



TALLENTO S.C.

★★★★★ 4,9 / 5

1 017 ocen

Szkoła Trenera - Train the Trainers

Numer usługi 2026/07/09/120192/3679726

6 765,00 PLN brutto

5 500,00 PLN netto

140,94 PLN brutto/h

114,58 PLN netto/h

166,67 PLN cena rynkowa ⓘ

🏠 Usługa szkoleniowa

📺 zdalna w czasie rzeczywistym

👥 Zajęcia grupowe

🕒 48:00 h

📅 08.09.2026 do 18.11.2026

Informacje podstawowe

Kategoria

Zdrowie i medycyna / Psychologia i rozwój osobisty

Grupa docelowa usługi

Program skierowany jest do osób, które:

- chcą zmienić ścieżkę zawodową i wejść w świat edukacji dorosłych,
- marzą o prowadzeniu profesjonalnych, angażujących szkoleń i nie wiedzą, jak to zrobić
- pracują z ludźmi (np. jako menedżer, coach, nauczyciel, HR-owiec) i chcą rozwijać kompetencje facylitacyjne i trenerskie,
- są specjalistą i chcą dzielić się swoją wiedzą w formie szkoleń,
- już prowadzą szkolenia, ale chcą podnieść jakość, zwiększyć pewność siebie i zbudować swój warsztat.

Minimalna liczba uczestników

5

Maksymalna liczba uczestników

10

Data zakończenia rekrutacji

07-09-2026

Forma prowadzenia usługi

zdalna w czasie rzeczywistym

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

Uczestnik po zakończeniu kursu będzie kompleksowo przygotowany do samodzielnego i świadomego projektowania, budowania oraz efektywnego prowadzenia procesów edukacyjnych i rozwojowych dla dorosłych (np. lekcji, warsztatów,

wykładów, szkoleń, webinarów).

Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Uczestnik definiuje rolę, misję i standardy etyczne współczesnego trenera, rozumiejąc swój wpływ na grupę.	Uczestnik przedstawia werbalną refleksję na temat swojej tożsamości trenerskiej, uwzględniając kluczowe zasady etyczne.	Debata ustrukturyzowana
Uczestnik prowadzi blok szkoleniowy z zachowaniem podstawowej struktury i celu.	Pomyślne przeprowadzenie Mikroszkolenia 1 (ocena formatywna przez trenera/grupę na podstawie arkusza obserwacji)	Debata ustrukturyzowana
Uczestnik reaguje proaktywnie na typowe trudne sytuacje i zachowania w grupie (np. opór, monopolizowanie), dbając o bezpieczeństwo psychologiczne.	Uczestnik proponuje adekwatną interwencję na podstawie symulowanej, trudnej sytuacji na sali szkoleniowej (np. opór, niska energia).	Debata ustrukturyzowana
Uczestnik wyjaśnia kluczowe zasady andragogiki oraz stosuje podstawowe wnioski z neurodydaktyki w projektowaniu i prowadzeniu sesji.	Uczestnik identyfikuje i uzasadnia zastosowanie co najmniej 3 filarów uczenia dorosłych w analizowanym fragmencie szkolenia lub podczas własnego prowadzenia	Debata ustrukturyzowana
Uczestnik kataloguje i porządkuje własny zasób metod (ćwiczenia, gry, symulacje), wiedząc, kiedy i dlaczego po nie sięgać.	Uczestnik omawia wybrane metody i przykłady ich optymalnego zastosowania.	Debata ustrukturyzowana
Uczestnik przyjmuje, przetwarza i udziela konstruktywnej informacji zwrotnej (superwizja)	Uczestnik udziela informacji zwrotnej w modelu konstruktywnym	Debata ustrukturyzowana

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 wyrażnie z nim powiązane inne dokumenty związane ze wsparciem potwierdzają zastosowanie rozwiązań zapewniających rozdzielenie procesów kształcenia i szkolenia od walidacji?

TAK

Program

MODUŁ 1 – START: TWOJA SALA.TWOJA PEWNOŚĆ. TWÓJ WPŁYW. Ja - trener. Fundamenty zawodu. Tożsamość trenerska. Warsztat umiejętności trenerskich.

- Kim jest trener dziś? Rola, etyka, misja.
- Filary efektywnego uczenia dorosłych (andragogika, neurodydaktyka, podejście skoncentrowane na uczestniku)
- Umiejętność prowadzenia krótkiego bloku szkoleniowego (mikroszkolenie 1).
- Postawa trenera – co naprawdę działa „na sali”.
- Praca z oporem, energia grupy, emocje w grupie.
- Autodiagnoza kompetencji trenerskich (narzędzia rozwojowe).

MODUŁ 2 – ARCHITEKT ZMIANY. Projektowanie szkoleń, które mają sens i dają rezultat.

- Analiza potrzeb szkoleniowych (klient – uczestnik – organizacja).
- Efekty uczenia się: cele, które da się zmierzyć.
- Budowanie programu szkoleniowego – logika, sekwencja, flow.
- Dobór metod do celów i stylów uczenia się.
- Blended learning, microlearning – co warto znać?
- Case study projektowe – tworzenie pełnego projektu szkolenia.
- Ocena efektywności szkoleń (Kirkpatrick i inne modele).

MODUŁ 3 – SKRZYNKA Z NARZĘDZIAMI. Rozbudowa warsztatu metodycznego. Narzędzia. Techniki. Aktywności. Ćwiczenia.

- Ćwiczenia aktywizujące – praktyka i omówienie.
- Gry szkoleniowe, symulacje, metafory.
- Praca z metaforą i storytellingiem w szkoleniach.
- Techniki wizualizacji i praca z flipchartem.
- Narzędzia online i hybrydowe.
- Praca z materiałami: projektowanie kart pracy, prezentacji, quizów.
- Toolbox trenera – zbiór sprawdzonych narzędzi i formatów.

MODUŁ 4 – ENERGIA GRUPY. Zrozumienie procesów grupowych i zarządzanie dynamiką.

- Diagnozowanie faz rozwoju grupy (Tuckman, Wheelan).
- Trener jako lider, facylitator i towarzysz procesu.
- Praca z grupą "trudną" – techniki reagowania.
- Budowanie atmosfery zaufania i bezpieczeństwa psychologicznego.
- Techniki zadawania pytań, moderowania dyskusji.
- Uważność i obecność trenera (mindfulness w roli).
- Rozpoznawanie ról grupowych i zarządzanie nimi.
- Interwencje trenerskie – reakcja na trudne sytuacje na sali.

MODUŁ 5 – ZA KURTYNĄ: JAK ŻYJE TRENER. Od sali do biznesu – jak pracować, zarabiać, rozwijać się i nie wypalić?

- Rynek szkoleniowy w Polsce – segmenty, nisze, trendy.
- Model biznesowy trenera – freelancing vs firma szkoleniowa.
- Budowanie marki osobistej trenera. Jak przygotować ofertę?
- Wycena usług trenerskich – modele, pułapki, wskazówki.
- Etyka trenerska a komercja – gdzie stawiam granicę?
- Work-life balance, wellbeing trenera, zapobieganie wypaleniu.

MODUŁ 6 – SCENA JEST TWOJA. Praktyka, feedback, rozwój. Finalna prezentacja trenerska

- Przygotowanie pełnego modułu szkoleniowego (samodzielnie).

- Prowadzenie mikroszkolenia na żywo
- Superwizja – obserwacja + feedback wielostronny (grupa, trenerzy).
- Autorefleksja – co działa, co chcę rozwijać?
- Plan rozwoju trenerskiego – praca z celami na przyszłość.

MODUŁ 7 - Walidacja usługi - walidator przeprowadza debatę ustrukturyzowaną, podczas której weryfikuje, czy uczestnicy otrzymali wiedzę i osiągnęli określone efekty uczenia się

Harmonogram

Liczba pozycji harmonogramu: 25

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
1 z 25 MODUŁ 1 – START: TWOJA SALA.TWOJA PEWNOŚĆ. TWÓJ WPŁYW.	Zajęcia	Ewa Załupska	08-09-2026	09:00	12:00	03:00
2 z 25 -	Przerwa	-	08-09-2026	12:00	13:00	01:00
3 z 25 MODUŁ 1 – Ja - trener. Fundamenty zawodu. Tożsamość trenerska. Warsztat umiejętności trenerskich.	Zajęcia	Ewa Załupska	08-09-2026	13:00	15:00	02:00
4 z 25 MODUŁ 2 – ARCHITEKT ZMIANY.	Zajęcia	Marzena Grochowska	09-09-2026	09:00	12:00	03:00
5 z 25 -	Przerwa	-	09-09-2026	12:00	13:00	01:00
6 z 25 MODUŁ 2 – Projektowanie szkoleń, które mają sens i dają rezultat.	Zajęcia	Marzena Grochowska	09-09-2026	13:00	15:00	02:00

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
7 z 25 MODUŁ 3 – SKRZYNKA Z NARZĘDZIAMI.	Zajęcia	Ewa Olszak-Dyk	29-09-2026	09:00	12:00	03:00
8 z 25 -	Przerwa	-	29-09-2026	12:00	13:00	01:00
9 z 25 MODUŁ 3 – Rozbudowa warsztatu metodycznego	Zajęcia	Ewa Olszak-Dyk	29-09-2026	13:00	15:00	02:00
10 z 25 MODUŁ 3 Praca z materiałami: projektowanie kart pracy, prezentacji, quizów.	Zajęcia	Ewa Załupska	30-09-2026	09:00	12:00	03:00
11 z 25 -	Przerwa	-	30-09-2026	12:00	13:00	01:00
12 z 25 MODUŁ 3 Toolbox trenera – zbiór sprawdzonych narzędzi i formatów.	Zajęcia	Ewa Załupska	30-09-2026	13:00	15:00	02:00
13 z 25 MODUŁ 4 – ENERGIA GRUPY.	Zajęcia	Marzena Grochowska	20-10-2026	09:00	12:00	03:00
14 z 25 -	Przerwa	-	20-10-2026	12:00	13:00	01:00
15 z 25 MODUŁ 4 – Zrozumienie procesów grupowych i zarządzanie dynamiką.	Zajęcia	Marzena Grochowska	20-10-2026	13:00	15:00	02:00

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
16 z 25 MODUŁ 4 - Praca z grupą "trudną" – techniki reagowania.	Zajęcia	Ewa Olszak-Dyk	21-10-2026	09:00	12:00	03:00
17 z 25 -	Przerwa	-	21-10-2026	12:00	13:00	01:00
18 z 25 MODUŁ 4 - Rozpoznawanie ról grupowych i zarządzanie nimi.	Zajęcia	Ewa Olszak-Dyk	21-10-2026	13:00	15:00	02:00
19 z 25 MODUŁ 5 – ZA KURTYNĄ: JAK ŻYJE TRENER.	Zajęcia	Ewa Załupska	17-11-2026	09:00	12:00	03:00
20 z 25 -	Przerwa	-	17-11-2026	12:00	13:00	01:00
21 z 25 MODUŁ 5 – Od sali do biznesu – jak pracować, zarabiać, rozwijać się i nie wypalić?	Zajęcia	Ewa Załupska	17-11-2026	13:00	15:00	02:00
22 z 25 MODUŁ 6 – SCENA JEST TWOJA.	Zajęcia	Marzena Grochowska	18-11-2026	09:00	12:00	03:00
23 z 25 -	Przerwa	-	18-11-2026	12:00	13:00	01:00
24 z 25 MODUŁ 6 - Superwizja – obserwacja + feedback wielostronny (grupa, trenerzy).	Zajęcia	Marzena Grochowska	18-11-2026	13:00	14:30	01:30
25 z 25 -	Walidacja	-	18-11-2026	14:30	15:00	00:30

Podsumowanie

Rodzaj godzin	Liczba godzin
Suma godzin zegarowych usługi	48:00
w tym suma godzin zajęć	39:30
w tym suma godzin walidacji	00:30
w tym suma przerw	08:00
Suma godzin dydaktycznych bez przerw	53:15

Cennik

Jeżeli korzystasz z dofinansowania i usługa stanowi usługę kształcenia zawodowego lub przekwalifikowania zawodowego wraz z usługą lub dostawą towarów ściśle związaną z usługami kształcenia zawodowego lub przekwalifikowania zawodowego to możesz mieć możliwość skorzystania ze zwolnienia z podatku VAT na podstawie art. 43 ust. 1 pkt 29 lit. c ustawy z dnia 11 marca 2024 r. o podatku od towarów i usług, jeśli usługa w całości jest finansowana ze środków publicznych lub § 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 w przypadku, gdy usługa jest finansowana w co najmniej 70% ze środków publicznych.

Cennik

Rodzaj ceny	Cena
Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	6 765,00 PLN
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	5 500,00 PLN
Koszt osobogodziny brutto	140,94 PLN
Koszt osobogodziny netto	114,58 PLN

Liczba godzin usługi

Rodzaj godzin	Liczba godzin
Liczba godzin zegarowych usługi	48:00

Prowadzący

Liczba prowadzących: 3



1 z 3

Ewa Olszak-Dyk

Absolwentka socjologii Uniwersytetu Wrocławskiego oraz zarządzania Uniwersytetu Ekonomicznego we Wrocławiu, na tej uczelni otworzyła również przewod doktorski z obszaru zarządzania zasobami ludzkimi. Certyfikowany Trener Szkoły Trenerów Centrum Edukacji CEL oraz doświadczony Asesor z przeprowadzonymi ponad 200 sesjami AC/DC. Wiceprezes Europejskiego Instytutu Brainologii, certyfikowany Trener Lumina Learning, diagnosta testu odporności psychicznej Fundacji Kamińskiego oraz Trener Diagnostów Odporności Psychiczej. Na sali szkoleniowej pracuje od 2010 roku, specjalizuje się we wspieraniu MŚP zwłaszcza w branży usługowej i edukacyjnej.

Od 2019 roku przeprowadziła ponad 3000 godzin szkoleń o podobnej tematyce dla osób dorosłych, m.in. są to następujące tematy - budowanie odporności psychicznej, neurofeedback, badania naukowe i praktyczne w zakresie zdrowego myślenia. Poza tym szkoliła z tematyki komunikacji, zarządzania zespołami, budowania ścieżek karier, systemów motywacyjnych, budowania odporności psychicznej managerów, wdrażania polityki wellbeingu w organizacji. Posiada niezbędne doświadczenie, nie starsze niż 5 lat od daty rozpoczęcia szkolenia. Posiada doświadczenie zawodowe zdobyte nie wcześniej niż 5 lat przed datą wprowadzenia szczegółowych danych dotyczących oferowanej usługi.



2 z 3

Ewa Załupska

Trener, Coach, Konsultant, Wiceprezes Europejskiego Instytutu Brainologii, właścicielka marki KROK. Certyfikowany praktyk Lumina Learning. Diagnosta testu odporności psychicznej Fundacji Kamińskiego oraz Trener Diagnostów Odporności Psychiczej. Specjalizuje się w szkoleniach, coachingu, konsultacjach i mentoringu dla osób zatrudnionych na stanowiskach kierowniczych, liderów zespołów.

Projektuje programy rozwojowe dostosowane do potrzeb indywidualnych uczestników szkoleń oraz całych firm, z takich zakresów, jak rozwój kompetencji biznesowych i zarządzania, m.in. budowanie zespołu, komunikacja, wystąpienia publiczne, motywowanie, rozwiązywanie konfliktów, przywództwo, zarządzanie projektami, zarządzanie finansami w przedsiębiorstwie i projekcie, usprawnianie organizacji i procesów wewnątrz niej. Dostrzega potencjał ludzi i organizacji i potrafi go rozwijać.

Od 2019 roku ma w swoim portfolio warsztaty dla ponad 5000 uczestników. Przeprowadziła ponad 300 godzin szkoleń z tematyki: budowania zdrowych zespołów, treningu odporności psychicznej, komunikacji interpersonalnej, train the trainers. Przeprowadziła 5 semestrów zajęć z zarządzania kadrami, rozwoju kadry kierowniczej na Uniwersytecie Ekonomicznym we Wrocławiu, przeprowadziła 300 sesji mentoringowych z osobami na stanowiskach kierowniczych. Posiada niezbędne doświadczenie, nie starsze niż 5 lat od daty rozpoczęcia szkolenia. Posiada doświadczenie zawodowe zdobyte nie wcześniej niż 5 lat przed datą szkolenia.



3 z 3

Marzena Grochowska

Certyfikowany trener biznesu, akredytowany trener odporności psychicznej MTQ48, facylitator DISC, life & business coach. Superwizor trenerski PTWP PCD-NMC, akredytacja IIC&M, właścicielka marki „Neurony do Roboty”. Absolwentka Akademii Trenerów Biznesu w Katowicach, Noble Manhattan

Coaching Polska, Wyższej Szkoły Bankowej w Gdańsku, Gdańskiej Wyższej Szkoły Humanistycznej oraz Akademii Medycznej w Bydgoszczy.

Od 2019 roku przeprowadziła ponad 500 szkoleń i warsztatów z zakresu zdrowego mózgu, zarządzania dobrostanem, treningu rezyliencji i odporności psychicznej, m.in. dla domów seniorów, klubów przedsiębiorców, firm z branży przemysłowej oraz korporacji IT. Regularnie prowadzi zajęcia dydaktyczne w uczelni wyższej oraz występuje na konferencjach branżowych. Jest także autorką kursu online „Happy Brain”, który od 2019 roku odbył kilka edycji.

Doświadczenie zawodowe z ostatnich 5 lat obejmuje prowadzenie szkoleń, kursów i wykładów z zakresu dobrostanu i odporności psychicznej dla biznesu, edukacji i organizacji społecznych.

Informacje dodatkowe

Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Usługa realizowana pod patronatem merytorycznym Europejskiego Instytutu Brainologii. Każdy uczestnik otrzymuje:

- pakiet powitalny z niezbędnymi autorskimi kartami pracy
- podręcznik w formie .pdf
- zestaw autorskich ćwiczeń, gier, narzędzi (tzw. toolbox trenera)
- zestaw gotowych argumentów/reakcji w sytuacji kryzysowych
- prezentację szkoleniową
- certyfikat ukończenia szkoły trenera

Warunki techniczne

Warunki techniczne niezbędne do udziału w usłudze:

a) platformę /rodzaj komunikatora, za pośrednictwem którego prowadzona będzie usługa - Microsoft Teams, www.microsoft.com/pl/microsoft-teams

b) minimalne wymagania sprzętowe, jakie musi spełniać komputer Uczestnika lub inne urządzenie do zdalnej komunikacji - przeglądarka internetowa Google Chrome (preferowana) lub Mozilla Firefox w najnowszych wersjach. Mikrofon, głośnik lub zestaw słuchawkowy

c) minimalne wymagania dotyczące parametrów łącza sieciowego, jakim musi dysponować Uczestnik: łącze internetowe: min download: 768 Mb/s, min upload: 384 Mb/s.

d) niezbędne oprogramowanie umożliwiające Uczestnikom dostęp do prezentowanych treści i materiałów: komputer PC z systemem Operacyjnym Windows 7/8.x/10 (za wyjątkiem Windows 10 S) albo komputer MacBook z systemem Mac OS X 10.5 lub wyższy.

e) okres ważności linku umożliwiającego uczestnictwo w spotkaniu on-line: link jest ważny od pół godziny przed rozpoczęciem usługi do momentu jej zakończenia

Kontakt



EWA OLSZAK-DYK

E-mail biuro@tallento.pl

Telefon (+48) 792 502 272