








SZKOŁA  
COACHINGU  
EDUKACYJNEGO  
Lilianna Kupaj

★★★★★ 4,7 / 5

192 oceny

## LIFE COACHING – OD OSOBISTEJ ZMIANY DO PRACY Z KLIENTEM Kompleksowy program rozwoju i kompetencji coachingowych zgodny ze standardami ICF

Numer usługi 2026/05/06/7323/3541492

-  Usługa szkoleniowa
-  zdalna w czasie rzeczywistym
-  Zajęcia grupowe
-  92:00 h
-  12.09.2026 do 06.12.2026

7 500,00 PLN brutto  
7 500,00 PLN netto  
81,52 PLN brutto/h  
81,52 PLN netto/h  
166,67 PLN cena rynkowa ⓘ

## Informacje podstawowe

### Kategoria

Zdrowie i medycyna / Psychologia i rozwój osobisty

### Grupa docelowa usługi

- **Wiek:** 24 - 60 lat
- **Status zawodowy:** osoby aktywne zawodowo oraz osoby bez pracy w fazie zmiany
- **Sektory:** biznes, administracja publiczna, edukacja, ochrona zdrowia, NGO
- **Stan / potrzeba:** osoby doświadczające:
  - wypalenia lub utraty sensu pracy,
  - trudności w komunikacji i stresie interpersonalnym,
  - potrzeby rozwoju kompetencji psychospołecznych i przywódczych,
  - decyzji zawodowych, zmiany ścieżki lub zawodu.

### Profil psychologiczno-motywacyjny:

- osoby w zmianie,
- osoby szukające odporności psychicznej i równowagi,
- osoby chcące poprawić jakość życia i pracy.

### Dodatkowa charakterystyka:

- ludzie pracujący z innymi (np. liderzy, menedżerowie, specjaliści, nauczyciele, pracownicy HR, terapeuci, psychologowie, pracownicy medyczni).

Kurs wspiera zrównoważony rozwój poprzez podnoszenie kompetencji psychospołecznych i przywódczych, które mają kluczowe znaczenie dla dobrostanu społecznego i ekonomicznego. Uczestnicy uczą się tworzenia zdrowych, bezpiecznych i etycznych środowisk, komunikacji.

Minimalna liczba uczestników

6

Maksymalna liczba uczestników

24

Data zakończenia rekrutacji

11-09-2026

Forma prowadzenia usługi

zdalna w czasie rzeczywistym

Podstawa uzyskania wpisu do BUR

Znak Jakości Małopolskich Standardów Usług Edukacyjno-Szkoleniowych (MSUES) - wersja 2.0

# Cel

## Cel edukacyjny

Po zakończeniu usługi uczestnik będzie przygotowany do samodzielnego prowadzenia rozmów coachingowych w oparciu o standardy i kompetencje ICF. Uczestnik będzie potrafił zaplanować i przeprowadzić proces coachingowy, stosować strukturę rozmowy coachingowej, techniki aktywnego słuchania oraz zadawania pytań coachingowych, a także wykorzystywać kompetencje psychospołeczne w pracy zawodowej, w tym w pracy rozwojowej i edukacyjnej z osobami dorosłymi.

## Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Wykorzystuje narzędzia i techniki coachingowe, np. zadawanie pytań pobudzających refleksję, używa metafor czy techniki wizualizacji.  Stosuje 11 kompetencji coachingowych rekomendowanych przez ICF.	Projektuje i prowadzi rozmowę coachingową zgodnie z wybranym modelem (np. GROW, Diltsa), stosując adekwatne narzędzia i techniki.  Stosuje wybrane kompetencje coachingowe ICF w trakcie sesji, w szczególności aktywne słuchanie, zadawanie pytań i budowanie relacji z klientem.	Obserwacja w warunkach symulowanych  Obserwacja w warunkach symulowanych
Rozpoznaje i nazywa swoje talenty z wykorzystaniem nowoczesnych narzędzi diagnostycznych (np. TOP 5 Talentów Gallupa) oraz rozwija je w zgodzie z zasadą zrównoważonego rozwoju.	Identyfikuje swoje talenty oraz opracowuje plan ich wykorzystania w rozwoju osobistym i zawodowym.	Prezentacja
Rozróżnia etapy rozmowy coachingowej i omawia ich strukturę.	Opisuje kolejne etapy rozmowy coachingowej oraz wyjaśnia ich znaczenie w procesie pracy z klientem.	Obserwacja w warunkach symulowanych
Wspiera klienta w wyznaczaniu realnych celów w duchu zrównoważonego rozwoju.  Wspiera klienta w określaniu tempa pracy, które nie prowadzi do przeciążenia.	Formułuje cele coachingowe zgodne z kryteriami SMART we współpracy z klientem.  Dostosowuje tempo pracy do możliwości klienta oraz monitoruje poziom obciążenia w trakcie procesu coachingowego.	Obserwacja w warunkach symulowanych  Obserwacja w warunkach symulowanych

# Kwalifikacje

## Kwalifikacje niewłączone do ZSK

### Uznane kwalifikacje

Pytanie 3. Czy dokument jest certyfikatem wydawanym przez międzynarodowe instytucje?

TAK

Strona internetowa Instytucji Certyfikującej: <https://www.coaching-institutes.net/>

Strona internetowa Instytucji Walidującej: <https://twojalekcjaplus.pl/>

### Informacje

Nazwa Podmiotu prowadzącego walidację	Twoja Lekcja+
Nazwa Podmiotu certyfikującego	Szkoła Coachingu Edukacyjnego akredytowana przez International Association of Coaching Institutes w Berlinie

## Program

92 godzin szkoleniowych, w tym 74 godziny praktycznych ćwiczeń oraz sesji coachingowych między uczestnikami w czasie rzeczywistym. A 18 godzin to wiedza przekazywana w postaci miniwykładu lub prezentacji również w czasie rzeczywistym.

Czas trwania godziny usługi rozwojowej to 60 min zegarowe (wliczają się przerwy)

### HARMONOGRAM KURSU

#### Dzień 1 – Wprowadzenie do coachingu i integracja grupy

1. Wprowadzenie do zajęć i metody coachingu.
2. Integracja grupy oraz omówienie najważniejszych założeń kursu.
3. Wymogi procesu akredytacji.
4. Podstawy psychologii: struktura osobowości człowieka, świadomość i podświadomość.

#### Dzień 2 – Podstawy pracy coachingowej

1. Model Diltsa – coaching wielopoziomowy jako narzędzie pracy coacha
2. Organizacja przestrzeni do rozmowy coachingowej.
3. Wyznaczanie celów – kompetencje, metody i narzędzia coachingowe.
4. Budowanie relacji coachingowej w rodzinie, z partnerem i dziećmi – tworzenie bezpiecznego i wspierającego środowiska.

#### Dzień 3 – Umiejętności coachingowe - obecność i komunikacja

1. Rozwijanie umiejętności bycia obecnym i świadomego skupienia na rozmówcy.
2. Mechanizmy obronne EGO: projekcja, cień, przeniesienie i przeciwprzeniesienie.
3. Efektywna komunikacja interpersonalna .
4. Blokady, toksyny w komunikacji, budowanie porozumienia.
5. Język hipnotyczny Milтона Ericksona – zastosowanie w coachingowych rozmowach.

#### Dzień 4 i 5 – Komunikacja i emocje

1. Zarządzanie emocjami w komunikacji.
2. Tworzenie wpływowych pytań – eksploracja głębokich informacji.
3. Praca z metaforą oraz narzędziami metaforycznymi.
4. Rozwijanie ciekawości i zadawanie mocnych pytań.

#### Dzień 6 – Struktura rozmowy coachingowej

1. Model GROW – struktura rozmów coachingowych.
2. Rozwój 8 kompetencji coachingowych według ICF.
3. Zadawanie zadań domowych oraz wyzwań dla klientów.
4. Asertywny komunikat JA, a agresja i uległość.

### **Dzień 7 – Inteligencja emocjonalna**

1. Zarządzanie emocjami w oparciu o model 5 kompetencji Daniela Golemana.
2. Praca z emocjami – techniki i narzędzia do identyfikacji i przetwarzania emocji.
3. Technika pozycji percepcyjnych w rozwiązywaniu problemów.
4. Jak słuchać swojego ciała? Co do nam mówi ciało i jak wykorzystać to w pracy rozwojowej ze sobą i klientem?

### **Dzień 8 – Ciało w coachingu i praca z konfliktami**

1. Teoria P. MacLeana i - 3 mozgi i umysły, ich wpływ na proces coachingowy.
2. Konflikty wartości i potrzeb – identyfikacja i rozwiązywanie.
3. Narzędzia i techniki wspierające rozwiązywanie konfliktów.
4. Wartości jako motywatory – budowanie hierarchii wartości.

### **Dzień 9 i 10 – Coaching wartości**

1. Narzędzia do pracy z wartościami: wdrażanie wartości, rozwiązywanie konfliktów wartości.
2. Mentorzy wartości i rozwijanie świadomości własnych przekonań.
3. Model rozmowy EI COACH – coaching wartości.
4. Powstawanie przekonań w dzieciństwie i ich wpływ na życie dorosłe. Arkusze odkrywania i zmiany przekonań.

### **Dzień 11 – Test TOP 5 talentów Gallupa – analiza i omówienie wyników.**

### **Dzień 12 – Sesje coachingowe zaliczeniowe. Walidacja**

1. Symulacje rozmów coachingowych w parach i trójkach.
2. Feedback 360° – rozwój kompetencji poprzez informację zwrotną.
3. Plan dalszego rozwoju indywidualnego – coaching kariery własnej.
4. Ewaluacja kursu, omówienie procesu uczenia i wręczenie certyfikatów.

Walidacja końcowa będzie przeprowadzona poprzez:

#### **1. Ocenę wiedzy teoretycznej**

– test, pytania otwarte, mini-esej itp.

#### **2. Ocenę umiejętności praktycznych**

– demonstracja coachingu, symulacja sesji

#### **3. Ocenę kompetencji społecznych i postaw**

– np. feedback mentora/ewaluatora oraz autorefleksja

#### **4. Weryfikację dokumentów rozwojowych**

– dziennik sesji coachingowych, ocena własnych kompetencji, lista przeprowadzonych sesji.

# Harmonogram

Liczba pozycji harmonogramu: 58

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
<b>1 z 58</b> Wprowadzenie do coachingu - współdzielenie ekranu.	Zajęcia	Lilianna Kupaj	12-09-2026	08:00	10:00	02:00
<b>2 z 58</b> -	Przerwa	-	12-09-2026	10:00	10:15	00:15
<b>3 z 58</b> Czym jest coaching – definicje, założenia, różnice względem innych form wsparcia - współdzielenie ekranu, rozmowa na żywo.	Zajęcia	Lilianna Kupaj	12-09-2026	10:15	12:00	01:45
<b>4 z 58</b> -	Przerwa	-	12-09-2026	12:00	13:00	01:00
<b>5 z 58</b> Podstawy psychologii: struktura osobowości człowieka, świadomość i podświadomość. Wymogi procesu certyfikacji współdzielenie ekranu, rozmowa na żywo.	Zajęcia	Lilianna Kupaj	12-09-2026	13:00	16:00	03:00
<b>6 z 58</b> Model Diltsa – coaching wielopoziomo wy jako narzędzie pracy ze świadomością i podświadomością - współdzielenie ekranu.	Zajęcia	Lilianna Kupaj	13-09-2026	08:00	10:00	02:00

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
7 z 58 -	Przerwa	-	13-09-2026	10:00	10:15	00:15
8 z 58 Wyznaczanie celów – kompetencje, metody i narzędzia coachingowe - ćwiczenia.	Zajęcia	Lilianna Kupaj	13-09-2026	10:15	12:00	01:45
9 z 58 -	Przerwa	-	13-09-2026	12:00	13:00	01:00
10 z 58 Budowanie relacji coachingowej w rodzinie współdzielenie ekranu, rozmowa na żywo.	Zajęcia	Lilianna Kupaj	13-09-2026	13:00	16:00	03:00
11 z 58 Rozwijanie umiejętności bycia obecnym i świadomego skupienia na rozmówcy, ćwiczenia.	Zajęcia	Lilianna Kupaj	26-09-2026	08:00	10:00	02:00
12 z 58 -	Przerwa	-	26-09-2026	10:00	10:15	00:15
13 z 58 Mechanizmy obronne EGO: projekcja, cień, przeniesienie i przeciwprzeniesienie - rozmowa na żywo, ćwiczenia.	Zajęcia	Lilianna Kupaj	26-09-2026	10:15	12:00	01:45
14 z 58 -	Przerwa	-	26-09-2026	12:00	13:00	01:00

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
<p><b>15 z 58</b>  Efektywna komunikacja interpersonalna – blokady, toksyny w komunikacji, budowanie porozumienia. Język hipnotyczny Milтона Ericksona - współdzielenie ekranu.</p>	Zajęcia	Lilianna Kupaj	26-09-2026	13:00	16:00	03:00
<p><b>16 z 58</b>  Zarządzanie emocjami w komunikacji-współdzielenie ekranu.</p>	Zajęcia	Lilianna Kupaj	27-09-2026	08:00	10:00	02:00
<p><b>17 z 58</b> -</p>	Przerwa	-	27-09-2026	10:00	10:15	00:15
<p><b>18 z 58</b>  Tworzenie wpływowych pytań – eksploracja głębokich informacji, ćwiczenia.</p>	Zajęcia	Lilianna Kupaj	27-09-2026	10:15	12:00	01:45
<p><b>19 z 58</b> Praca z metaforą oraz narzędziami metaforycznymi-ćwiczenia.</p>	Zajęcia	Lilianna Kupaj	17-10-2026	08:00	10:00	02:00
<p><b>20 z 58</b> -</p>	Przerwa	-	17-10-2026	10:00	10:15	00:15
<p><b>21 z 58</b>  Rozwijanie ciekawości i zadawanie mocnych pytań-ćwiczenia.</p>	Zajęcia	Lilianna Kupaj	17-10-2026	10:15	12:00	01:45
<p><b>22 z 58</b> -</p>	Przerwa	-	17-10-2026	12:00	13:00	01:00

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
<b>23 z 58</b> Rozwój 8 kompetencji coachingowych według ICF. Asertywny komunikat JA, a agresja i uległość - współdzielenie ekranu.	Zajęcia	Lilianna Kupaj	17-10-2026	13:00	16:00	03:00
<b>24 z 58</b> Model GROW – struktura rozmów coachingowych - rozmowa na żywo, ćwiczenia.	Zajęcia	Lilianna Kupaj	18-10-2026	08:00	10:00	02:00
<b>25 z 58</b> -	Przerwa	-	18-10-2026	10:00	10:15	00:15
<b>26 z 58</b> Zadawanie zadań domowych oraz wyzwań dla klientów - ćwiczenia.	Zajęcia	Lilianna Kupaj	18-10-2026	10:15	12:00	01:45
<b>27 z 58</b> -	Przerwa	-	18-10-2026	12:00	13:00	01:00
<b>28 z 58</b> Asertywny komunikat JA, a agresja i uległość - współdzielenie ekranu.	Zajęcia	Lilianna Kupaj	18-10-2026	13:00	16:00	03:00
<b>29 z 58</b> Zarządzanie emocjami w oparciu o model 5 kompetencji Daniela Golemana - współdzielenie ekranu.	Zajęcia	Lilianna Kupaj	24-10-2026	08:00	10:00	02:00
<b>30 z 58</b> -	Przerwa	-	24-10-2026	10:00	10:15	00:15

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
31 z 58 Praca z emocjami – techniki i narzędzia do identyfikacji i przetwarzania emocji -ćwiczenia, rozmowa na żywo.	Zajęcia	Lilianna Kupaj	24-10-2026	10:15	12:00	01:45
32 z 58 -	Przerwa	-	24-10-2026	12:00	13:00	01:00
33 z 58 Technika pozycji percepcyjnych w rozwiązywaniu problemów. Jak słuchać swojego ciała? Co do nam mówi ciało i jak wykorzystać to w pracy rozwojowej ze sobą i klientem? - współdzielenie ekranu.	Zajęcia	Lilianna Kupaj	24-10-2026	13:00	16:00	03:00
34 z 58 Teoria P. MacLeana i - 3 mozgi i umysły, ich wpływ na proces coachingowy - współdzielenie ekranu, ćwiczenia.	Zajęcia	Lilianna Kupaj	21-11-2026	08:00	10:00	02:00
35 z 58 -	Przerwa	-	21-11-2026	10:00	10:15	00:15

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
36 z 58 Konflikty wartości i potrzeb – identyfikacja i rozwiązywanie -ćwiczenia, rozmowa na żywo.	Zajęcia	Lilianna Kupaj	21-11-2026	10:15	12:00	01:45
37 z 58 -	Przerwa	-	21-11-2026	12:00	13:00	01:00
38 z 58 Wartości jako motywatory – budowanie hierarchii wartości - współdzielenie ekranu.	Zajęcia	Lilianna Kupaj	21-11-2026	13:00	16:00	03:00
39 z 58 Narzędzia do pracy z wartościami: wdrażanie wartości, rozwiązywanie konfliktów wartości -ćwiczenia, rozmowa na żywo.	Zajęcia	Lilianna Kupaj	22-11-2026	08:00	10:00	02:00
40 z 58 -	Przerwa	-	22-11-2026	10:00	10:15	00:15
41 z 58 Narzędzia do pracy z wartościami: wdrażanie wartości, rozwiązywanie konfliktów wartości -ćwiczenia, rozmowa na żywo.	Zajęcia	Lilianna Kupaj	22-11-2026	10:15	12:00	01:45
42 z 58 -	Przerwa	-	22-11-2026	12:00	13:00	01:00

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
43 z 58 Mentorzy wartości i rozwijanie świadomości własnych przekonań - współdzielenie ekranu.	Zajęcia	Lilianna Kupaj	22-11-2026	13:00	16:00	03:00
44 z 58 Model rozmowy EI COACH – coaching wartości. Powstawanie przekonań w dzieciństwie i ich wpływ na życie dorosłe - współdzielenie ekranu, rozmowa na żywo.	Zajęcia	Lilianna Kupaj	28-11-2026	08:00	10:00	02:00
45 z 58 -	Przerwa	-	28-11-2026	10:00	10:15	00:15
46 z 58 Model rozmowy EI COACH – coaching wartości. Powstawanie przekonań w dzieciństwie i ich wpływ na życie dorosłe. współdzielenie ekranu, ćwiczenia.	Zajęcia	Lilianna Kupaj	28-11-2026	10:15	12:00	01:45
47 z 58 -	Przerwa	-	28-11-2026	12:00	13:00	01:00
48 z 58 Arkusze odkrywania i zmiany przekonań - współdzielenie ekranu, ćwiczenia.	Zajęcia	Lilianna Kupaj	28-11-2026	13:00	16:00	03:00

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
49 z 58 Test TOP 5 talentów Gallupa – analiza i omówienie wyników, współdzielenie ekranu, rozmowa na żywo.	Zajęcia	Agnieszka Barszcz	05-12-2026	08:00	10:00	02:00
50 z 58 -	Przerwa	-	05-12-2026	10:00	10:15	00:15
51 z 58 Test TOP 5 talentów Gallupa – analiza i omówienie wyników współdzielenie ekranu, rozmowa na żywo.	Zajęcia	Agnieszka Barszcz	05-12-2026	10:15	12:00	01:45
52 z 58 -	Przerwa	-	05-12-2026	12:00	13:00	01:00
53 z 58 Test TOP 5 talentów Gallupa – analiza i omówienie wyników - współdzielenie ekranu, rozmowa na żywo.	Zajęcia	Agnieszka Barszcz	05-12-2026	13:00	16:00	03:00
54 z 58 Sesje coachingowe zaliczeniowe-rozmowy na żywo.	Zajęcia	Lilianna Kupaj	06-12-2026	08:00	10:00	02:00
55 z 58 -	Przerwa	-	06-12-2026	10:00	10:15	00:15
56 z 58 Sesje coachingowe zaliczeniowe-rozmowy na żywo.	Zajęcia	Lilianna Kupaj	06-12-2026	10:15	12:30	02:15

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
57 z 58 -	Przerwa	-	06-12-2026	12:30	13:30	01:00
58 z 58 -	Walidacja	-	06-12-2026	13:30	16:00	02:30

## Podsumowanie

Rodzaj godzin	Liczba godzin
Suma godzin zegarowych usługi	92:00
w tym suma godzin zajęć	75:30
w tym suma godzin walidacji	02:30
w tym suma przerw	14:00
Suma godzin dydaktycznych bez przerw	104:00

## Cennik

### Cennik

Rodzaj ceny	Cena
<b>Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto</b>	7 500,00 PLN
Podmiot uprawniony do zwolnienia z VAT na podstawie art. 43 ust. 1 ustawy o VAT	
<b>Koszt przypadający na 1 uczestnika netto</b>	7 500,00 PLN
<b>Koszt osobogodziny brutto</b>	81,52 PLN
<b>Koszt osobogodziny netto</b>	81,52 PLN
<b>W tym koszt walidacji brutto</b>	1 000,00 PLN
<b>W tym koszt walidacji netto</b>	1 000,00 PLN
<b>W tym koszt certyfikowania brutto</b>	1 500,00 PLN
<b>W tym koszt certyfikowania netto</b>	1 500,00 PLN

## Liczba godzin usługi

Rodzaj godzin	Liczba godzin
Liczba godzin zegarowych usługi	92:00

## Prowadzący

Liczba prowadzących: 3



1 z 3

### Lilianna Kupaj

Coach Master Trainer ICI, Coach PCC ICF, superwizor Izby Coachingu, trener komunikacji Transforming Communication™. Autorka i trenerka programu Szkoły Coachingu akredytowanego w International Association of Coaching Institutes (ICI).

W ostatnich 5 latach (2020–2025) aktywnie prowadzi szkolenia, kursy i procesy coachingowe w obszarze coachingu life, biznesowego i edukacyjnego, realizując usługi rozwojowe dla osób dorosłych, kadry menedżerskiej, edukacyjnej oraz coachów. Pracuje jako mentor, superwizor i wykładowca akademicki.

Posiada najwyższą międzynarodową akredytację Coach Master Trainer ICI oraz akredytację PCC ICF (2024). Jest właścicielką i dyrektorką zarządzającą firmy szkoleniowej (od 2006 r.) oraz prezeską Fundacji Świadomego Rozwoju Edukacji.



2 z 3

### Dorota Konieczna Herdzik

Praktyk biznesu z ponad 25-letnim doświadczeniem w pracy z ludźmi w strukturach organizacyjnych oraz w obszarze szkoleń, rozwoju i indywidualnego wsparcia. W ostatnich 5 latach (2020–2025) aktywnie realizuje usługi rozwojowe jako trener i coach, prowadząc szkolenia oraz procesy wspierające rozwój kompetencji psychospołecznych, przywódczych i menedżerskich.

Posiada wieloletnie doświadczenie menedżerskie w obszarze HR, m.in. jako Dyrektor HR i HR Business Partner w firmach o zróżnicowanej strukturze i kulturze organizacyjnej. Jej doświadczenie obejmuje przeprowadzenie ponad 3000 rozmów kwalifikacyjnych na wszystkich poziomach stanowisk w organizacjach polskich i międzynarodowych.

Certyfikowany coach ICI, trener dobrostanu i odporności psychicznej, konsultant MaxieDISC® oraz diagnosta odporności psychicznej TOP 360. Łączy podejście strategiczne z uważnością na człowieka, wspierając liderów i zespoły w budowaniu dojrzałego przywództwa.



3 z 3

### Agnieszka Barszcz

Jest coachem z certyfikacją Advanced Fundamental Coaching Skills ICI (International Association of Coaching Institutes). Pracuje w oparciu o standardy i kodeks etyczny ICI. W pracy coacha opiera się głównie na modelu coachingu wielopoziomowego Roberta Dilts'a i wdraża motto „Mikrokorekty powodują makrozmiiany”. Wierzy, że zmieniając siebie zmieniamy nasze otoczenie, nasz świat. Jest również coachem mocnych stron z certyfikatem Strengths Community Coach – pomaga ludziom w rozwijaniu ich potencjału i przekuwaniu na mocne strony w oparciu o test Clifton Strengths (zwany

popularnie testem Gallupa). Wspiera ich w czerpaniu siły i motywacji ze zrozumienia ich naturalnych wzorców myślenia i działania, intencjonalnym – produktywnym wykorzystaniu ich mocnych stron do własnych celów zawodowych i prywatnych, dzięki czemu mogą osiągać najbardziej ambitne cele. W ostatnich 5 latach (2020–2025) aktywnie prowadzi szkolenia, kursy i procesy coachingowe w obszarze coachingu life, biznesowego i edukacyjnego, realizując usługi rozwojowe dla osób dorosłych, kadry menedżerskiej, edukacyjnej.

## Informacje dodatkowe

### Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Każdy uczestnik szkolenia otrzymuje **kompletny pakiet materiałów edukacyjnych**, który wspiera proces uczenia się oraz umożliwia dalszy rozwój po zakończeniu kursu.

**W skład materiałów wchodzi:**

#### 1. 1. Podręcznik uczestnika (drukowany lub PDF)

- zawierający opisy modeli coachingowych (Dilts, 6 filarów, 5 dysfunkcji zespołów),
- wprowadzenia teoretyczne do każdego bloku tematycznego,
- zestaw narzędzi coachingowych z instrukcją zastosowania.

#### 1. Karty ćwiczeń i arkusze pracy

- ćwiczenia indywidualne i zespołowe do każdego modułu,
- karty do pracy z emocjami, przekonaniem, celami i wartościami.

#### 1. Zeszyt refleksji własnej

- przestrzeń na zapisy z procesów własnych, wglądy i autorefleksje,
- dedykowane pytania coachingowe do pracy między modułami.

#### 1. Dostęp do platformy online

- materiały wideo z nagranych sesji demo ,
- prezentacje ze slajdami z każdego dnia,
- dodatkowe artykuły, nagrania, medytacje prowadzone.
- **Zaświadczenie ukończenia kursu.**
- **Międzynarodowy certyfikat** imienny, z oznaczeniem liczby godzin szkoleniowych i zakresu merytorycznego.

## Warunki uczestnictwa

Warunki uczestnictwa

- Ukończone 21 lat.
- **Obowiązek uczestnictwa w minimum 80% zajęć**
- Co najmniej średnie wykształcenie, preferowane wyższe pedagogiczne, psychologiczne lub 3 letnie doświadczenie na stanowiskach kierowniczych
- Motywacja do pracy rozwojowej oraz gotowość do udziału w intensywnym procesie edukacyjnym i praktycznym.

W szkoleniu mogą uczestniczyć również osoby korzystające z dofinansowania w ramach projektów „Małopolski Pociąg do Kariery – Kierunek Kariera” oraz „Kierunek Kariera Zawodowa”, po spełnieniu warunków operatora i zapisaniu się na usługę poprzez BUR.

**Czas trwania godziny usługi rozwojowej** to 60 minut zegarowe (wliczają się przerwy).

**Sposób potwierdzania frekwencji:** raporty zoom i lista obecności

## Informacje dodatkowe

Usługa realizowana jest z wykorzystaniem **interaktywnych i aktywizujących metod pracy**, w tym: ćwiczeń praktycznych, pracy w parach, symulacji rozmów coachingowych, analizy studiów przypadków, dyskusji moderowanych, informacji zwrotnej oraz autorefleksji uczestników. Metody pracy wspierają aktywne uczenie się oraz praktyczne zastosowanie zdobytych kompetencji.

## Warunki techniczne

### Warunki techniczne realizacji usługi:

Szkolenie prowadzone jest w trybie zdalnym z wykorzystaniem platformy **Zoom**, która umożliwia interaktywną pracę w grupach (m.in. w pokojach podziału, na tablicy interaktywnej oraz poprzez czat).

### Wymagania dla uczestników:

- komputer, laptop lub tablet z dostępem do stabilnego Internetu (min. 5 Mb/s),
- kamera i mikrofon – niezbędne do aktywnego udziału w ćwiczeniach coachingowych,
- słuchawki – zalecane dla komfortu i jakości dźwięku,
- aktualna wersja aplikacji Zoom lub przeglądarki internetowej.

**Materiały dydaktyczne:** uczestnicy otrzymują wszystkie materiały w formie elektronicznej (prezentacje, karty pracy, ćwiczenia, testy).

**Wsparcie techniczne:** organizator zapewnia instrukcję logowania i korzystania z platformy oraz bieżącą pomoc techniczną w razie problemów.

**Bezpieczeństwo:** każde spotkanie zabezpieczone jest indywidualnym linkiem i hasłem dostępu. W przypadku nagrań – dostęp do nich mają wyłącznie uczestnicy kursu w okresie jego trwania.

Usługa korzysta ze zwolnienia z podatku od towarów i usług na podstawie art. 43 ust. 1 pkt 29 lit. c ustawy z dnia 11 marca 2004 r. o podatku od towarów i usług

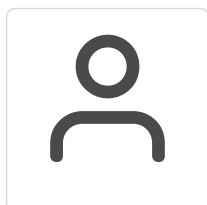
(Dz. U. z 2023 r., poz. 1570 z późn. zm.),

w związku z § 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

(Dz. U. z 2023 r., poz. 955 z późn. zm.),

jako usługa kształcenia zawodowego / przekwalifikowania zawodowego finansowana w co najmniej 70% ze środków publicznych.

## Kontakt



**JOANNA CHMURA**

**E-mail** [biuro@szkolacoachingu.edu.pl](mailto:biuro@szkolacoachingu.edu.pl)

**Telefon** (+48) 459 115 422