



Zostań Trenerem 2.0 (wersja rozszerzona) – usługa szkoleniowa

Numer usługi 2026/01/16/161638/3262659

6 519,00 PLN brutto
5 300,00 PLN netto
197,55 PLN brutto/h
160,61 PLN netto/h

KORYCKI &
GRACZYK
CONSULTING
GROUP SPÓŁKA Z
OGRANICZONĄ
ODPOWIEDZIALNOŚ
CIĄ

★★★★★ 4,9 / 5

541 ocen

📍 zdalna w czasie rzeczywistym

📄 Usługa szkoleniowa

🕒 33 h

📅 11.04.2026 do 18.04.2026

Informacje podstawowe

Kategoria	Biznes / Zarządzanie zasobami ludzkimi
Identyfikatory projektów	Małopolski Pociąg do kariery, Kierunek - Rozwój, Zachodniopomorskie Bony Szkoleniowe, Nowy start w Małopolsce z EURESEM
Grupa docelowa usługi	• Początkujący trenerzy stawiających pierwsze kroki w prowadzeniu szkoleń dla dorosłych. • Trenerzy wewnętrzni (HR / L&D / Akademie firmowe), którzy chcą uporządkować warsztat i wzbogacić metody pracy. • Menedżerowie i liderzy zespołów, którzy prowadzą lub będą prowadzić szkolenia i sesje rozwijające dla swoich ludzi. • Coache, konsultanci i facylitatorzy, rozszerzających ofertę o szkolenia grupowe lub programy rozwojowe. • Freelancerzy budujących praktykę szkoleniową – osób chcących zaprojektować ofertę rynkową i markę osobistą. • Edukatorzy i wykładowcy (uczelnie, szkoły policealne, NGO) przechodzący do bardziej interaktywnej, dorosłej formuły uczenia. • Specjaliści HR / People Development / Talent Management, odpowiedzialni za diagnozę potrzeb, projektowanie i ewaluację działań szkoleniowych • uczestnicy projektu Małopolski Pociąg do Kariery • uczestnicy projektu Zachodniopomorskie Bony Szkoleniowe • uczestnicy projektu Nowy Start w Małopolsce z EURESEM • uczestnicy projektu Kierunek - Rozwój
Minimalna liczba uczestników	1
Maksymalna liczba uczestników	10
Data zakończenia rekrutacji	08-04-2026

Forma prowadzenia usługi	zdalna w czasie rzeczywistym
Liczba godzin usługi	33
Podstawa uzyskania wpisu do BUR	Standard Usługi Szkoleniowo-Rozwojowej PIFS SUS 2.0

Cel

Cel edukacyjny

Celem edukacyjnym szkolenia jest wszechstronne, praktyczne i biznesowo osadzone przygotowanie przyszłych trenerów do samodzielnego projektowania, prowadzenia i ewaluacji procesów rozwojowych oraz wykorzystania narzędzi AI w pracy dydaktycznej.

Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Organizuje pracę w cyklu ultradian (90/20)	Uczestnik wyjaśnia istotę mikroregeneracji i higieny głosu w pracy trenera	Wywiad swobodny
	Uczestnik omawia najważniejsze zasady cyklu ultradian (90/20)	Wywiad swobodny
Projektuje proces uczenia	Uczestnik uzasadnia istotę analizy luk kompetencyjnych	Wywiad swobodny
	Uczestnik omawia model Taksonomii Blooma	Wywiad swobodny
	Uczestnik formułuje cele uczenia w modelu SMART	Wywiad swobodny
Uzasadnia istotę komunikacji niewerbalnej w pracy trenera	Uzasadnia istotę mowy ciała podczas procesu szkoleniowego	Wywiad swobodny
	Uzasadnia istotę porażczyka podczas wystąpienia publicznego	Wywiad swobodny
Wyróżnia sposoby radzenia sobie ze stresem w pracy trenera	Opisuje metody radzenia sobie ze stresem i treścią	Wywiad swobodny
	Dobiera odpowiednią metodę radzenia sobie ze stresem do swojej osobowości i potrzeb	Wywiad swobodny

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Opisuje najważniejsze cechy dobrego przekazu werbalnego	Opisuje zasady plan language	Wywiad swobodny
	Uzasadnia istotę storytellingu w wystąpieniach publicznych	Wywiad swobodny
	Uczestnik omawia najważniejsze zasady i struktury storytellingowe	Wywiad swobodny
	formułuje prompty	Wywiad swobodny
Uczestnik wykorzystuje narzędzia AI do wsparcia pracy trenera	wyjaśnia istotę i funkcję AI w pracy trenera	Wywiad swobodny
	charakteryzuje zasady działania i narzędzia AI przydatne w pracy trenera	Wywiad swobodny

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

Dzień 1 · Psychologia uczenia & sztuka wystąpień publicznych (10 godzin dydaktycznych + 2 przerwy)

09 : 00 – 09 : 45 Wprowadzenie do szkolenia

- cele i kontrakt szkoleniowy
- style uczenia dorosłych (Kolb, Honey-Mumford)
- mapa całego kursu i metody pracy

09 : 45 – 10 : 30 Co zrobić, aby Ciebie słuchano?

- model uwagi (Attention Curve)
- pierwsze 30 sekund wystąpienia – „hook”
- ton głosu, tempo, przerwy dramatyczne
- zarządzanie energią sali

10 : 45 – 11 : 45 Komunikacja niewerbalna w pracy trenera

- postawa i proksemika
- gestykulacja wspierająca przekaz
- kontakt wzrokowy z grupą vs. pojedynczymi osobami
- mikroekspresje i sparafrazowane emocje

11 : 45 – 12 : 45 Storytelling w pracy trenera

- struktura opowieści (Setup – Conflict – Resolution)
- bohater, cel i przeszkoda – jak przenieść je na kontekst szkoleniowy
- narzędzia obrazowania (metafora, analogia, anegdota)
- ćwiczenie: 2-minutowa historia z puentą

13 : 30 – 14 : 45 Motywacja i teorie uczenia

- SDT (Deci & Ryan) – autonomia, kompetencja, relacyjność
- behawioryzm vs. konstruktywizm vs. neurodydaktyka
- czynnik „flow” w projektowaniu aktywności
- motywatory wewnętrzne a zewnętrzne – jak je łączyć

14 : 45 – 16 : 00 Procesy grupowe & wpływ społeczny

- fazy rozwoju zespołu (Tuckman) a dynamika na sali
- normy, role, konformizm – kiedy pomagają, kiedy przeszkadzają
- moderowanie dyskusji i radzenie sobie z trudnym uczestnikiem
- techniki wpływu (Cialdini) z etycznym filtrem trenera

16 : 00 – 17 : 30 Inteligencja emocjonalna w pracy trenera

- model Golemana: samo- i interpersonalne kompetencje EQ
- rozpoznawanie i nazywanie emocji u uczestników
- regulacja własnego stresu przed i w trakcie wystąpień
- empatyczne reagowanie na pytania i opór grupy

Dzień 2 · Proces szkoleniowy (12 godzin dydaktycznych + 2 przerwy)

09 : 00 – 10 : 30 Cały cykl szkoleniowy

- ADDIE vs. SAM – podobieństwa i różnice
- punkty kontrolne jakości (gating)
- dokumentacja procesu – od briefu do raportu końcowego

10 : 45 – 12 : 15 Identyfikacja potrzeb (deep dive)

- analiza luk kompetencyjnych (TNA) – metody i narzędzia
- wywiad z kluczowymi osobami + obserwacja on-the-job
- ankieta vs. focus group – kiedy którą wybrać
- przekładanie potrzeb na mierzalne cele uczenia (SMART)

13 : 00 – 14 : 30 Projektowanie szkoleń

- taksonomia Blooma w praktyce (cele kognitywne → aktywności)
- złota proporcja: teoria : praktyka : refleksja
- scenariusz minutowy i instrukcja dla trenera
- materiały wspierające – slajdy, handouty, mikro-learning

14 : 30 – 16 : 00 Prowadzenie & facylitacja

- różnica: trener-ekspert vs. facylitator procesu
- pytania otwarte, parafraza, „parking” tematów
- zwinne modyfikowanie planu w reakcji na grupę

16 : 00 – 17 : 30 Ewaluacja & ROI

- Kirkpatrick – 4 poziomy oceny efektów
- modele ROI (Phillips, Bersin) – kiedy liczyć zwrot?
- zbieranie danych jakościowych i ilościowych
- raport z rekomendacjami dla biznesu

17 :30 – 18 : 15 AI jako „asystent projektowania” – mapa zastosowań i zasady pracy

- gdzie AI realnie oszczędza czas: analiza potrzeb, cele SMART, aktywności, przykłady, materiały, ewaluacja, raport
- model „Human-in-the-loop”: co zawsze weryfikuje trener (merytoryka, kontekst, ryzyko, język, etyka)
- zasada bezpieczeństwa danych: czego nie wklejamy (dane osobowe, tajemnice firmy, wrażliwe case’y)

18 : 15 – 19 : 00 AI do tworzenia materiałów i angażowania grupy

- szybkie prototypowanie: handout, checklisty, karty ćwiczeń, quizy, case’y branżowe
- język i dostępność: upraszczanie, wersje dla różnych poziomów, inkluzywność, „plain language”
- generowanie pytań trenerskich: otwarte, pogłębiające, konfrontujące – bez manipulacji

Dzień 3 · Biznes, energia i walidacja (11 godzin dydaktycznych + 2 przerwy)

09 : 00 – 10 : 30 Model biznesowy trenera – cz. 1

- mapa wartości (Value Proposition Canvas)
- segmenty klientów B2B vs. B2C
- ścieżka klienta – od pierwszego kontaktu do retencji

10 : 45 – 12 : 15 Model biznesowy trenera – cz. 2

- strategie wyceny: stawka godzinowa, pakiet, licencja
- umowy cywilnoprawne, prawa autorskie, RODO
- kanały sprzedaży: marketplace, partnerstwa, rekomendacje
- portfolio: case study, social proof, storytelling marki osobistej

13 : 00 – 14 : 30 Wizerunek i content marketing

- identyfikacja wizualna – logo, kolor, typografia
- kalendarz treści: blog, podcast, newsletter, social media
- SEO dla trenerów – słowa kluczowe i długie ogony
- generowanie leadów przez webinary i e-booki

14 : 30 – 16 : 00 Regeneracja i rytm pracy

- cykl ultradian – praca w blokach 90/20
- mikroregeneracja: oddech, stretching, mindfulness
- zarządzanie obciążeniem głosowym i fizjologicznym trenera
- profilaktyka wypalenia zawodowego

16 : 00 – 16 : 45 Ścieżki rozwoju trenerskiego

- certyfikacje (ICF, CIPD, HRBP) – czy i kiedy warto
- specjalty tracks: e-learning, coaching, agile, DEI
- mentoring i superwizja – budowanie dojrzałości zawodowej

16 : 45 – 17 : 30 AI w ewaluacji i raportowaniu + etyka, RODO i prawa autorskie

- ankiety (Kirkpatrick 1–2), pytania na transfer (poziom 3), wskaźniki dla biznesu (poziom 4)
- analiza danych jakościowych: tematy, wnioski, rekomendacje (z kontrolą halucynacji)
- checklista compliance: RODO (minimalizacja, cel, retencja), zgody, informowanie o użyciu AI, prawa autorskie

17 : 30 – 18 : 15 Walidacja (wywiad swobodny)

1) Usługa realizowana jest w godzinach dydaktycznych, tj. za godzinę usługi szkoleniowej rozumie się 45 minut, łącznie 33 godziny.

2) Przerwy nie są wliczane w czas trwania usługi.

3) Prowadzone w ramach szkolenia zajęcia realizowane są metodami interaktywnymi i aktywizującymi, rozumianymi jako metody umożliwiające uczenie się w oparciu o doświadczenie i pozwalające uczestnikom na ćwiczenie umiejętności.

4) Usługa odbywa się zdalnie w czasie rzeczywistym.

5) **Cel edukacyjny:** Celem edukacyjnym szkolenia jest wszechstronne, praktyczne i biznesowo osadzone przygotowanie przyszłych trenerów do samodzielnego projektowania, prowadzenia i ewaluacji procesów rozwojowych oraz wykorzystania narzędzi AI w pracy dydaktycznej.

6) **Warunki organizacyjne:** Szkolenie odbędzie się w formie zdalnej w czasie rzeczywistym na platformie komunikacyjnej Google Meet. Szkolenie przewidziane jest od jednej do pięciu osób.

7) **Walidacja:** Proces walidacji polega na wywiadzie swobodnym, podczas którego Uczestnik rozmawia z osobą prowadzącą walidację na temat technik, sposobów, rozwiązań związanych z efektami uczenia się. Walidacja przebiega w terminie wskazanym w harmonogramie. Czas na walidację dla jednej osoby to 45 minut. W przypadku, gdy na szkolenie zapisze się więcej niż jedna osoba, wówczas terminy walidacji są dostępne u Dostawcy Usługi.

8) **Minimalne wymagania:** Uczestnicy nie muszą posiadać doświadczenia trenerskiego.

9) Grupa docelowa:

- **Początkujący trenerzy** stawiających pierwsze kroki w prowadzeniu szkoleń dla dorosłych.
- **Trenerzy wewnętrzni (HR / L&D / Akademia firmowe)**, którzy chcą uporządkować warsztat i wzbogacić metody pracy.
- **Menedżerowie i liderzy zespołów**, którzy prowadzą lub będą prowadzić szkolenia i sesje rozwijające dla swoich ludzi.
- **Coache, konsultanci i facylitatorzy**, rozszerzających ofertę o szkolenia grupowe lub programy rozwojowe.
- **Freelancerzy budujących praktykę szkoleniową** – osób chcących zaprojektować ofertę rynkową i markę osobistą.
- **Edukatorzy i wykładowcy (uczelnie, szkoły policealne, NGO)** przechodzący do bardziej interaktywnej, dorosłej formuły uczenia.
- **Specjaliści HR / People Development / Talent Management**, odpowiedzialni za diagnozę potrzeb, projektowanie i ewaluację działań szkoleniowych
- uczestnicy projektu **Małopolski Pociąg do Kariery**
- uczestnicy projektu Zachodniopomorskie Bony Szkoleniowe
- uczestnicy projektu Nowy Start w Małopolsce z EURESEM
- uczestnicy projektu Kierunek - Rozwój

Harmonogram

Liczba przedmiotów/zajęć: 27

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
1 z 27 Wprowadzenie do szkolenia – wideokonferencja	Marta Schneider	11-04-2026	09:00	09:45	00:45
2 z 27 Co zrobić, aby Ciebie słuchano? – ćwiczenia	Marta Schneider	11-04-2026	09:45	10:30	00:45
3 z 27 Przerwa kawowa	Marta Schneider	11-04-2026	10:30	10:45	00:15

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
4 z 27 Komunikacja niewerbalna w pracy trenera – wideokonferencja	Marta Schneider	11-04-2026	10:45	11:45	01:00
5 z 27 Storytelling w pracy trenera – ćwiczenia	Marta Schneider	11-04-2026	11:45	12:45	01:00
6 z 27 Przerwa obiadowa	Marta Schneider	11-04-2026	12:45	13:30	00:45
7 z 27 Motywacja i teorie uczenia – wideokonferencja	Marta Schneider	11-04-2026	13:30	14:45	01:15
8 z 27 Procesy grupowe & wpływ społeczny – wideokonferencja	Marta Schneider	11-04-2026	14:45	16:00	01:15
9 z 27 Inteligencja emocjonalna w pracy trenera – wideokonferencja	Marta Schneider	11-04-2026	16:00	17:30	01:30
10 z 27 Cały cykl szkoleniowy – wideokonferencja	Marta Schneider	12-04-2026	09:00	10:30	01:30
11 z 27 Przerwa kawowa	Marta Schneider	12-04-2026	10:30	10:45	00:15
12 z 27 Identyfikacja potrzeb (deep dive) – ćwiczenia	Marta Schneider	12-04-2026	10:45	12:15	01:30
13 z 27 Przerwa obiadowa	Marta Schneider	12-04-2026	12:15	13:00	00:45

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
14 z 27 Projektowanie szkoleń – współdzielenie ekranu	Marta Schneider	12-04-2026	13:00	14:30	01:30
15 z 27 Prowadzenie & facylitacja – współdzielenie ekranu	Marta Schneider	12-04-2026	14:30	16:00	01:30
16 z 27 Ewaluacja & ROI – współdzielenie ekranu	Marta Schneider	12-04-2026	16:00	17:30	01:30
17 z 27 AI jako „asystent projektowania” – mapa zastosowań i zasady pracy – wideokonferencja	Marta Schneider	12-04-2026	17:30	18:15	00:45
18 z 27 AI do tworzenia materiałów i angażowania grupy – ćwiczenia	Marta Schneider	12-04-2026	18:15	19:00	00:45
19 z 27 Model biznesowy trenera – cz. 1 – ćwiczenia	Marta Schneider	18-04-2026	09:00	10:30	01:30
20 z 27 Przerwa kawowa	Marta Schneider	18-04-2026	10:30	10:45	00:15
21 z 27 Model biznesowy trenera – cz. 2 – ćwiczenia	Marta Schneider	18-04-2026	10:45	12:15	01:30
22 z 27 Przerwa obiadowa	Marta Schneider	18-04-2026	12:15	13:00	00:45

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
23 z 27 Wizerunek i content marketing – współdzielenie ekranu	Marta Schneider	18-04-2026	13:00	14:30	01:30
24 z 27 Regeneracja i rytm pracy – ćwiczenia	Marta Schneider	18-04-2026	14:30	16:00	01:30
25 z 27 Ścieżki rozwoju trenerskiego – wideokonferencja	Marta Schneider	18-04-2026	16:00	16:45	00:45
26 z 27 AI w ewaluacji i raportowaniu + etyka, RODO i prawa autorskie – współdzielenie ekranu	Marta Schneider	18-04-2026	16:45	17:30	00:45
27 z 27 Walidacja – wywiad swobodny	-	18-04-2026	17:30	18:15	00:45

Cennik

Cennik

Rodzaj ceny	Cena
Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	6 519,00 PLN
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	5 300,00 PLN
Koszt osobogodziny brutto	197,55 PLN
Koszt osobogodziny netto	160,61 PLN

Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



1 z 1

Marta Schneider

Marta Schneider – trenerka i projektantka procesów rozwojowych z ponad 2 000 godzin doświadczenia w prowadzeniu usług rozwojowych (projekty komercyjne i dofinansowane) zdobytych w ciągu ostatnich pięciu lat. Specjalizuje się w budowaniu marki osobistej, psychologii marketingu i zarządzania oraz w praktycznych metodach rozwijania umiejętności interpersonalnych. Jako projektantka programów rozwojowych współtworzy i prowadzi szkołę trenerską, kształcąc przyszłych trenerów w oparciu o wysokie standardy merytoryczne i etyczne.

Autorka dwóch książek, łączących perspektywę psychologiczną, biznesową i dydaktyczną. Pracuje na realnych przykładach, wdrożeniach i refleksji po działaniu, a metafory traktuje jako narzędzie upraszczające złożone zagadnienia i uczące przyszłych trenerów, jak jasno komunikować trudne treści.

Marta posiada zestaw kwalifikacji, który pozwala jej nie tylko prowadzić szkolenia, lecz także świadomie kształcić przyszłych trenerów, mentorować ich i towarzyszyć im w budowaniu własnego warsztatu:

- Trener kompetencji miękkich (z elementami TSR),
- Trener-szkoleniowiec w nauczaniu dorosłych,
- Trener osobisty: coach/mentor/tutor (z elementami interwencji kryzysowej).

Te ścieżki rozwojowe pokazują, że rozumie proces uczenia dorosłych zarówno od strony metodycznej, jak i psychologicznej.

Pracuje w sposób praktyczny, procesowy i nastawiony na rezultat.

Informacje dodatkowe

Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Każdy uczestnik przed szkoleniem otrzyma komplet materiałów szkoleniowych, który składa się z:

- prezentacji multimedialnej;
- skryptu szkolenia.

Warunki uczestnictwa

Ukończony 18 rok życia.

Informacje dodatkowe

1. Jeśli szkolenie będzie dofinansowane ze środków publicznych w **co najmniej 70%**, będzie **zwolnione przedmiotowo z podatku VAT** (podstawa prawna: par. 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* (t.j. Dz. U. z 2023 r. poz. 955 z późn. zm.)).
2. Zawarto **Umowę ramową numer RR.0716.275.2024 z WUP w Toruniu** dotyczącą realizacji i rozliczania Usług z wykorzystaniem bonów elektronicznych w ramach **Projektu Kierunek – Rozwój**.
3. Uczestnik szkolenia otrzyma zaświadczenie o ukończeniu szkolenia dopiero po pozytywnym wyniku walidacji. Warunkiem otrzymania zaświadczenia o ukończeniu szkolenia jest **pozytywny wynik walidacji** oraz **frekwencja na minimalnym poziomie 80%**.
4. Zawarto umowę z Wojewódzkim Urzędem Pracy w Szczecinie na świadczenie usług rozwojowych z wykorzystaniem elektronicznych bonów szkoleniowych w ramach projektu Zachodniopomorskie Bony Szkoleniowe.

Warunki techniczne

1. **Platforma komunikacyjna** – Google Meet.

2. **Wymagania sprzętowe:**

- komputer z aktualnym systemem (Windows 10 lub nowszy / macOS 12 lub nowszy / aktualna dystrybucja Linux),
- aktualna przeglądarka (Chrome/Edge/Firefox/Safari – co najmniej dwie ostatnie wersje),
- stabilne łącze internetowe o przepustowości min. 10 Mb/s (pobieranie) i 2 Mb/s (wysyłanie),
- sprawna kamera komputerowa i mikrofon,
- sprawne słuchawki/ głośniki.

1. **Okres ważności linku:** od godziny zegarowej przed godziną rozpoczęcia szkolenia w dniu pierwszym do godziny zegarowej po zakończeniu szkolenia w dniu ostatnim.

Kontakt



WOJCIECH GRACZYK

E-mail wojciech.graczyk@korycki-graczyk.pl

Telefon (+48) 698 291 420