



COACHWISE
SPÓŁKA AKCYJNA
★★★★★ 4,8 / 5
94 oceny

Poziom I: CoachWise Coaching Essentials - szkolenie CoachWise

Numer usługi 2025/12/01/10697/3184737

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

🏠 Usługa szkoleniowa

🕒 18 h

📅 29.01.2026 do 27.03.2026

3 813,00 PLN brutto
3 100,00 PLN netto
211,83 PLN brutto/h
172,22 PLN netto/h

Informacje podstawowe

Kategoria	Inne / Edukacja
Grupa docelowa usługi	Program kierowany jest do: • Menedżerów, trenerów, konsultantów; • Kierowników projektów, Scrum Masterów, Agile Coachów; • Coachów oraz osób przygotowujących się do profesjonalnego wykonywania zawodu coacha; • Pracowników działów HR; • Członków zespołów pracujący w środowisku metodyk zwinnych; • Osób poszukujące nowych form rozwoju z myślą o sobie. • „Usługa również adresowana dla Uczestników Projektu MP i/lub dla Uczestników Projektu NSE”
Minimalna liczba uczestników	1
Maksymalna liczba uczestników	12
Data zakończenia rekrutacji	22-01-2026
Forma prowadzenia usługi	mieszana (stacjonarna połączona z usługą zdalną w czasie rzeczywistym)
Liczba godzin usługi	18
Podstawa uzyskania wpisu do BUR	Standard Usług Szkoleniowo-Rozwojowych SUS 3.0

Cel

Cel edukacyjny

Usługa przygotowuje do profesjonalnego prowadzenia pojedynczych rozmów rozwojowych/sesji coachingowych. Usługa wdraża do wykorzystywania coachingu jako metody pracy rozwojowej, praktycznego stosowania coachingu w obecnie pełnionej roli zawodowej, w oparciu o metodykę i strukturę Modelu CoachWise™.

Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Definiuje coaching jako metodę pracy rozwojowej	Poprawnie podaje definicję coachingu w teście	Test teoretyczny
Charakteryzuje zasady i postawy w relacji coachingowej (partnerstwo, obecność, zaufanie)	Wskazuje prawidłowe zasady i postawy w pytaniach testowych	Test teoretyczny
Porządkuje i wyjaśnia strukturę rozmowy coachingowej wg modelu CoachWise	Wskazuje kolejne etapy modelu CoachWise we właściwej kolejności	Test teoretyczny
Wymienia i opisuje kluczowe umiejętności coachingowe	Wskazuje poprawne umiejętności w pytaniach testowych	Test teoretyczny
Rozróżnia zapisy Kodeksu Etycznego ICF i identyfikuje przykłady ich naruszeń	Poprawnie wybiera sytuacje naruszenia zasad etycznych w teście	Test teoretyczny
Uzasadnia znaczenie standardów poufności, konfliktu interesów i odpowiedzialności wobec klienta	Odpowiada poprawnie na pytania dotyczące etyki i poufności	Test teoretyczny
Dopasowuje kluczowe kompetencje coacha ICF do opisu sytuacji coachingowych	Łączy opisy zachowań z odpowiednią kompetencją ICF w pytaniach testowych	Test teoretyczny
Definiuje pytania do poszczególnych etapów modelu CoachWise	Przyporządkowuje pytania do etapów Dążenie, Rzeczywistość, Opcje, Działanie, Przegląd	Test teoretyczny
Analizuje sytuacje klienta i rozróżnia coaching od doradztwa lub terapii	Wybiera właściwe działania w scenariuszach testowych (np. skierowanie do terapeuty)	Test teoretyczny
Definiuje techniki coachingowe	Wskazuje poprawnie technikę coachingową opisaną w danym scenariuszu	Test teoretyczny
Definiuje relację opartą na partnerstwie i zaufaniu	Wybiera odpowiedzi w teście zgodne z zasadami budowania relacji coachingowej	Test teoretyczny
Kontroluje i przestrzega zasad etyki i poufności podczas pracy z klientem	Rozróżnia sytuacje wymagające zachowania poufności i wybiera właściwe działania w pytaniach testowych.	Test teoretyczny

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Analizuje własne działania w procesie coachingu i formułuje wnioski rozwojowe	Identyfikuje w pytaniach testowych elementy etapu „Przegląd” w modelu CoachWise	Test teoretyczny

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

CoachWise Essentials™ to rzetelne wprowadzenie do coachingu oparte na sprawdzonej metodyce doskonalącej umiejętności i postawę coachingową. Umożliwia zastosowanie coachingu w aktualnie pełnionej roli zawodowej, a także daje podstawy do podjęcia roli coacha.

Program CoachWise Essentials™ jest pierwszą częścią programu akredytowanego w International Coaching Federation na poziomie Level 2. Istnieje możliwość zrealizowania wyłącznie programu Essentials™ bez konieczności udziału w kolejnych poziomach.

Jest to dwudniowe szkolenie stacjonarne prowadzone przez praktykujących coachów zintegrowane z 2-miesięcznym procesem doskonalenia umiejętności praktycznych.

Część zdalna szkolenia (warsztaty uzupełniające/Masterclasses) odbywają się na platformie zoom. Uczestnicy otrzymują przed rozpoczęciem szkolenia jeden dedykowany link obowiązujący podczas 4 godzinnych warsztatów uzupełniających. Link zachowuje ważność przez cały okres trwania usługi.

Na program składają się:

- Dwudniowe warsztaty szkoleniowe stacjonarne realizowane w grupach do 15 osób (każdy dzień szkoleniowy trwa 8 godzin zegarowych)
- Coaching grupowy w formie 4 warsztatów uzupełniających zdalnych (każdy warsztat trwa 1 godzinę, w odstępach dwutygodniowych)

Zakres merytoryczny:

Dzień 1:

- Definicja coachingu.
- Sesja demo rozmowy coachingowej z przedstawieniem Modelu CoachWise i omówienie.
- MAPA rozmowy
- Rozmowa wg struktury – ćwiczenie w parach

- Wielogłowy menedżer - ćwiczenie.
- Typy rozmów. Sesja demo i dyskusja
- Sesja demo: Dążenie. Omówienie, przepis
- Ćwiczenie Dążenia – w parach

Dzień 2:

- Sesja demo: Rzeczywistości. Omówienie, przepis
- Ćwiczenie Rzeczywistości –w parach
- Gremlin
- Sesja demo: planowanie. Omówienie, przepis
- Praktyka planowania – ćwiczenie w parach. Podsumowanie
- Uznanie vs Informacja zwrotna.
- Ćwiczenie, 10 sytuacji, kiedy najlepiej sprawdzą się rozmowy coachingowe
- Zastosowanie coachingu w pracy - Blanchard, przywództwo sytuacyjne
- Ćwiczenie pełnej rozmowy – w parach.
- PODSUMOWANIE szkolenia.

Warsztaty uzupełniające online (z trenerem i grupą):

- Zadawanie pytań, kroki coachingowe, coaching w kierunku umiejętności przywódczych
- Słuchanie i Pole w Modelu CoachWise™
- Zasady w modelu CoachWise™
- Przegląd

Walidacja usługi:

Efekty kształcenia są weryfikowane na bieżąco po ćwiczeniach (główny moduł szkoleniowy) oraz podczas cyklicznych warsztatów uzupełniających w trakcie trwania programu poprzez pytania i odpowiedzi (dialog prowadzącego z uczestnikiem o jego doświadczeniach z praktyki własnej - Study Buddy)

Po ostatnim warsztacie uzupełniającym uczestnik wypełnia test wielokrotnego wyboru sprawdzający nabyte umiejętności, który jest oceniany przez osobę walidującą usługę.

Do wykonaniu testu wykorzystywana jest platforma google form.

Proces szkoleniowy i walidacyjny jest zorganizowany zgodnie z zasadą rozdzielności funkcji kształcenia i walidacji, co oznacza, że osoby prowadzące zajęcia dydaktyczne nie uczestniczyły w procesie oceny efektów uczenia się. Walidacja jest przeprowadzona przez niezależną osobę walidującą, posiadającą kwalifikacje w zakresie oceny efektów uczenia się w obszarze coachingu. Zastosowany model zapewnia rzetelność, obiektywność i przejrzystość procesu potwierdzania osiągniętych efektów.

Podmiot prowadzący walidację: CoachWise S.A. – osoba walidująca niezależna od trenerów prowadzących

Warunki Techniczne:

- Szkolenie zostanie przeprowadzone z wykorzystaniem platformy ZOOM. Nie wymaga ona posiadania konta. Uczestnik przechodzi bezpośrednio na spotkanie poprzez kliknięcie linka, który zostanie wysłany przed szkoleniem. Uczestnik otrzyma również instrukcję instalacji i uruchomienia ZOOM.
- Zalecamy wcześniejsze przetestowanie działania mikrofonu oraz kamery.
- Warunkiem udziału w szkoleniu jest dostęp do internetu i sprzętu ze sprawnym mikrofonem i kamerą (komputer, tablet, smartfon) obsługujące popularne przeglądarki internetowe (Microsoft Edge, Google Chrome, Opera)
- Rekomendujemy używanie stałego łącza internetowego (podłączenie kablowe zamiast WIFI).

Ilość godzin dydaktycznych (każda godzina dydaktyczna to 45 min): 24h

Ilość godzin teoretycznych dydaktycznych: 10h

Ilość godzin praktycznych dydaktycznych: 14h

Harmonogram

Liczba przedmiotów/zajęć: 13

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin	Forma stacjonarna
1 z 13 CoachWise Coaching Essentials - 1 dzień szkoleniowy rozmowa na żywo, ćwiczenia, prezentacja	Justyna Lichtarska	29-01-2026	09:00	10:50	01:50	Tak
2 z 13 CoachWise Coaching Essentials - 1 dzień szkoleniowy rozmowa na żywo, ćwiczenia, prezentacja	Justyna Lichtarska	29-01-2026	11:05	13:00	01:55	Tak
3 z 13 CoachWise Coaching Essentials - 1 dzień szkoleniowy rozmowa na żywo, ćwiczenia, prezentacja	Justyna Lichtarska	29-01-2026	14:00	15:45	01:45	Tak
4 z 13 CoachWise Coaching Essentials - 1 dzień szkoleniowy rozmowa na żywo, ćwiczenia, prezentacja	Justyna Lichtarska	29-01-2026	16:00	17:00	01:00	Tak
5 z 13 CoachWise Coaching Essentials - 2 dzień szkoleniowy rozmowa na żywo, ćwiczenia, prezentacja	Justyna Lichtarska	30-01-2026	09:00	10:45	01:45	Tak

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin	Forma stacjonarna
6 z 13 CoachWise Coaching Essentials - 2 dzień szkoleniowy rozmowa na żywo, ćwiczenia, prezentacja	Justyna Lichtarska	30-01-2026	11:00	13:00	02:00	Tak
7 z 13 CoachWise Coaching Essentials - 2 dzień szkoleniowy rozmowa na żywo, ćwiczenia, prezentacj2	Justyna Lichtarska	30-01-2026	14:00	15:45	01:45	Tak
8 z 13 CoachWise Coaching Essentials - 2 dzień szkoleniowy rozmowa na żywo, ćwiczenia, prezentacja	Justyna Lichtarska	30-01-2026	16:00	17:00	01:00	Tak
9 z 13 1 warsztat uzupełniający zdalny rozmowa na żywo, chat, prezentacja, współdzieleni e ekranu, omawianie efektów pracy własnej/prakt yki coachingowej	Justyna Lichtarska	11-02-2026	16:00	17:00	01:00	Nie

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin	Forma stacjonarna
10 z 13 2 warsztat uzupełniający zdalny rozmowa na żywo, chat, prezentacja, współdzieleni e ekranu, omawianie efektów pracy własnej/prakt yki coachingowej	Justyna Lichtarska	25-02-2026	16:00	17:00	01:00	Nie
11 z 13 3 warsztat uzupełniający zdalny rozmowa na żywo, chat, prezentacja, współdzieleni e ekranu, omawianie efektów pracy własnej/prakt yki coachingowej	Justyna Lichtarska	11-03-2026	10:00	11:00	01:00	Nie
12 z 13 4 warsztat uzupełniający zdalny rozmowa na żywo, chat, prezentacja, współdzieleni e ekranu, omawianie efektów pracy własnej/prakt yki coachingowej	Justyna Lichtarska	25-03-2026	10:00	11:00	01:00	Nie
13 z 13 Walidacja usługi - test online jednokrotneg o wyboru	-	27-03-2026	11:00	12:00	01:00	Nie

Cennik

Cennik

Rodzaj ceny	Cena
Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	3 813,00 PLN
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	3 100,00 PLN
Koszt osobogodziny brutto	211,83 PLN
Koszt osobogodziny netto	172,22 PLN

Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



1 z 1

Justyna Lichtarska

Profil zawodowy:

Justyna jest Coachem i Mentorką z 15-letnim doświadczeniem w pracy w globalnych organizacjach, gdzie kierowała międzynarodowymi zespołami oraz współpracowała z liderami, wspierając w rozwoju ich samych oraz ich zespoły. Była członkiem Country Leadership Teams (Krajowych Zespołów Zarządzających). Mieszkała i pracowała za granicą (Wielka Brytania, Czechy, USA) przez 5 lat swojego życia. Jako coach pracuje od 2013 roku.

Połączenie doświadczenia biznesowego z wykształceniem psychologicznym daje jej podstawę do wspierania klientów w budowaniu pewności siebie, kompetencji i odporności, aby osiągnęli cele w zgodzie z tym, kim naprawdę są oraz znajdowali radość i energię do działania. Praca na mocnych podstawach autentyczności i balansu, powoduje, że jej klienci osiągają długotrwałe efekty.

Justyna pracuje w jęz. polskim i angielskim.

Doświadczenie 5-letnie zdobyte od roku 2020 jako coach oraz trenerka coachingu współpracując z CoachWise S.A. w kursach Akademia Coachingu CoachWise.

Certyfikaty:

Professional Certified Coach, PCC – International Coaching Federation (ICF)

Erickson Solution Focused Coach Diploma

Certyfikowany konsultant TTI SI Talent Insights™ (narzędzia takie jak DISC, Motywatory, Emotional Quotient, Profil Wartości Hartmana)

Korn Ferry: Leadership & Team Architect, Ocena 360

SHL: Occupational Testing – Personality and Ability

Transformational Presence Leadership & Coach Training – The Center for Trener Coachingu i Mentoringu

Informacje dodatkowe

Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Materiały dla uczestników szkolenia:

- w formie papierowej: podręcznik, materiały biurowe, książka - uczestnicy otrzymują na sali szkoleniowej
 - Dodatkowe materiały, przekazywane przez trenerów w trakcie trwania programu, są przesyłane mailowo i udostępnione w formie elektronicznej w dedykowanym folderze na dysku google, do którego uczestnicy otrzymują dostęp(link) wraz z informacjami organizacyjnymi.
- Wykaz literatury

Zaświadczenie ukończenia programu uczestnicy szkolenia otrzymują w formie elektronicznej w ciągu tygodnia od daty zakończenia ostatniego warsztatu uzupełniającego.

Warunki uczestnictwa

Uczestnikiem programu może być każda osoba pełnoletnia, która wyraża chęć zdobycia i rozwijania kompetencji coachingowych.

Warunkiem uczestnictwa jest zawarcie umowy z Operatorem i uzyskanie numeru ID Wsparcia oraz przesłanie formularza zgłoszeniowego i opłacenie kosztu kursu w zadeklarowanych terminach. Formularz uczestnik otrzymuje od organizatora usługi.

Warunkiem udziału w szkoleniu jest dostęp do internetu i sprzętu ze sprawnym mikrofonem i kamerą (komputer, tablet, smartfon) obsługujące popularne przeglądarki internetowe (Microsoft Edge, Google Chrome, Opera)

Informacje dodatkowe

<https://www.coachwise.org/szkolenia/coachwise-essentials/>

W przypadku uzyskania dofinansowania powyżej 70% koszt usługi jest zwolniony z VAT (obowiązuje wówczas kwota netto) zgodnie z przepisami ustawy z dnia 11 marca 2004r. o podatku od towarów i usług - Art. 43 ust. 1 pkt 29 lit. c. oraz na podstawie par. 3 ust. 1 pkt. 14 Rozporządzenie Ministra Finansów z dnia 20.12.2013 w sprawie zwolnień od podatku od towarów i usług oraz warunków stosowania tych zwolnień.

Warunki techniczne

- Część zdalna szkolenia zostanie przeprowadzona z wykorzystaniem platformy ZOOM. Nie wymaga ona posiadania konta. Uczestnik przechodzi bezpośrednio na spotkanie poprzez kliknięcie linka, który zostanie wysłany przed szkoleniem. Link jest aktywny przez cały okres trwania szkolenia i obowiązuje jeden na wszystkie jego elementy (główny moduł szkoleniowy i webinaria uzupełniające). Uczestnik otrzyma również instrukcję instalacji i uruchomienia ZOOM.
- Zalecamy wcześniejsze przetestowanie działania mikrofonu oraz kamery.
- Warunkiem udziału w szkoleniu jest dostęp do internetu i sprzętu ze sprawnym mikrofonem i kamerą (komputer, tablet, smartfon) obsługujące popularne przeglądarki internetowe (Microsoft Edge, Google Chrome, Opera)
- Rekomendujemy używanie stałego łącza internetowego (podłączenie kablowe zamiast WIFI).
- Podczas szkolenia mogą być wykorzystywane cyfrowe tablice, które są ogólnodostępne - Google prezentacje, Miro lub Padlet. Zalecamy sprawdzenie przed szkoleniem czy mają Państwo dostęp do platform bowiem niektóre komputery służbowe mogą mieć zablokowany dostęp do tego narzędzia. Jeśli nie będą mieli Państwo dostępu do wspomnianych narzędzi zalecamy skorzystanie z innego komputera lub/i kontakt z organizatorem przed rozpoczęciem szkolenia.

Adres

ul. Grzybowska 56
00-844 Warszawa
woj. mazowieckie

Stacjonarna część szkolenia odbędzie się w Warszawie przy ul. Grzybowska 56 (ADN Centrum Konferencyjne) w sali szkoleniowej z zachowaniem zasad reżimu sanitarnego. Sala jest na 4 piętrze, w budynku z windą. Jest klimatyzowana, z dostępem do światła dziennego, otwarta przestrzeń nieograniczona filarami. Wyposażona w rzutnik, niezbędne sprzęty do odbycia szkolenia. Zdalna część szkolenia zostanie przeprowadzona z wykorzystaniem platformy ZOOM. Nie wymaga ona posiadania konta. Uczestnik przechodzi bezpośrednio na spotkanie poprzez kliknięcie w link wysłany przed szkoleniem przez organizatora. Uczestnik otrzyma instrukcję instalacji i uruchomienia ZOOM. Rekomendowane przeglądarki internetowe: Google Chrome, Microsoft Edge, Opera Browser. Można połączyć się również przy wykorzystaniu smartfona lub tabletu, które obsługują rekomendowane przeglądarki internetowe. Zalecamy korzystanie ze stałego stabilnego łącza internetowego zamiast WIFI.

Udogodnienia w miejscu realizacji usługi

- Klimatyzacja
- Wi-fi
- dostępny dla osób z niepełnosprawnościami

Kontakt



Lucyna Biardzka

E-mail l.biardzka@coachwise.org

Telefon (+48) 605 836 084