



Rola trenera w procesie rozwojowym - szkolenie

Numer usługi 2026/03/25/13688/3435217

5 760,00 PLN brutto

5 760,00 PLN netto

180,00 PLN brutto/h

180,00 PLN netto/h

213,44 PLN cena rynkowa ⓘ

"FOUR J" Sp. z o.o.

★★★★★ 4,7 / 5

10 708 ocen

📍 Bydgoszcz / stacjonarna

🏠 Usługa szkoleniowa

🕒 32 h

📅 16.05.2026 do 19.05.2026

Informacje podstawowe

Kategoria

Biznes / Zarządzanie przedsiębiorstwem

Grupa docelowa usługi

Szkolenie skierowane jest do osób pracujących w zawodzie fryzjera, które:

- posiadają doświadczenie zawodowe w branży fryzjerskiej i chcą rozwijać kompetencje w zakresie prowadzenia szkoleń,
- przygotowują się do roli trenerów,
- planują dzielić się swoją wiedzą i umiejętnościami z innymi pracownikami, uczniami lub uczestnikami kursów.

Minimalna liczba uczestników

1

Maksymalna liczba uczestników

16

Data zakończenia rekrutacji

15-05-2026

Forma prowadzenia usługi

stacjonarna

Liczba godzin usługi

32

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

Kurs przygotowuje do efektywnego pełnienia roli trenera w procesach rozwojowych, w tym: zrozumienie kluczowych kompetencji trenerskich, umiejętność projektowania i prowadzenia szkoleń oraz skutecznego wspierania uczestników w

Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
tworzenie eksperckiego wizerunku trenera w sieci	definiuje cel	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
	identyfikuje grupę docelową	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
	przygotowuje profil odbiorcy	Analiza dowodów i deklaracji
	wskazuje media społecznościowe	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
	tworzy persony	Analiza dowodów i deklaracji
	tworzy komunikaty	Analiza dowodów i deklaracji
	definiuje rolę multimediów	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
	tworzy prezentacje: canva i powerpoint	Analiza dowodów i deklaracji
	wskazuje sytuacje nieprzewidziane, trudne zachowania uczestników, proces grupowy	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
definiuje style myślenia i działania	wskazuje style myślenia jako świadomy zasób do wykorzystania na sali szkoleniowej	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
	definiuje styl działania, czyli obszary największej skuteczności - w odniesieniu do procesu szkoleniowego	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
charakteryzuje rolę trenera w grupie i procesie rozwojowym	Precyzyjnie definiuje cele ogólne i szczegółowe	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
	wskazuje zasoby automotywacyjne	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
	wskazuje wartościowe relacje w grupie	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
	identyfikuje potencjalne bariery (np. interpersonalne, komunikacyjne) w procesie szkoleniowym	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Zarządza stresem i emocjami	definiuje co to jest stres	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
	identyfikuje objawy stresu	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
	identyfikuje fizyczne, emocjonalne i behawioralne objawy stresu u siebie oraz współpracowników	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
	wskazuje techniki radzenia sobie ze stresem	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
	wskazuje działania mające na celu zmniejszenie stresu w codziennym życiu	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
buduje atmosferę zaufania i współpracy	tworzy przyjazne środowisko sprzyjające efektywnej nauce	Wywiad swobodny
	tworzy przyjazne środowisko sprzyjające zaangażowaniu uczestników	Wywiad swobodny

Kwalifikacje

Kompetencje

Usługa prowadzi do nabycia kompetencji.

Warunki uznania kompetencji

Pytanie 1. Czy dokument potwierdzający uzyskanie kompetencji lub wyraźnie z nim powiązane inne dokumenty związane ze wsparciem zawierają opis efektów uczenia się?

TAK

Pytanie 2. Czy dokument lub wyraźnie z nim powiązane inne dokumenty związane ze wsparciem potwierdzają, że walidacja została przeprowadzona w oparciu o zdefiniowane w efektach uczenia się kryteria ich weryfikacji i zgodnie z zaplanowanymi metodami walidacji?

TAK

Pytanie 3. Czy dokument lub wyraźnie z nim powiązane inne dokumenty związane ze wsparciem potwierdzają zastosowanie rozwiązań zapewniających rozdzielenie procesów kształcenia i szkolenia od walidacji?

TAK

Program

Szkolenie skierowane jest do osób pracujących w zawodzie fryzjera, które:

- posiadają doświadczenie zawodowe w branży fryzjerskiej i chcą rozwijać kompetencje w zakresie prowadzenia szkoleń,
- przygotowują się do roli trenerów,
- planują dzielić się swoją wiedzą i umiejętnościami z innymi pracownikami, uczniami lub uczestnikami kursów.

W trakcie usługi szkoleniowej zostaną podjęte następujące zagadnienia

1 dzień

- tworzenie eksperckiego wizerunku trenera w sieci
- cel, grupa docelowa oraz profil odbiorcy szkoleń
- media społecznościowe, tworzenie osoby trenera, tworzenie komunikatów do przyszłych kursantów
- rola multimediów, prezentacje canva, powerpoint wykorzystywanych przez trenera podczas szkoleń

2 dzień

- style myślenia i działania
- stres, sytuacje nieprzewidziane, trudne zachowania uczestników, proces grupowy
- styl myślenia jako świadomy zasób do wykorzystania na sali szkoleniowej
- styl działania, czyli obszary największej skuteczności - w odniesieniu do procesu szkoleniowego
- grupy docelowe i założenia szkolenia,
- atmosfera zaufania i współpracy

3 dzień

- rola trenera w grupie i procesie rozwojowym
- cele ogólne i szczegółowe
- zasoby automotywacyjne
- wartościowe relacje w grupie
- potencjalne bariery (np. interpersonalne, komunikacyjne) w procesie szkoleniowym

4 dzień

- Zarządzanie stresem i emocjami, co to jest stres
- fizyczne, emocjonalne i behawioralne objawy stresu u siebie oraz współpracowników
- techniki radzenia sobie ze stresem, osobisty plan zarządzania stresem
- świadome działania mające na celu zmniejszenie stresu w codziennym życiu
- budowanie atmosfery zaufania i współpracy
- walidacja

Podczas szkolenia jest wyznaczona osoba odpowiedzialna za walidację.

Walidacja efektów uczenia się zostanie przeprowadzona dwutorowo i obejmuje ocenę zarówno wiedzy teoretycznej, jak i umiejętności praktycznych uczestników.

Weryfikacja wiedzy (teoria)

Forma: test pisemny złożony z pytań zamkniętych z gotową kafeterią odpowiedzi wielokrotnego wyboru, ocena takiego testu sprowadza się wyłącznie do porównania zaznaczonych odpowiedzi z kluczem oceny przygotowanym przez eksperta merytorycznego.

Weryfikacja umiejętności (praktyka)

Forma: analiza zdjęć (dowodów z działania)

Opis: Uczestnicy wykonują zadania praktyczne zgodnie z wytycznymi prowadzącego, w tym elementy prowadzenia szkolenia. Dowodami osiągnięcia efektów uczenia jest prezentacja, przygotowane materiały szkoleniowe dotyczące prezentacji. Zgromadzone dowody oceniane są przez walidatora według określonych kryteriów.

Kompetencje społeczne (praktyka)

Forma: wywiad swobodny, weryfikacja na podstawie luźnej rozmowy.

- **Formy pracy podczas szkolenia:**

-szkolenie odbywać się będzie z podziałem na grupy i podgrupy

- prezentacje na forum wypracowanych wyników.

Szkolenie odbywa się w godzinach zegarowych (1 godzina szkolenia = 60 minut)

Przerwy wliczają się do czasu usługi.

Liczba godzin usługi jest liczona wg godzin zegarowych (1 godzina= 60 minut zegarowych) – łącznie 32 godziny zegarowe, w tym zajęcia teoretyczne 8 godzin, zajęcia praktyczne 19 godzin, walidacja 1 godzina, przerwy 4 godziny.

Harmonogram

Liczba przedmiotów/zajęć: 35

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
1 z 35 tworzenie eksperckiego wizerunku trenera w sieci - teoria	Marta Szarogroder	16-05-2026	08:30	10:00	01:30
2 z 35 Przerwa	Marta Szarogroder	16-05-2026	10:00	10:15	00:15
3 z 35 cel, grupa docelowa oraz profil odbiorcy szkoleń - teoria	Marta Szarogroder	16-05-2026	10:15	10:45	00:30
4 z 35 cel, grupa docelowa oraz profil odbiorcy szkoleń - praktyka	Marta Szarogroder	16-05-2026	10:45	12:30	01:45
5 z 35 Przerwa	Marta Szarogroder	16-05-2026	12:30	13:00	00:30

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
6 z 35 media społecznościowe , tworzenie persony trenera, tworzenie komunikatów do przyszłych kursantów - praktyka	Marta Szarogroder	16-05-2026	13:00	14:30	01:30
7 z 35 Przerwa	Marta Szarogroder	16-05-2026	14:30	14:45	00:15
8 z 35 rola multimediiów, prezentacje canva, powerpoint wykorzystywanych przez trenera podczas szkoleń - praktyka	Marta Szarogroder	16-05-2026	14:45	16:30	01:45
9 z 35 style myślenia i działania - teoria	Joanna Fabisiak	17-05-2026	08:30	10:00	01:30
10 z 35 Przerwa	Joanna Fabisiak	17-05-2026	10:00	10:15	00:15
11 z 35 stres, sytuacje nieprzewidziane, trudne zachowania uczestników, proces grupowy - teoria	Joanna Fabisiak	17-05-2026	10:15	10:45	00:30
12 z 35 stres, sytuacje nieprzewidziane, trudne zachowania uczestników, proces grupowy - praktyka	Joanna Fabisiak	17-05-2026	10:45	12:30	01:45
13 z 35 Przerwa	Joanna Fabisiak	17-05-2026	12:30	13:00	00:30

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
14 z 35 styl myślenia jako świadomy zasób do wykorzystania na sali szkoleniowej - praktyka	Joanna Fabisiak	17-05-2026	13:00	14:30	01:30
15 z 35 Przerwa	Joanna Fabisiak	17-05-2026	14:30	14:45	00:15
16 z 35 styl działania, czyli obszary największej skuteczności w odniesieniu do procesu szkoleniowego - praktyka	Joanna Fabisiak	17-05-2026	14:45	15:30	00:45
17 z 35 grupy docelowe i założenia szkolenia, atmosfera zaufania i współpracy - praktyka	Joanna Fabisiak	17-05-2026	15:30	16:30	01:00
18 z 35 rola trenera w grupie i procesie rozwojowym - teoria	Michał Hanuszek	18-05-2026	08:30	10:00	01:30
19 z 35 Przerwa	Michał Hanuszek	18-05-2026	10:00	10:15	00:15
20 z 35 cele ogólne i szczegółowe - teoria	Michał Hanuszek	18-05-2026	10:15	10:45	00:30
21 z 35 cele ogólne i szczegółowe - praktyka	Michał Hanuszek	18-05-2026	10:45	12:30	01:45
22 z 35 Przerwa	Michał Hanuszek	18-05-2026	12:30	13:00	00:30
23 z 35 zasoby automotywacyjne - praktyka	Michał Hanuszek	18-05-2026	13:00	14:30	01:30

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
24 z 35 Przerwa	Michał Hanuszek	18-05-2026	14:30	14:45	00:15
25 z 35 wartościowe relacje w grupie - praktyka	Michał Hanuszek	18-05-2026	14:45	15:30	00:45
26 z 35 potencjalne bariery (np. interpersonalne, komunikacyjne) w procesie szkoleniowym - praktyka	Michał Hanuszek	18-05-2026	15:30	16:30	01:00
27 z 35 Zarządzanie stresem i emocjami, co to jest stres- teoria	Beata Hanuszek	19-05-2026	08:30	10:00	01:30
28 z 35 Przerwa	Beata Hanuszek	19-05-2026	10:00	10:15	00:15
29 z 35 fizyczne, emocjonalne i behawioralne objawy stresu u siebie oraz współpracownikó w - praktyka	Beata Hanuszek	19-05-2026	10:15	12:30	02:15
30 z 35 Przerwa	Beata Hanuszek	19-05-2026	12:30	13:00	00:30
31 z 35 techniki radzenia sobie ze stresem, osobisty plan zarządzania stresem - teoria	Beata Hanuszek	19-05-2026	13:00	13:30	00:30
32 z 35 techniki radzenia sobie ze stresem, osobisty plan zarządzania stresem - praktyka	Beata Hanuszek	19-05-2026	13:30	14:30	01:00
33 z 35 Przerwa	Beata Hanuszek	19-05-2026	14:30	14:45	00:15

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
34 z 35 świadome działania mające na celu zmniejszenie stresu w codziennym życiu, budowanie atmosfery zaufania i współpracy - praktyka	Beata Hanuszek	19-05-2026	14:45	15:30	00:45
35 z 35 Walidacja efektów uczenia się (test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie i analiza dowodów i deklaracji, wywiad swobodny)	-	19-05-2026	15:30	16:30	01:00

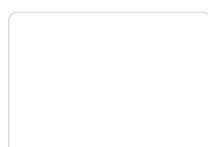
Cennik

Cennik

Rodzaj ceny	Cena
Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	5 760,00 PLN
Podmiot uprawniony do zwolnienia z VAT na podstawie art. 113 ust. 1 ustawy o VAT ze względu na wartość sprzedaży	
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	5 760,00 PLN
Koszt osobogodziny brutto	180,00 PLN
Koszt osobogodziny netto	180,00 PLN

Prowadzący

Liczba prowadzących: 4



1 z 4

Marta Szarogroder



Przez 10 lat pracowała w organizacji zrzeszającej przedsiębiorców na stanowiskach: Specjalista ds. Reklamy oraz Koordynator ds. Public Relations. Ukończyła prawo na UMK w Toruniu oraz nauki polityczne ze specjalizacją dziennikarską na UKW w Bydgoszczy, Studia podyplomowe w zakresie Public Relations na UAM w Poznaniu. Prowadzi własną agencję marketingową i PR, która zajmuje się prowadzeniem marketingu internetowego, zarządzaniem oraz doradztwem w zakresie branding dla firm, głównie z branży medycznej i beauty. Posiada doświadczenie w przeprowadzaniu szkoleń z zakresu zarządzania firmą (około 130h przez ostatnie 2 lata). Specjalizuje się w budowaniu marek (w tym w social mediach), personal branding, employers branding. Wdraża narzędzia HR, które mają zastosowanie w sferze zarządzania zasobami ludzkimi (ZZL). Specjalizuje się w działaniach operacyjnych, takich jak rekrutacja i selekcja oraz strategiczne – planowanie zasobów ludzkich, rozwój pracowników i zarządzanie talentami. Systematycznie przeprowadza egzaminy na WSB Uniwersytet MERITO. Od 12 lat jest doradcą w zarządzaniu finansami i zarządzaniu przedsiębiorstwem dla firm: Zdrowie i Uroda w Szczecinku, Softly Clinic w Bydgoszczy i dla wielu innych. Doświadczenie oraz kwalifikacje nabyte nie wcześniej niż 5 lat – przed datą wprowadzenia szczegółowych danych dotyczących oferowanej usługi.



2 z 4

Joanna Fabisiak

Akredytowany Coach Izby Coachingu, certyfikowany Coach w podejściu Multi-Level Coaching, Trener rozwoju osobistego, licencjonowany użytkownik kwestionariusza MTQ48 do diagnozy odporności psychicznej, Certyfikowany Trenerem FRIS®

Od ponad 12 lat związana z branżą szkoleniową i rozwoju osobistego.

Posiada doświadczenie zawodowe w sektorze biznesowym (obszar PR, kontakty z mediami) oraz w administracji publicznej.

Współpracuje z uczelniami wyższymi – Wyższe Szkoły Bankowe, Uniwersytet Warszawski, Uniwersytet Kardynała Stefana Wyszyńskiego.

Prowadzi zajęcia na studiach podyplomowych Coaching na Uniwersytecie Kazimierza Wielkiego w Bydgoszczy. Autorka warsztatów i programów rozwojowych, nastawionych na wzmacnianie wewnętrznego potencjału, sprawstwa i proaktywności. Realizuje projekty rozwojowe dla kadry menedżerskiej i zespołów. Pomaga szefom skutecznie kierować swoim zespołem zarówno podczas codziennej, rutynowej pracy, jak w momentach kryzysowych. Wspiera w osiągnięciu celów zgodnych ze strategią firmy, jak i osobistymi wartościami. Prowadzi sesje life coachingu. Towarzyszy klientom w inspirującej drodze zmian, przekraczaniu ograniczających blokad, odkrywaniu wewnętrznego potencjału i zwiększania swojej osobistej efektywności. Współautorka programu studiów podyplomowych Coaching na Uniwersytecie Kazimierza Wielkiego w Bydgoszczy, na których prowadzi zajęcia.

Kwalifikacje nabyte nie wcześniej niż 5 lat – przed datą wprowadzenia szczegółowych danych dotyczących oferowanej usługi.



3 z 4

Michał Hanuszek

Absolwent Akademii Trenera Biznesu w Wyższej Szkole Bankowej w Toruniu. Trener biznesowy.

Wiceprezes firmy Pasja Grupa Dobrych Trenerów, Dyrektor ds. sprzedaży w firmie Rule No.8.

Absolwent Akademii Trenera Biznesu w Wyższej Szkole Bankowej w Toruniu. Absolwent Wydziału Budownictwa i Inżynierii Środowiska na kierunku Zarządzanie i Marketing w Organizacji Gospodarczej na Uniwersytecie Technologiczno-Przyrodniczym w Bydgoszczy oraz studiów podyplomowych na wydziale Ekonomii i Zarządzania w Opolu. Prowadzi szkolenia dla dyrektorów, kadry menedżerskiej i pracowników wyższego szczebla takich firm jak: Wyższa Szkoła Bankowa w Toruniu i Bydgoszczy, Wyższa Szkoła Biznesu w Dąbrowie Górniczej Wykładowca na studiach MBA w Wyższej Szkole Bankowej w Szczecinie-Wykładowca na studiach podyplomowych. Prowadzi firmę 28 lat, w której specjalizuje się w zarządzaniu przedsiębiorstwem i finansami. Jako doradca finansowy współpracuje z takimi firmami jak: Huber Polska, Alufire SP. Z o.o. Laureat tegorocznej nagrody Diamenty Forbesa 2025 r. Systematycznie przeprowadza egzaminy na Uczelni WSB

Uniwersytet MERITO, Politechnice Bydgoskiej. Od 4 lat członek zarządu ds. Zarządzania Finansami w WSB. W ciągu ostatnich 24 miesięcy, przeprowadził ok 380 godzin szkoleń z zarządzania przedsiębiorstwem i finansami w organizacji. Doświadczenie oraz kwalifikacje są nabyte nie wcześniej niż 5 lat – przed datą wprowadzenia szczegółowych danych dotyczących oferowanej usługi.



4 z 4

Beata Hanuszek

Absolwentka Uniwersytetu im. Adama Mickiewicza w Poznaniu, Uniwersytetu Śląskim w Katowicach i Wyższej Szkoły Bankowej w Toruniu. Specjalizuje się w szkoleniach z zakresu komunikacji interpersonalnej, psychologii rozwoju, kompetencji menedżerskich, coachingu zespołowym oraz mediacjach. Przeprowadziła około 200 godz. szkoleniowych dla osób dorosłych (licząc 24 miesiące wstecz od dnia rozpoczęcia usługi) z zakresu budowania efektywnych zespołów, zarządzania salonem i Akademii Menadżera. Dorobek zawodowy to ponad 20 lat pracy z ludźmi, w tym wiele lat w edukacji, sprzedaży i coachingu. Pracuje jako wykładowca na studiach podyplomowych, szkoleniowiec, akredytowany coach i mediator. Jako menedżer do spraw zarządzania kierunkami studiów podyplomowych dla biznesu. Współpracuje z firmą Pasja Grupą Dobrych Trenerów. Pracuje jako certyfikowany konsultant metody Insights Discovery. Posiada certyfikat coach ACCICF. Była członkiem zespołu pracującym nad strategią rozwoju kultury miasta Bydgoszczy przy Urzędzie Miasta. Jest członkiem ICF Global i członkiem zarządu i dyrektorem regionalnym ICFPolska. Posiada doświadczenie w przeprowadzaniu diagnoz rozwojowych przedsiębiorstw. Kwalifikacje nabyte nie wcześniej niż 5 lat – przed datą wprowadzenia szczegółowych danych dotyczących oferowanej usługi.

Informacje dodatkowe

Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Komplet materiałów w formie pdf dla każdego z uczestników szkolenia.

Uczestnicy otrzymają skoroszyt, ołówek, teczkę.

Informacje dodatkowe

W przypadku finansowania ze środków publicznych w przynajmniej 70% - cena netto=brutto. Stawka vat zgodnie z art. 43 ust. 1 pkt. 29 c ustawy o vat, lub paragraf 3 ust. 1 pkt. 14 Rozporządzenia Ministra Finansów z dnia 20.12.2013. W przypadku finansowania poniżej 70% ze środków publicznych, doliczony zostanie vat 23% do ceny netto. Po zakończeniu udziału w szkoleniu z min. 80% obecnością oraz pozytywnej walidacji, uczestnik otrzyma certyfikat i zaświadczenie o ukończeniu usługi. Dostawca usługi zapewnia realizację usługi rozwojowej uwzględniając potrzeby osób z niepełnosprawnościami (w tym również dla osób ze szczególnymi potrzebami) zgodnie ze Standardami dostępności dla polityki spójności 2021-2027).

Na szkoleniu jest sporządzana lista obecności.

Szkolenie odbędzie się w sali nr 2

Adres

ul. Chełmżyńska 12
85-459 Bydgoszcz
woj. kujawsko-pomorskie

Udogodnienia w miejscu realizacji usługi

- Wi-fi

Kontakt



Justyna Gross

E-mail justyna.gross@zaremba-academy.com

Telefon (+48) 665 309 912