



AKADEMIA
ŚWIADOMEGO
ROZWOJU SPÓŁKA
Z OGRANICZONĄ
ODPOWIEDZIALNOŚ
CIĄ

★★★★★ 4,9 / 5

9 ocen

Mastermind dla przedsiębiorców z ADHD – 6-miesięczny program rozwoju biznesu

Numer usługi 2025/11/03/184984/3124674

📍 zdalna w czasie rzeczywistym

🏠 Usługa szkoleniowa

🕒 48 h

📅 12.02.2026 do 09.07.2026

5 850,00 PLN brutto

5 850,00 PLN netto

121,88 PLN brutto/h

121,88 PLN netto/h

Informacje podstawowe

Kategoria

Biznes / Zarządzanie przedsiębiorstwem

Grupa docelowa usługi

Przedsiębiorcy, freelancerzy i właściciele małych firm (w tym solopresiębiorcy) z ADHD – zarówno z formalną diagnozą, jak i bez, którzy:

- prowadzą działalność gospodarczą od minimum 3 lat,
- stoją przed koniecznością uporządkowania i zwiększenia efektywności działań biznesowych,
- rozwijają lub restrukturyzują swoją ofertę w oparciu o własne zasoby i styl pracy,
- potrzebują narzędzi i metod zarządzania dopasowanych do specyfiki funkcjonowania osób z ADHD,
- dążą do wypracowania strategii rozwoju możliwej do wdrożenia w praktyce.

Minimalna liczba uczestników

4

Maksymalna liczba uczestników

6

Data zakończenia rekrutacji

29-01-2026

Forma prowadzenia usługi

zdalna w czasie rzeczywistym

Liczba godzin usługi

48

Podstawa uzyskania wpisu do BUR

Certyfikat systemu zarządzania jakością wg. ISO 9001:2015 (PN-EN ISO 9001:2015) - w zakresie usług szkoleniowych

Cel

Cel edukacyjny

Uczestnik nabędzie umiejętność:
skutecznego analizowania własnej sytuacji biznesowej,
wyznaczania priorytetów i planowania działań w dopasowanych do siebie ramach czasowych, korzystania z narzędzi strategicznych i operacyjnych w prowadzeniu działalności, pozyskiwania informacji zwrotnych i wdrażania usprawnień, budowania sieci wartościowych kontaktów i relacji biznesowych.

Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Analizuje własną sytuację biznesową i identyfikuje kluczowe wyzwania	Wskazuje 3–5 kluczowych obszarów wymagających działań oraz uzasadnia ich wybór	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
Wyznacza cele strategiczne i operacyjne	Rozpoznaje poprawnie sformułowane cele zgodne z metodą SMART i odróżnia je od celów niespełniających kryteriów SMART.	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
Stosuje wybrane narzędzia biznesowe	Identyfikuje zastosowanie narzędzi (np. Business Model Canvas, analiza SWOT, segmentacja rynku) w określonych przykładach biznesowych.	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
Rozpoznaje zasady efektywnego wykorzystywania feedbacku w usprawnianiu działań biznesowych	Identyfikuje prawidłowe i nieprawidłowe sposoby reagowania na feedback oraz wskazuje działania, które wspierają proces wprowadzania zmian.	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
Buduje i utrzymuje relacje biznesowe	Rozpoznaje przykłady działań służących budowaniu i utrzymywaniu relacji biznesowych oraz określa ich znaczenie dla rozwoju firmy.	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie

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 dla:

Przedsiębiorców, freelancerów oraz właścicieli małych firm z ADHD (z diagnozą lub bez), którzy:

- prowadzą działalność od 3 lat wzwyż,
- chcą zwiększyć efektywność działań, uporządkować ofertę oraz wzmocnić strategię biznesową,
- poszukują sposobów pracy dostosowanych do potrzeb i wyzwań osób z ADHD,
- są gotowi pracować w stałej, kameralnej grupie, dzieląc się doświadczeniem i otrzymując feedback.

Warunki realizacji szkolenia:

Zajęcia zdalne w czasie rzeczywistym na platformie Zoom,

Wymagany komputer z kamerą i mikrofonem oraz stabilne łącze internetowe (min. 1,7 Mb/s),

Udział w szkoleniu nie wymaga żadnych dodatkowych warunków

Godzina zajęć jest równoznaczna z godziną dydaktyczną - 45min. Nie przewidziano przerw w trakcie programu. Ewentualne przerwy wynikające z nagłych potrzeb zostaną zrekompensowane poprzez wydłużenie czasu spotkania.

Walidacja poprzez test z wynikiem generowanym automatycznie.

Główny cel:

Rozwój kompetencji strategicznych, operacyjnych i interpersonalnych przedsiębiorców z ADHD poprzez udział w moderowanym procesie mastermind, umożliwiającym analizę działalności, rozwiązywanie bieżących problemów oraz tworzenie planów działań dopasowanych do stylu pracy uczestników.

Program ramowy:

12 spotkań – raz na 2 tygodnie

Spotkanie 1 – Wprowadzenie

- Integracja i określenie zasad pracy w grupie, wprowadzenie do metody mastermind, omówienie struktury spotkań.

Spotkanie 2 – Kontrakt

- Zdefiniowanie celów indywidualnych i grupowych, ustalenie oczekiwań, zasady odpowiedzialności i współpracy.

Spotkania 3–11 – Cykl pracy mastermind

- Rundy dzielenia się bieżącymi wyzwaniami biznesowymi,
- Wypracowywanie rozwiązań w formie sesji „gorącego krzesła” (hot seat),
- Praca na wybranych narzędziach strategicznych (np. analiza SWOT, Business Model Canvas, mapa celów),
- Planowanie działań do kolejnego spotkania,
- Monitorowanie postępów i wdrożeń.

Spotkanie 12 – Podsumowanie i strategia na kolejne 6 miesięcy

- Prezentacja efektów i zmian wprowadzonych w biznesie, wypracowanie indywidualnego planu dalszego rozwoju, ewaluacja programu.

Harmonogram

Liczba przedmiotów/zajęć: 13

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
1 z 13 Wprowadzenie do programu - integracja zasady pracy w grupie	Agata Hoffa	12-02-2026	09:00	12:00	03:00
2 z 13 Kontrakt - określenie celów indywidualnych i grupowych	Agata Hoffa	19-02-2026	09:00	12:00	03:00
3 z 13 Cykl pracy mastermind – wyzwania i sesja „gorącego krzesła”	Agata Hoffa	26-02-2026	09:00	12:00	03:00
4 z 13 Cykl pracy mastermind – narzędzia strategiczne (analiza SWOT)	Agata Hoffa	12-03-2026	09:00	12:00	03:00
5 z 13 Cykl pracy mastermind – planowanie i priorytety	Agata Hoffa	26-03-2026	09:00	12:00	03:00
6 z 13 Cykl pracy mastermind - praca nad ofertą i komunikacją	Agata Hoffa	09-04-2026	09:00	12:00	03:00
7 z 13 Cykl pracy mastermind – monitorowanie wdrożeń	Agata Hoffa	23-04-2026	09:00	12:00	03:00
8 z 13 Cykl pracy mastermind – rozwój kompetencji sprzedażowych	Agata Hoffa	07-05-2026	09:00	12:00	03:00
9 z 13 Cykl pracy mastermind – optymalizacja działań	Agata Hoffa	21-05-2026	09:00	12:00	03:00

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
10 z 13 Cykl pracy mastermind – budowanie relacji biznesowych	Agata Hoffa	11-06-2026	09:00	12:00	03:00
11 z 13 Cykl pracy mastermind – przygotowanie strategii	Agata Hoffa	25-06-2026	09:00	12:00	03:00
12 z 13 Podsumowanie programu – prezentacja efektów i strategia na kolejne 6 miesięcy	Agata Hoffa	09-07-2026	09:00	11:15	02:15
13 z 13 Test walidacyjny - test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie	Agata Hoffa	09-07-2026	11:15	12:00	00:45

Cennik

Cennik

Rodzaj ceny	Cena
Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	5 850,00 PLN
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	5 850,00 PLN
Koszt osobogodziny brutto	121,88 PLN
Koszt osobogodziny netto	121,88 PLN

Prowadzący

Liczba prowadzących: 1





Agata Hoffa

certyfikowana moderatorka mastermind oraz projektantka procesów rozwojowych. Od 2020 roku nieprzerwanie prowadzi grupy mastermind dla przedsiębiorców, freelancerów i właścicieli małych firm, regularnie wykorzystując w praktyce zdobyte kwalifikacje. W ciągu ostatnich 5 lat poprowadziła kilkanaście edycji programów 3- i 6-miesięcznych, warsztaty tematyczne oraz tygodniowe retreaty rozwojowe, stale rozwijając swoje kompetencje w zakresie facylitacji, design thinking i pracy procesowej.

Na co dzień łączy wiedzę strategiczną z doświadczeniem projektowym, wspiera uczestników w porządkowaniu oferty, podejmowaniu decyzji i wdrażaniu spójnych modeli biznesowych. Jej mocną stroną jest tworzenie atmosfery zaufania i otwartości, dzięki której uczestnicy czują się bezpiecznie w dzieleniu się swoimi wyzwaniami i szybciej wprowadzają zmiany w biznesie. Współpracowała m.in. z Orange, IKEA i Uniwersytetem Warszawskim.

Informacje dodatkowe

Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Warunkiem uczestnictwa w usłudze jest przeprowadzenie rozmowy kwalifikacyjnej przez Agatę Hoffa.

Mastermind to proces edukacyjno-rozwojowy w kameralnej grupie (max. 6 osób), dostosowany do potrzeb przedsiębiorców z ADHD. Spotkania co 2 tygodnie pozwalają na wdrażanie ustaleń i monitorowanie postępów. Program łączy mentoring grupowy, pracę warsztatową oraz peer-to-peer learning.

Efektem udziału w programie jest wypracowanie indywidualnych rozwiązań biznesowych, wdrożenie usprawnień w firmie oraz podniesienie kompetencji w zakresie zarządzania, strategii i produktywności.

Informacje o materiałach dla uczestników usługi:

- Arkusz planowania działań i monitorowania postępów,
- Lista pytań do sesji „gorącego krzesła”,
- Materiały podsumowujące każde spotkanie (notatki z ustaleń grupy)

Warunki techniczne

- Platforma Zoom (udział w spotkaniach w czasie rzeczywistym),
- Dostęp do komputera lub laptopa z kamerą i mikrofonem,
- Stabilne łącze internetowe o przepustowości min. 1,7 Mb/s,
- Możliwość otwierania plików PDF oraz korzystania z linków do narzędzi online (np. Google Docs, Miro).

Kontakt



Joanna Kłeczek

E-mail kontakt@postawnarozwoj.com

Telefon (+48) 535 944 606