



BodyConnection
Agata Olszewska-
Sarapata

★★★★★ 4,9 / 5
796 ocen

Szkolenie: BodyConnection™ Practitioner. Moduł 1 - Podstawy coachingu. Wprowadzenie do metody BodyConnection™ Coaching.

Numer usługi 2026/07/13/34566/3685781

- 📍 Kraków
- 🏠 Usługa szkoleniowa
- 📺 mieszana (stacjonarna połączona z usługą zdalną w czasie rzeczywistym)
- 👥 Zajęcia grupowe
- 🕒 27:00 h
- 📅 07.10.2026 do 28.10.2026

3 321,00 PLN brutto
2 700,00 PLN netto
123,00 PLN brutto/h
100,00 PLN netto/h
166,67 PLN cena rynkowa ⓘ

Informacje podstawowe

Kategoria

Zdrowie i medycyna / Psychologia i rozwój osobisty

Identyfikatory projektów

Małopolski Pociąg do kariery

Grupa docelowa usługi

Szkolenie dedykowane jest dla:

- osób zainteresowanych zawodem coacha oraz rozwojem w zakresie łączenia coachingu i pracy z ciałem.
- specjalistów z zakresu rozwoju osobistego: coachów (na początku kariery coachingowej), psychologów, terapeutów zainteresowanych rozszerzeniem swoich kompetencji w zakresie prowadzenia indywidualnych i grupowych procesów rozwojowych łączących coaching i pracę z ciałem
- specjalistów pracujących z ciałem (masażystów, terapeutów czaszkowo-krzyżowych, terapeutów manualnych, terapeutów przez ruch i oddech itd.) chcących rozwijać się w prowadzeniu transformujących rozmów z klientami.

Usługa jest dedykowana również dla Uczestników Projektu MP.

Minimalna liczba uczestników

5

Maksymalna liczba uczestników

14

Data zakończenia rekrutacji

05-10-2026

Forma prowadzenia usługi

mieszana (stacjonarna połączona z usługą zdalną w czasie rzeczywistym)

Cel

Cel edukacyjny

Szkolenie jest wprowadzeniem do coachingu oraz metody BodyConnection™ Coaching i przygotowuje do samodzielnego podjęcia decyzji, czy coaching jest adekwatnym rodzajem wsparcia w zależności od tematu, z którym przychodzi klient oraz przeprowadzenia podstawowej (uproszczonej) sesji coachingowej metodą BodyConnection™.

Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Charakteryzuje czym jest metoda coachingu i wdraża w praktyce kluczowe zasady coachingu.	Definiuje, czym jest coaching. Określa, w jakich przypadkach coaching jest adekwatną metodą wsparcia. Charakteryzuje i wdraża zasady coachingu określone przez International Coaching Federation.	Test teoretyczny
		Wywiad ustrukturyzowany
Realizuje podstawową (uproszczoną) sesję coachingową metodą BodyConnection™.	Wymienia etapy podstawowej (uproszczonej) sesji metodą BodyConnection™ i realizuje sesję zgodnie z tą strukturą. Przeprowadza sesję odpowiadającą na temat życiowy lub objaw w ciele, z którymi przychodzi klient.	Test teoretyczny
		Wywiad ustrukturyzowany
Określa cel sesji i współpracuje z klientem na rzecz jego osiągnięcia. Buduje relację z klientem w sposób, który wzmacnia rezultaty coachingu.	Klaryfikuje intencje klienta i określa z nim cel na sesję. Dostosowuje przebieg sesji do potrzeb klienta, uwzględniając ustalony cel.	Test teoretyczny
		Wywiad ustrukturyzowany
	Charakteryzuje kluczowe aspekty budowania relacji z klientem w coachingu i wdraża je w praktyce. Stosuje techniki wzmacniające poczucie bezpieczeństwa w procesie.	Test teoretyczny
		Wywiad ustrukturyzowany
Pobudza świadomość klienta stosując pytania coachingowe.	Aktywnie słucha i zadaje pytania otwarte, podążając za klientem i uproszczoną strukturą sesji coachingowej. Proponuje pytania do różnych wyzwań, z którymi mierzy się klient.	Test teoretyczny
		Wywiad ustrukturyzowany

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Uwzględnia pracę z ciałem i informacje płynące z ciała w realizowanych sesjach.	Identyfikuje cele i korzyści włączania pracy z ciałem w procesie coachingowym. Definiuje różne sposoby pracy z ciałem, które można zastosować w coachingu. Wdraża pracę z ciałem charakterystyczną dla metody BodyConnection™ Coaching.	Test teoretyczny
		Wywiad ustrukturyzowany

Kwalifikacje

Kompetencje

Usługa prowadzi do nabycia kompetencji.

Warunki uznania kompetencji

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

TAK

Pytanie 2. Czy dokument lub wyrażnie 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

Szkolenie dedykowane jest dla:

- osób zainteresowanych zawodem coacha oraz rozwojem w zakresie łączenia coachingu i pracy z ciałem.
- specjalistów z zakresu rozwoju osobistego: coachów (na początku kariery coachingowej), psychologów, terapeutów zainteresowanych rozszerzeniem swoich kompetencji w zakresie prowadzenia indywidualnych i grupowych procesów rozwojowych łączących coaching i pracę z ciałem
- specjalistów pracujących z ciałem (masażystów, terapeutów czaszkowo-krzyżowych, terapeutów manualnych, terapeutów przez ruch i oddech itd.) chcących rozwijać się w prowadzeniu transformujących rozmów z klientami.

PROGRAM RAMOWY:

Początkowe sprawdzenie poziomu wiedzy i umiejętności.

Dzień 1:

- Potrzeby i oczekiwania uczestników Szkoły Coachingu Body Connection™. Cele na proces rozwojowy.
- Wprowadzenie do metody coachingu.
- Wprowadzenie do metody Body Connection™ Coaching. Grupowy proces Body Connection™ - słuchanie ciała.
- Korzyści (i cele) płynące z:

1. włączania pracy z ciałem w coaching
2. włączania coachingu w procesy pracy z ciałem
5. Sesja demonstracyjna Body Connection™ Coaching z tematem życiowym.

Dzień 2

1. Praktyka wprowadzająca w dzień.
2. Sesje coachingowe z tematem życiowym w parach.
3. Praca nad otwieraniem pytań - magia coachingu w pytaniach otwartych.
4. Praktyka "Ciało wie".
5. Ciało przewodnikiem w procesie rozwojowym.
6. Moja relacja z ciałem. Ciało coacha źródłem informacji w procesie coachingowym.

Dzień 3:

1. Intencja a cel - różnice i kolejność w procesie coachingowym.
2. Sesja demonstracyjna Body Connection™ Coaching: praca z bólem lub innym objawem w ciele.
3. Sesje coachingowe z objawem w ciele w parach.
4. Jak budować relację z klientem - kluczowe aspekty pracy coacha.
5. Kluczowe zasady w coachingu.
6. Czym jest coaching a czym nie jest? Różnice między rolami i odpowiadanie na różnorodne potrzeby klienta.

Dzień 4.

1. Sesja pytań i odpowiedzi na bazie doświadczeń z praktyki własnej. Podsumowanie modułu 1.
2. Walidacja (test wiedzy oraz wywiad ustrukturyzowany w formie arkusza)

Szkolenie jest realizowane w godzinach zegarowych. Walidacja oraz przerwy są wliczone w czas usługi rozwojowej.

W przypadku, gdy grupa ma więcej niż 12 osób, szkolenie będzie prowadzone przez dwóch trenerów.

Poziom umiejętności zostanie zweryfikowany przed i po usłudze rozwojowej. Walidacja w formie testu wiedzy oraz wywiadu ustrukturyzowanego w postaci arkusza samooceny.

Metody pracy: wykład, uczestnictwo w ćwiczeniach coachingowych, prezentacja sesji przez trenerów w formie demo, praktyka w parach, omówienie doświadczeń i ćwiczeń w parach/w grupach/na forum, dyskusja, sesja pytań i odpowiedzi. W czasie części realizowanej zdalnie - analizy doświadczeń z praktyki uczestników - spotkanie zostanie przeprowadzone w formie rozmowy na żywo (sesja pytań i odpowiedzi).

Aby realizacja usługi pozwoliła osiągnąć cel główny, warunkiem jest zaangażowanie uczestnika w proponowane formy pracy.

Harmonogram

Liczba pozycji harmonogramu: 22

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin	Forma stacjonarna
1 z 22 -	Walidacja	-	07-10-2026	18:30	19:00	00:30	Nie

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin	Forma stacjonarna
2 z 22 Wprowadzenie do kursu. Potrzeby i oczekiwania uczestników w. Cele na proces rozwojowy.	Zajęcia	Agata Olszewska-Sarapata	09-10-2026	10:00	11:30	01:30	Tak
3 z 22 Czym jest coaching? Wprowadzenie do metody coachingu. Wprowadzenie do metody Body Connection™ Coaching. Grupowy proces Body Connection™ - słuchanie ciała.	Zajęcia	Agata Olszewska-Sarapata	09-10-2026	11:30	13:30	02:00	Tak
4 z 22 -	Przerwa	-	09-10-2026	13:30	14:30	01:00	Tak
5 z 22 Omówienie doświadczenia. Korzyści (i cele) płynące z łączenia coachingu i pracy z ciałem.	Zajęcia	Agata Olszewska-Sarapata	09-10-2026	14:30	16:00	01:30	Tak

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin	Forma stacjonarna
6 z 22 Sesja demonstracyjna Body Connection™ Coaching z tematem życiowym z omówieniem.	Zajęcia	Agata Olszewska-Sarapata	09-10-2026	16:00	18:00	02:00	Tak
7 z 22 Praktyka wprowadzająca w dzień. Praca w parach w dwie strony - sesje z tematem życiowym.	Zajęcia	Agata Olszewska-Sarapata	10-10-2026	10:00	12:45	02:45	Tak
8 z 22 Omówienie doświadczenia z praktyki w parach	Zajęcia	Agata Olszewska-Sarapata	10-10-2026	12:45	13:30	00:45	Tak
9 z 22 -	Przerwa	-	10-10-2026	13:30	14:30	01:00	Tak
10 z 22 Praca nad otwieraniem pytań - magia coachingu w pytaniach otwartych.	Zajęcia	Agata Olszewska-Sarapata	10-10-2026	14:30	15:30	01:00	Tak
11 z 22 Sesja grupowa "Ciało wie". Ciało przewodnikiem w procesie rozwojowym.	Zajęcia	Agata Olszewska-Sarapata	10-10-2026	15:30	17:30	02:00	Tak

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin	Forma stacjonarna
12 z 22 Moja relacja z ciałem. Ciało coacha źródłem informacji w procesie coachingo wym.	Zajęcia	Agata Olszewska-Sarapata	10-10-2026	17:30	18:00	00:30	Tak
13 z 22 Praktyka wprowadza jąca w dzień. Sesja demonstracyjna Body Connection™ Coaching: praca z bólem lub innym objawem w ciele. Omówienie.	Zajęcia	Agata Olszewska-Sarapata	11-10-2026	10:00	12:15	02:15	Tak
14 z 22 Praca w parach w jedną stronę - sesje z objawem w ciele.	Zajęcia	Agata Olszewska-Sarapata	11-10-2026	12:15	13:30	01:15	Tak
15 z 22 -	Przerwa	-	11-10-2026	13:30	14:30	01:00	Tak
16 z 22 Praca w parach w drugą stronę - sesje z objawem w ciele.	Zajęcia	Agata Olszewska-Sarapata	11-10-2026	14:30	15:45	01:15	Tak

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin	Forma stacjonarna
17 z 22 Omówienie doświadczeń pracy w parach.	Zajęcia	Agata Olszewska-Sarapata	11-10-2026	15:45	16:30	00:45	Tak
18 z 22 Jak budować relację z klientem - kluczowe aspekty pracy coacha.	Zajęcia	Agata Olszewska-Sarapata	11-10-2026	16:30	17:00	00:30	Tak
19 z 22 Kluczowe zasady w coachingu. Czym jest coaching a czym nie jest? Różnice między rolami i odpowiada nie na różnorodne potrzeby klienta.	Zajęcia	Agata Olszewska-Sarapata	11-10-2026	17:00	18:00	01:00	Tak
20 z 22 Sesja pytań i odpowiedzi na bazie doświadczeń z praktyki własnej. Podsumowanie modułu 1.	Zajęcia	Agata Olszewska-Sarapata	28-10-2026	18:00	19:40	01:40	Nie
21 z 22 -	Przerwa	-	28-10-2026	19:40	20:00	00:20	Nie
22 z 22 -	Walidacja	-	28-10-2026	20:00	20:30	00:30	Nie

Podsumowanie

Rodzaj godzin	Liczba godzin
Suma godzin zegarowych usługi	27:00
w tym suma godzin zajęć	22:40
w tym suma godzin walidacji	01:00
w tym suma przerw	03:20
Suma godzin dydaktycznych bez przerw	31:25

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 za 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, jeżeli 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	3 321,00 PLN
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	2 700,00 PLN
Koszt osobogodziny brutto	123,00 PLN
Koszt osobogodziny netto	100,00 PLN

Liczba godzin usługi

Rodzaj godzin	Liczba godzin
Liczba godzin zegarowych usługi	27:00

Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



1 z 1

Agata Olszewska-Sarapata

Psycholog, ICF Master Certified Coach, Trener, Twórca Body Connection™ Coaching – metody łączącej rozmowy coachingowe z głęboką pracą z ciałem. Terapeuta czaszkowo-krzyżowy oraz nauczyciel i terapeuta metody Life Impressions Bodywork, instruktor tanga argentyńskiego, kształci się w nurcie Recall Healing oraz Cichych Ustawieniach Systemowych Berta Hellingera. Ma 6-letnie doświadczenie w realizacji usług szkoleniowo-mentoringowych dla coachów oraz osób przygotowujących się do zdobycia zawodu coacha. Pasjonatka i propagatorka postawy ekologicznej w miejscu pracy i w społeczności. W ostatnich dwóch latach przeprowadziła min 120 godzin usług szkoleniowych o podobnej tematyce.

Informacje dodatkowe

Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Uczestnicy otrzymają materiały szkoleniowe "Body Connection™ Practitioner. Moduł 1 - Podstawy coachingu. Wprowadzenie do metody Body Connection™ Coaching." w formie wydruku (skrypt). Uczestnicy będą mieli również dostęp do platformy kursu, gdzie będą im udostępniane nagrania z prowadzonych sesji demo i ćwiczeń coachingowych.

Warunki uczestnictwa

Usługa jest zwolniona z VAT w przypadku, gdy uczestnik uzyskał możliwość dofinansowania udziału w usługach rozwojowych min 70%. Zapis z przypisanym ID wsparcia.

W przypadku braku dofinansowania lub przy dofinansowaniu poniżej 70% do ceny usługi zostanie doliczony podatek VAT w wysokości 23%.

Warunki niezbędne do osiągnięcia celu głównego są jednocześnie warunkami do otrzymania przez Uczestnika zaświadczenia o ukończeniu udziału w usłudze rozwojowej. Warunkiem uzyskania zaświadczenia jest uczestnictwo w co najmniej **80%** zajęć usługi rozwojowej oraz przystąpienie do walidacji. Po zakończeniu udziału w usłudze rozwojowej i spełnieniu założonych wymogów (szkoleniu), uczestnik otrzymuje odpowiednie zaświadczenie o jej ukończeniu oraz zobowiązuje się do wypełnienia ankiety oceny szkolenia w BUR.

Fakt uczestnictwa w szkoleniu oraz walidacji zostanie potwierdzony listą obecności i/lub raportem obecności wygenerowanym z ZOOM.

Informacje dodatkowe

1. Usługodawca nie jest podmiotem pełniącym funkcję Beneficjenta lub partnera w którymkolwiek Regionalnym Programie lub FER.
2. Podstawa zwolnienia z podatku VAT (w związku ze stawką VAT zw.): § 3 ust. 1 pkt 14 Rozporządzenia Ministra Finansów z dnia 20.12.2013r. w sprawie zwolnień od podatku od towarów i usług warunków stosowania tych zwolnień (Dz.U.Nr 2013 poz. 1722).
3. Szkolenie: "BodyConnection™ Practitioner. Moduł 1 - Podstawy coachingu. Wprowadzenie do metody BodyConnection™ Coaching." jest częścią programu BodyConnection™ Practitioner w ramach Szkoły Coachingu BodyConnection™ prowadzącym do certyfikacji BodyConnection Practitioner oraz BodyConnection Coach. Warunki certyfikacji określa regulamin Szkoły Coachingu BodyConnection: <https://agataolszewska.pl/wp-content/uploads/2025/11/REGULAMIN-UCZESTNICTWA-w-programie-BodyConnection-Practitioner.pdf>

Warunki techniczne

1. Program do spotkań online: ZOOM

2. Wymagania sprzętowe: System Windows z procesorem Intel Dual-Core o częstotliwości 2.XX GHz lub procesorem AMD (zalecane minimum 2 GB RAM). Mac z systemem MacOS 10.12 lub nowszym na wspieranym urządzeniu z procesorem Intel CPI (zalecane minimum 2 GB RAM).
3. Zainstalowany system operacyjny: Windows 7 z dodatkiem Service Pack 1 lub nowszy. Upewnij się, że masz zaktualizowane sterowniki. MacOS 10.12 lub nowszy na wspieranym Macu.
4. Zainstalowana przeglądarka internetowa: Ostatnie dwie główne wersje jednej z następujących przeglądarek: Google Chrome, Mozilla Firefox, Apple Safari, Microsoft Edge.
5. Minimalna wymagana przepustowość łącza: Przy transferze wychodzącym - minimum 300 kb/s. Przy transferze przychodzącym - minimum 300 kb/s.
6. Kamera, mikrofon i głośniki lub słuchawki.
7. Nie jest wymagana instalacja oprogramowania ani umiejętności informatyczne, aby dołączyć się do usługi.
8. Dołączenie następuje poprzez kliknięcie w link wysłany mailem do uczestników kursu przed usługą.

Adres

ul. Zakamycze 37b
30-240 Kraków
woj. małopolskie

Bliss House

Udogodnienia w miejscu realizacji usługi

- Klimatyzacja
- Wi-fi

Kontakt



Agata Olszewska-Sarapata

E-mail coaching.agata.olszewska@gmail.com

Telefon (+48) 668 820 300