



Szkolenie trenerskie - opór na sali szkoleniowej, narzędzia pracy warsztatowej i tworzenie scenariusza oraz trening wystąpień - KOMPETENCJE

Numer usługi 2026/01/20/156597/3271449

7 000,00 PLN brutto
7 000,00 PLN netto
87,50 PLN brutto/h
87,50 PLN netto/h

Metrum Szkolenia
Coaching

Doradztwo Beata
Kozak

★★★★★ 4,6 / 5

11 ocen

📍 Katowice / stacjonarna

🏠 Usługa szkoleniowa

🕒 80 h

📅 25.01.2026 do 13.06.2026

Informacje podstawowe

Kategoria	Biznes / Organizacja
Grupa docelowa usługi	<ul style="list-style-type: none">• 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	8
Maksymalna liczba uczestników	16
Data zakończenia rekrutacji	23-01-2026
Forma prowadzenia usługi	stacjonarna
Liczba godzin usługi	80
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

Treść szkolenia koncentruje się na rozwijaniu kluczowych kompetencji trenerskich, przygotowując uczestników do efektywnego prowadzenia szkoleń i warsztatów w biznesie. Program jest oparty na praktycznych technikach i metodach, z naciskiem na budowanie umiejętności interpersonalnych oraz tworzenie wartościowych doświadczeń edukacyjnych. Celem jest wyposażenie przyszłych trenerów w narzędzia pozwalające na prowadzenie szkoleń w sposób angażujący, skuteczny i dostosowany do uczestników.

Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
<p>Charakteryzuje mechanizmy powstawania oporu u uczestników szkoleń. Identyfikuje własne postawy trenerskie mogące wywoływać trudności. Stosuje techniki radzenia sobie z trudnymi uczestnikami i sytuacjami w grupie. Dobiera strategie reagowania do rodzaju sytuacji trudnej.</p>	<ul style="list-style-type: none"> Wymienia psychologiczne i sytuacyjne źródła oporu. 	<p>Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie</p>
	<ul style="list-style-type: none"> Analizuje konsekwencje niezaopiekowanego oporu w grupie. 	<p>Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie</p>
	<ul style="list-style-type: none"> Wskazuje zachowania trenera, które zwiększają napięcie w grupie. 	<p>Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie</p>
	<ul style="list-style-type: none"> Analizuje przykłady interakcji, które mogą wywołać opór uczestników. 	<p>Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie</p>
	<ul style="list-style-type: none"> Dobiera adekwatne metody interwencji do typu trudności (np. konflikt, podważanie autorytetu). Proponuje konkretne techniki radzenia sobie z łamaniem kontraktu lub podważaniem autorytetu. 	<p>Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie</p>
<p>Klasyfikuje formy pracy warsztatowej ze względu na ich funkcję i zastosowanie. Prezentuje zasady projektowania modułów edukacyjnych w oparciu o cykl Kolba lub inny model uczenia się. Wymienia zasady prawidłowego projektowania ćwiczeń szkoleniowych. Ocenia wpływ struktury i procesu na efektywność edukacji dorosłych.</p>	<ul style="list-style-type: none"> Wskazuje przykłady ćwiczeń podnoszących dynamikę, wyciszających, konfrontacyjnych i bezpiecznych. Wskazuje sytuacje, w których dana forma pracy jest adekwatna. 	<p>Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie</p>
	<ul style="list-style-type: none"> Opracowuje logiczny ciąg działań szkoleniowych według etapów cyklu Kolba. Wskazuje metody dopasowane do każdego etapu cyklu Kolba. 	<p>Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie</p>
	<ul style="list-style-type: none"> Wskazuje elementy struktury szkolenia, które wpływają na efektywność uczenia się. 	<p>Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie</p>
	<ul style="list-style-type: none"> Uzasadnia konieczność dostosowania metod do potrzeb grupy. 	<p>Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie</p>

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
<p>Formułuje cele szkoleniowe zgodne z zasadami SMART oraz z potrzebami grupy docelowej.</p> <p>Charakteryzuje podstawowe metody ewaluacji szkoleń i dobiera odpowiednie narzędzie do celu szkolenia.</p> <p>Planuje czas trwania poszczególnych etapów warsztatu z uwzględnieniem kształtowania kompetencji.</p> <p>Stosuje zasady projektowania warsztatu zgodnie z cyklem uczenia się dorosłych.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Wymienia i charakteryzuje co najmniej trzy metody ewaluacji. • Dobiera i uzasadnia wybór narzędzia ewaluacyjnego do konkretnego celu szkolenia. • Tworzy harmonogram szkolenia uwzględniający czas i cele każdego modułu. • Rozróżnia aktywności rozwijające wiedzę, umiejętności i postawy. • Charakteryzuje strukturę warsztatu w oparciu o cykl Kolba lub inny model uczenia się. • Opisuje logiczny ciąg działań edukacyjnych w scenariuszu szkolenia. 	<p>Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie</p>
	<ul style="list-style-type: none"> • Dobiera i uzasadnia wybór narzędzia ewaluacyjnego do konkretnego celu szkolenia. • Wskazuje poprawnie zaprojektowany harmonogram szkolenia uwzględniający czas i cele każdego modułu. 	<p>Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie</p> <p>Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie</p>
	<ul style="list-style-type: none"> • Rozróżnia aktywności rozwijające wiedzę, umiejętności i postawy. • Wskazuje logiczny ciąg działań edukacyjnych w scenariuszu szkolenia. 	<p>Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie</p> <p>Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie</p>
<p>Wymienia czynniki budowania dobrej relacji z uczestnikami.</p> <p>Identyfikuje sygnały emocjonalne w grupie uczestników warsztatu.</p> <p>Identyfikuje wskaźniki behawioralne poświadczające otwartość na otrzymywanie informacji zwrotnej.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Rozróżnia zachowania sprzyjające i niesprzyjające współpracy w grupie. 	<p>Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie</p>
	<ul style="list-style-type: none"> • Rozróżnia elementy komunikacji wspierające utrzymanie pozytywnych relacji. 	<p>Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie</p>
	<ul style="list-style-type: none"> • Rozróżnia typowe reakcje emocjonalne w grupie szkoleniowej. 	<p>Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie</p>
	<ul style="list-style-type: none"> • Poprawnie ocenia przykładowe odpowiedzi trenera pod kątem ich adekwatności do emocji uczestników. • Wyróżnia cechy konstruktywnej informacji zwrotnej. Uzasadnia wybór najlepszej formy udzielenia feedbacku w podanym przykładzie. 	<p>Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie</p> <p>Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie</p>

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 jest skierowane do:

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

W ramowym programie usług oraz w informacjach podstawowych posługujemy się wymiarem **godzin zegarowych**.

Przerwy są wliczane w czas trwania usługi.

Warunki organizacyjne:

Szkolenie jest zaprojektowane tak, aby komfortowo pracowało się z grupą 8-16 osób. Podczas zajęć przewidziana jest również praca w parach lub praca w małych grupach (liczba osób zależna od ilości uczestników oraz od przeprowadzanego ćwiczenia).

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 z wynikiem generowanym automatycznie

Uczestnicy wykonają test online z wynikiem generowanym automatycznie. W tym celu, otrzymają na swój adres mailowy link do wykonania testu. Na sali szkoleniowej jest dostęp do sieci wi-fi.

Jest również możliwość skorzystania z tabletu, w przypadku, gdyby osoba nie posiadała swojego urządzenia cyfrowego.

Ze względu na wybrany sposób walidacji, nie jest konieczne wprowadzenie kolejnego trenera na salę szkoleniową.

Warunkiem uzyskania zaświadczenia o ukończeniu usługi jest **obecność w conajmniej 80%** usługi rozwojowej.

PROGRAM USŁUGI

RADZENIE SOBIE Z SYTUACJAMI TRUDNYMI NA SALI SZKOLENIOWEJ 25.01.2026 - Kuba Giedrońc

(8 godzin)

- Zrozumienie zjawiska oporu i przyczyn jego powstawania.
- Identyfikacja zachowań i postaw trenera, które mogą powodować sytuacje trudne podczas szkolenia.
- Rozwinięcie umiejętności radzenie sobie z oporem i identyfikacji „Uczestników trudnych”.
- Nabycie umiejętności radzenia sobie z różnymi sytuacjami trudnymi: ukryty i jawny konflikt w grupie, łamanie zasad kontraktu, podważanie autorytetu trenera i inne.

METODY TRENERSKIE - NARZEDZIA PRACY WARSZTATOWEJ 14-15.02.2026 - Agata Otrębska

(16 godzin)

- Poznanie różnych form pracy warsztatowej: ice-breakery, ćwiczenia - podnoszące dynamikę pracy grupowej, wyciszające, konfrontacyjne, bezpieczne, studia przypadków, video trening, wykorzystanie filmów i inne.
- Projektowanie modułów edukacyjnych w oparciu o cykl Kolba.
- Projektowanie własnych ćwiczeń szkoleniowych.
- Rozumienie znaczenia struktury i procesu w edukacji ludzi dorosłych.

METODY TRENERSKIE - KONSTRUOWANIE SCENARIUSZA WARSZTATU 21-22.03.2026 - Agata Otrębska

(16 godzin)

- Formułowanie celów szkoleniowych.
- Metody ewaluacji szkoleń – model Donalda Kirkpatricka i inne.
- Planowanie czasu warsztatu uwzględniającego kształtowanie kompetencji: wiedza + umiejętności + postawa.
- Budowanie scenariusza warsztatu szkoleniowego.

WARSZTATY AUTORSKIE - 18-19.04.2026 ORAZ 16-17.05.2026 - Beata Kozak

(32 godziny)

- Doświadczenie siebie w roli trenera/trenerki warsztatu.
- Odkrywanie i wzmacnianie własnego stylu pracy trenerskiej.
- Doskonalenie umiejętności udzielania i przyjmowania informacji zwrotnej.
- Budowanie pewności siebie w roli trenera/trenerki.
- **Walidacja - test z wynikiem generowanym automatycznie.** W związku z wybraną formą walidacji nie jest konieczne wprowadzanie zewnętrznego walidatora.

ZJAZD CERTYFIKACYJNY - 13.06.2026 - JUSTYNA CZEMPIK

(8 godzin)

- Planowanie przyszłości w oparciu o metodę Drogi do celu Diltsa.
- Planowanie dalszych działań rozwijających kompetencje trenerskie.
- Odkrywanie i wzmacnianie własnego stylu pracy trenerskiej.

Harmonogram

Liczba przedmiotów/zajęć: 70

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
1 z 70 Konflikt w grupie – jawny i ukryty	Kuba Giedrojc	25-01-2026	09:00	10:30	01:30
2 z 70 Przerwa	Kuba Giedrojc	25-01-2026	10:30	10:45	00:15
3 z 70 Łamanie zasad i kontraktu – co robić, kiedy uczestnicy testują granice?	Kuba Giedrojc	25-01-2026	10:45	12:30	01:45
4 z 70 Przerwa obiadowa	Kuba Giedrojc	25-01-2026	12:30	13:30	01:00
5 z 70 Podważanie autorytetu trenera	Kuba Giedrojc	25-01-2026	13:30	15:00	01:30
6 z 70 Przerwa	Kuba Giedrojc	25-01-2026	15:00	15:15	00:15
7 z 70 Trening reakcji na trudne sytuacje – case lab	Kuba Giedrojc	25-01-2026	15:15	17:00	01:45
8 z 70 Trenerski arsenał: przegląd form warsztatowych	Agata Otrębska	14-02-2026	10:00	11:30	01:30
9 z 70 Przerwa	Agata Otrębska	14-02-2026	11:30	11:45	00:15
10 z 70 Cykl Kolba w praktyce, cz.1	Agata Otrębska	14-02-2026	11:45	13:30	01:45
11 z 70 Przerwa obiadowa	Agata Otrębska	14-02-2026	13:30	14:30	01:00

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
12 z 70 Jak projektować ćwiczenia?	Agata Otrębska	14-02-2026	14:30	16:00	01:30
13 z 70 Przerwa	Agata Otrębska	14-02-2026	16:00	16:15	00:15
14 z 70 Zaprojektuj swój własny moduł edukacyjny	Agata Otrębska	14-02-2026	16:15	18:00	01:45
15 z 70 Cykl Kolba w praktyce, cz.2	Agata Otrębska	15-02-2026	09:00	10:30	01:30
16 z 70 Przerwa	Agata Otrębska	15-02-2026	10:30	10:45	00:15
17 z 70 Struktura vs. improwizacja – o równowadze w warsztacie	Agata Otrębska	15-02-2026	10:45	12:30	01:45
18 z 70 Przerwa obiadowa	Agata Otrębska	15-02-2026	12:30	13:30	01:00
19 z 70 Narzędzia pracy warsztatowej	Agata Otrębska	15-02-2026	13:30	15:00	01:30
20 z 70 Przerwa	Agata Otrębska	15-02-2026	15:00	15:15	00:15
21 z 70 Podsumowanie procesu w edukacji dorosłych	Agata Otrębska	15-02-2026	15:15	17:00	01:45
22 z 70 Formułowanie celów szkoleniowych	Agata Otrębska	21-03-2026	10:00	11:30	01:30
23 z 70 Przerwa	Agata Otrębska	21-03-2026	11:30	11:45	00:15
24 z 70 Ewaluacja szkoleń	Agata Otrębska	21-03-2026	11:45	13:30	01:45
25 z 70 Przerwa obiadowa	Agata Otrębska	21-03-2026	13:30	14:30	01:00

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
26 z 70 Jak mądrze rozłożyć czas warsztatu?	Agata Otrębska	21-03-2026	14:30	16:00	01:30
27 z 70 Przerwa	Agata Otrębska	21-03-2026	16:00	16:15	00:15
28 z 70 Przekładamy teorię na praktykę – szkicowanie warsztatu (cz. 1)	Agata Otrębska	21-03-2026	16:15	18:00	01:45
29 z 70 Zostań architektem własnego warsztatu – szkicowanie (cz. 2)	Agata Otrębska	22-03-2026	09:00	10:30	01:30
30 z 70 Przerwa	Agata Otrębska	22-03-2026	10:30	10:45	00:15
31 z 70 Dopracowanie scenariusza + przygotowanie do prezentacji	Agata Otrębska	22-03-2026	10:45	12:30	01:45
32 z 70 Przerwa obiadowa	Agata Otrębska	22-03-2026	12:30	13:30	01:00
33 z 70 Prezentacje scenariuszy (cz. 1)	Agata Otrębska	22-03-2026	13:30	15:00	01:30
34 z 70 Przerwa	Agata Otrębska	22-03-2026	15:00	15:15	00:15
35 z 70 Prezentacje scenariuszy (cz. 2) + podsumowanie zjazdu	Agata Otrębska	22-03-2026	15:15	17:00	01:45
36 z 70 Doświadczenie siebie w roli trenera/trenerki warsztatu (cz.1)	Beata Kozak	18-04-2026	10:00	11:30	01:30
37 z 70 Przerwa	Beata Kozak	18-04-2026	11:30	11:45	00:15

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
38 z 70 Doświadczenie siebie w roli trenera/trenerki warsztatu (cz.2)	Beata Kozak	18-04-2026	11:45	13:30	01:45
39 z 70 Przerwa obiadowa	Beata Kozak	18-04-2026	13:30	14:30	01:00
40 z 70 Doświadczenie siebie w roli trenera/trenerki warsztatu (cz.3)	Beata Kozak	18-04-2026	14:30	16:00	01:30
41 z 70 Przerwa	Beata Kozak	18-04-2026	16:00	16:15	00:15
42 z 70 Doskonalenie umiejętności udzielania i przyjmowania informacji zwrotnej.	Beata Kozak	18-04-2026	16:15	18:00	01:45
43 z 70 Doświadczenie siebie w roli trenera/trenerki warsztatu (cz.4)	Beata Kozak	19-04-2026	09:00	10:30	01:30
44 z 70 Przerwa	Beata Kozak	19-04-2026	10:30	10:45	00:15
45 z 70 Doświadczenie siebie w roli trenera/trenerki warsztatu (cz.5)	Beata Kozak	19-04-2026	10:45	12:30	01:45
46 z 70 Przerwa obiadowa	Beata Kozak	19-04-2026	12:30	13:30	01:00
47 z 70 Doświadczenie siebie w roli trenera/trenerki warsztatu (cz.6)	Beata Kozak	19-04-2026	13:30	15:00	01:30
48 z 70 Przerwa	Beata Kozak	19-04-2026	15:00	15:15	00:15

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
49 z 70 Budowanie pewności siebie w roli trenera/trenerki.	Beata Kozak	19-04-2026	15:15	17:00	01:45
50 z 70 Doświadczenie siebie w roli trenera/trenerki warsztatu (cz.7)	Beata Kozak	16-05-2026	10:00	11:30	01:30
51 z 70 Przerwa	Beata Kozak	16-05-2026	11:30	11:45	00:15
52 z 70 Doświadczenie siebie w roli trenera/trenerki warsztatu (cz.8)	Beata Kozak	16-05-2026	11:45	13:30	01:45
53 z 70 Przerwa obiadowa	Beata Kozak	16-05-2026	13:30	14:30	01:00
54 z 70 Doświadczenie siebie w roli trenera/trenerki warsztatu (cz.9)	Beata Kozak	16-05-2026	14:30	16:00	01:30
55 z 70 Przerwa	Beata Kozak	16-05-2026	16:00	16:15	00:15
56 z 70 Zachowania sprzyjające i niesprzyjające współpracy w grupie.	Beata Kozak	16-05-2026	16:15	18:00	01:45
57 z 70 Doświadczenie siebie w roli trenera/trenerki warsztatu (cz.10)	Beata Kozak	17-05-2026	09:00	10:30	01:30
58 z 70 Przerwa	Beata Kozak	17-05-2026	10:30	10:45	00:15
59 z 70 Doświadczenie siebie w roli trenera/trenerki warsztatu (cz.11)	Beata Kozak	17-05-2026	10:45	12:30	01:45

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
60 z 70 Przerwa obiadowa	Beata Kozak	17-05-2026	12:30	13:30	01:00
61 z 70 Doświadczenie siebie w roli trenera/trenerki warsztatu (cz.12)	Beata Kozak	17-05-2026	13:30	15:00	01:30
62 z 70 Przerwa	Beata Kozak	17-05-2026	15:00	15:15	00:15
63 z 70 Walidacja - test z wynikiem generowanym automatycznie	Beata Kozak	17-05-2026	15:15	17:00	01:45
64 z 70 Integracja doświadczenia z programu rozwojowego.	Justyna Czempik	13-06-2026	10:00	11:30	01:30
65 z 70 Przerwa	Justyna Czempik	13-06-2026	11:30	11:45	00:15
66 z 70 Planowanie przyszłości w oparciu o metodę Drogi do celu Diltsa.	Justyna Czempik	13-06-2026	11:45	13:30	01:45
67 z 70 Przerwa obiadowa	Justyna Czempik	13-06-2026	13:30	14:30	01:00
68 z 70 Planowanie dalszych działań rozwijających kompetencje trenerskie.	Justyna Czempik	13-06-2026	14:30	16:00	01:30
69 z 70 Przerwa	Justyna Czempik	13-06-2026	16:00	16:15	00:15
70 z 70 Odkrywanie i wzmacnianie własnego stylu pracy trenerskiej.	Justyna Czempik	13-06-2026	16:15	18:00	01:45

Cennik

Cennik

Rodzaj ceny	Cena
Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	7 000,00 PLN
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	7 000,00 PLN
Koszt osobogodziny brutto	87,50 PLN
Koszt osobogodziny netto	87,50 PLN

Prowadzący

Liczba prowadzących: 5



1 z 5

Agata Otrębska

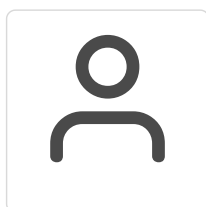
Pracuje jako trenerka od 2013 roku.

Łącznie przeprowadziła ponad 10 000 h warsztatowo-szkoleniowych.

W latach 2019 – 2025 szkoliła z tematów: narzędzia pracy coacha, zarządzanie zmianą, rozwój liderów, metodologia pracy trenera, przygotowywanie scenariusza warsztatu, train the trainer, zarządzanie zespołami, szkolenia kadry kierowniczej, warsztaty dla zespołów HR - wdrażanie zmian w organizacjach, paszporty talentów Gallupa.

W latach 2019 – 2025 przeprowadziła:

- Ponad 2750 h szkoleniowych
- Ponad 650 h rozwoju indywidualnego/grupowego prowadzonego metodami coachingowymi, w tym: coaching indywidualny, coaching grupowy, team coaching, superwizje, konsultacje, moderacje



2 z 5

Beata Kozak

Pracuje jako trenerka od 1995 roku.

Łącznie przeprowadziła ponad 30 000 h warsztatowo-szkoleniowych.

W latach 2019 – 2025 szkoliła z tematów:

Train the trainer, rozumienie dynamiki procesu grupowego, komunikacja w pracy trenera, metodologia pracy trenera, radzenie sobie z sytuacjami trudnymi na sali szkoleniowej, superwizja warsztatów autorskich, trening interpersonalny, trening intrapsychniczny, komunikacja w biznesie, zarządzanie zmianą, coaching w biznesie.

Moje kompetencje potwierdzają następujące szkolenia własne:

Akredytacja Competence Game, Akredytacja Insights Discovery, Co-Active Coaching, ORSC Systemic coaching, Coaching Prowokatywny, Superwizor rekomendowany przez Polskie

Towarzystwo Psychologiczne, Trener treningu Interpersonalnego Akredytowany przez Polskie Towarzystwo Psychologiczne, Trener warsztatu akredytowany przez Polskie Towarzystwo Psychologiczne

W latach 2019-2026 odbyła następujące szkolenia własne:

Gallup Certified Coach (sierpień 2023), Insights Discovery (kwiecień 2025 – licencja wymaga corocznego odnawiania), Gra Podróż Bohatera® (styczeń 2026) - certyfikowane narzędzie



3 z 5

Kuba Giedrojc

Pracuje jako trener od 2007 roku.

Łącznie przeprowadził ponad 2 250 h warsztatowo-szkoleniowych.

W latach 2019 – 2025 szkolił z tematów: metodologia w pracy trenera, praca z oporem, dynamika pracy grupowej, wystąpienia publiczne, komunikacja asertywna, trening śmiałości, narzędzia pracy coacha, coachingowy model przywództwa, mentoring w biznesie, budowanie marki osobistej, psychologia pozytywna, skuteczna komunikacja, aktywne słuchanie, team coaching.

W latach 2019-2025 odbył następujące szkolenia własne:

- Trener FRIS
- Job crafting
- Wykorzystanie narzędzi AI w biznesie
- Budowanie kompetencji menadżerskich w oparciu o metodologię Gallupa
- Budowanie kompetencji menadżerskich w oparciu o metodologię Insights Discovery



4 z 5

Joanna Kapucińska

Pracuje jako trenerka od 2002 roku.

Łącznie przeprowadziła ponad 2000 h warsztatowo-szkoleniowych.

- CERTYFIKOWANY TERAPEUTA PODEJŚCIA SKONCENTROWANEGO NA ROZWIĄZANIACH
- DYPLOMOWANY COACH
- SUPERWIZOR WARSZTATU I TRENINGU INTERPERSONALNEGO – Rekomendacja Polskiego Towarzystwa Psychologicznego
- TRENER TRENINGU INTERPERSONALNEGO – Rekomendacja Polskiego Towarzystwa Psychologicznego
- TRENER WARSZTATU UMIEJĘTNOŚCI PSYCHOSPOŁECZNYCH – Rekomendacja Polskiego Towarzystwa Psychologicznego

W latach 2019-2025 odbyła następujące szkolenia własne:

- 2024 - Model Brugijski - studium praktycznie / szkolenie pod patronatem Instytutu Korzybskiego
- 2024 - podyplomowe szkolenie w Podejściu Skoncentrowanym na Rozwiązaniach
- 2024 - konferencja EBTA (European Brief Therapy Association) / Teneryfa / 23 godziny szkolenia
- 2023 - warsztat „Terapeut(k)a też człowiek”- o rezyliencji z perspektywy „pomagacza”
- 2023 - warsztat prowadzony przez Anne-Marie Wulf pt. "Budowanie relacji - ja i inni" podczas XVII Ogólnopolskiej Konferencji Naukowej Polskiego Stowarzyszenia Terapeutów Terapii Skoncentrowanej na Rozwiązaniach "Wokół R(el)acji w TSR!"
- 2022 - zdobycie certyfikatu do samodzielnego prowadzenia szkoleń w Podejściu Skoncentrowanym na Rozwiązaniach

W latach 2019 – 2025 szkoliła z tematów: proces grupowy, trening interpersonalny, terapia

skoncentrowana na rozwiązaniach, superwizja warsztatów autorskich, trening integracyjny, warsztat umiejętności psychospołecznych.



5 z 5

Justyna Czempik

Justyna Czempik

Pracuje jako trenerka od 2004 roku.

Łącznie przeprowadził ponad 10 000 godzin warsztatowo-szkoleniowych.

W latach 2024 – 2025 szkoliła z tematów:

- Trening interpersonalny
- Trening obecności
- Trening integracyjny
- Team coaching
- Superwizje grupowe i indywidualne
- Coaching indywidualny, grupowy i zespołowy
- Komunikacja interpersonalna
- Zmiana i stres
- Zarządzanie i przywództwo

W latach 2019-2025 odbył następujące szkolenia własne:

- Management 3.0
- AgilePM Project Management Foundation Examination
- Clean Coaching
- Action Learning I i II stopień
- Szkolenie przygotowujące do certyfikacji MCC
- Szkoła Scrum Masterów i Agile Coachów

Informacje dodatkowe

Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Uczestnicy otrzymują segregator z materiałami w formie drukowanej, podkładkę do notowania z logo Metrum oraz długopis z logo firmy.

Warunki uczestnictwa

Warunkiem rezerwacji miejsca na szkolenie jest skontaktowanie się z nami przed wybraniem naszej Karty Usługi, aby potwierdzić czy są wolne miejsca.

Dane kontaktowe: biuro@metrum.edu.pl lub telefon tel: 601275427 / 512172848

Informacje dodatkowe

Podstawa prawna zwolnienia z VAT:

Rozporządzenie Ministra Finansów z dn. 20.12.2013 r. paragraf 3 ust 1 pkt. 14. Zwalnia się od podatku usługi kształcenia zawodowego lub przekwalifikowania zawodowego, finansowane w conajmniej 70% ze środków publicznych oraz świadczenie usług i dostawę towarów ściśle z tym związane.

Adres

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

Sala szkoleniowa znajduje się w kameralnej kamienicy w centrum Katowic. Łatwy dojazd. Blisko stacja kolejowa, przystanki autobusowe i tramwajowe, jak również hotele czy hostele.

Udogodnienia w miejscu realizacji usługi

- Wi-fi

Kontakt



Beata Kozak

E-mail beata@metrum.edu.pl

Telefon (+48) 601 531 256