnosta odporności psychicznej TOP 360. Łączy podejście strategiczne z głęboką uważnością na człowieka, tworząc przestrzeń do rozwoju opartą na autentyczności, empatii i zaufaniu.

Informacje dodatkowe

Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Każdy uczestnik szkolenia otrzymuje **kompletny pakiet materiałów edukacyjnych**, który wspiera proces uczenia się oraz umożliwia dalszy rozwój po zakończeniu kursu.

W skład materiałów wchodzi:

1. 1. Podręcznik uczestnika (drukowany lub PDF)

- zawierający opisy modeli coachingowych (Dilts, 6 filarów, 5 dysfunkcji zespołów),
- wprowadzenia teoretyczne do każdego bloku tematycznego,
- zestaw narzędzi coachingowych z instrukcją zastosowania.

1. Karty ćwiczeń i arkusze pracy

- ćwiczenia indywidualne i zespołowe do każdego modułu,
- karty do pracy z emocjami, przekonaniami, celami i wartościami.

1. Zeszyt refleksji własnej

- przestrzeń na zapisy z procesów własnych, wglądy i autorefleksje,

- dedykowane pytania coachingowe do pracy między modułami.

1. Dostęp do platformy online

- materiały wideo z nagranych sesji demo ,
- prezentacje ze slajdami z każdego dnia,
- dodatkowe artykuły, nagrania, medytacje prowadzone.
- **Międzynarodowy certyfikat** imienny, z oznaczeniem liczby godzin szkoleniowych i zakresu merytorycznego.

Warunki uczestnictwa

- Ukończone 21 lat.
- Co najmniej średnie wykształcenie, preferowane wyższe pedagogiczne, psychologiczne lub 3 letnie doświadczenie na stanowiskach kierowniczych
- Motywacja do pracy rozwojowej oraz gotowość do udziału w intensywnym procesie edukacyjnym i praktycznym.

Warunki techniczne

Warunki techniczne realizacji usługi:

Szkolenie prowadzone jest w trybie zdalnym z wykorzystaniem platformy **Zoom**, która umożliwia interaktywną pracę w grupach (m.in. w pokojach podziału, na tablicy interaktywnej oraz poprzez czat).

Wymagania dla uczestników:

- komputer, laptop lub tablet z dostępem do stabilnego Internetu (min. 5 Mb/s),
- kamera i mikrofon – niezbędne do aktywnego udziału w ćwiczeniach coachingowych,
- słuchawki – zalecane dla komfortu i jakości dźwięku,
- aktualna wersja aplikacji Zoom lub przeglądarki internetowej.

Materiały dydaktyczne: uczestnicy otrzymują wszystkie materiały w formie elektronicznej (prezentacje, karty pracy, ćwiczenia, testy).

Wsparcie techniczne: organizator zapewnia instrukcję logowania i korzystania z platformy oraz bieżącą pomoc techniczną w razie problemów.

Bezpieczeństwo: każde spotkanie zabezpieczone jest indywidualnym linkiem i hasłem dostępu. W przypadku nagrań – dostęp do nich mają wyłącznie uczestnicy kursu w okresie jego trwania.

Kontakt



Lilianna Kupaj

E-mail lkupaj@szkolacoachingu.edu.pl

Telefon (+48) 609 910 991