



SZKOŁA

COACHINGU

EDUKACYJNEGO

Lilianna Kupaj

★★★★★ 4,7 / 5

210 ocen

Life Coaching Zmiany i Decyzji Życiowych. Program zaawansowany zgodny ze standardami ICF.

Numer usługi 2026/07/14/7323/3688323

🏠 Usługa szkoleniowa

📄 zdalna w czasie rzeczywistym

👥 Zajęcia grupowe

🕒 72:00 h

📅 13.09.2026 do 13.12.2026

5 750,00 PLN brutto

5 750,00 PLN netto

79,86 PLN brutto/h

79,86 PLN netto/h

166,67 PLN cena rynkowa ⓘ

Informacje podstawowe

Kategoria

Zdrowie i medycyna / Psychologia i rozwój osobisty

Grupa docelowa usługi

Usługa **coachingu zaawansowanego** skierowana jest do osób, które **ukończyły minimum 90-godzinny program coachingowy** (akredytowany lub zgodny ze standardami międzynarodowymi) i posiadają **ugruntowane podstawy teoretyczne oraz praktyczne w obszarze coachingu**.

Z coachingu zaawansowanego korzystają osoby, które:

- posiadają **doświadczenie w pracy coachingowej** (indywidualnej i/lub grupowej),
- znają i stosują **podstawowe modele coachingowe, strukturę sesji oraz kompetencje coachingowe**,
- pracują z klientami w obszarach: rozwoju osobistego, biznesu, edukacji, HR, przywództwa, zmiany zawodowej lub psychospołecznej,
- chcą **pogłębiać jakość swojej pracy**, a nie tylko poszerzać wiedzę teoretyczną.

Charakterystyka uczestników - są to osoby:

- świadome siebie, własnych zasobów i ograniczeń,
- gotowe do **pracy na poziomie tożsamości, wartości, przekonań oraz świadomości**,
- zainteresowane **pogłębionym rozumieniem procesów zmiany**, emocji, motywacji i mechanizmów decyzyjnych,
- otwarte na autorefleksję i informację zwrotną

Minimalna liczba uczestników

2

Maksymalna liczba uczestników

12

Data zakończenia rekrutacji	10-09-2026
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 zaawansowanych rozmów coachingowych. 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, m.in. zadawanie pytań pobudzających refleksję, metafory oraz techniki wizualizacji.	Prowadzi rozmowę z wykorzystaniem modeli coachingowych (np. GROW, poziomy Diltsa).	Obserwacja w warunkach symulowanych
	Dobiera adekwatne pytania coachingowe do celu rozmowy, stosuje techniki wspierające refleksję klienta.	Obserwacja w warunkach symulowanych
Stosuje aktualne kompetencje coachingowe ICF w pracy z klientem.	Prowadzi symulowaną sesję coachingową, stosując aktualne kompetencje coachingowe ICF, w szczególności aktywnie słucha, zadaje pytania pogłębiające świadomość klienta oraz wspiera klienta w przechodzeniu do działania.	Obserwacja w warunkach symulowanych
Rozpoznaje i nazywa swoje talenty z wykorzystaniem narzędzi diagnostycznych (np. TOP 5 Talentów Gallupa) oraz planuje ich rozwój zgodnie z zasadą zrównoważonego rozwoju.	Analizuje wyniki testu talentów.	Prezentacja
	Charakteryzuje swoje dominujące talenty.	Prezentacja
	Opracowuje plan wykorzystania talentów w życiu osobistym i zawodowym.	Prezentacja

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Charakteryzuje etapy i strukturę rozmowy coachingowej.	Omawia cele poszczególnych etapów procesu coachingowego.	Obserwacja w warunkach symulowanych
	Porządkuje etapy rozmowy coachingowej w odpowiedniej kolejności.	Obserwacja w warunkach symulowanych
Wspiera klienta w wyznaczaniu celów zgodnych z zasadami zrównoważonego rozwoju oraz dobrostanem klienta.	Formułuje cele zgodne z kryteriami SMART.	Obserwacja w warunkach symulowanych
	Dostosowuje cele do zasobów i możliwości klienta.	Obserwacja w warunkach symulowanych
Wspiera klienta w określaniu tempa pracy dostosowanego do jego zasobów i możliwości.	Dobiera tempo pracy adekwatnie do sytuacji klienta.	Obserwacja w warunkach symulowanych
	Identyfikuje sygnały przeciążenia klienta.	Obserwacja w warunkach symulowanych
	Proponuje działania wspierające równowagę i dobrostan klienta.	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

Łączny czas trwania usługi rozwojowej wynosi 72 godziny zegarowe.

Na 72 godziny zegarowe usługi składają się:

- **59 godz. 30 min zajęć szkoleniowych**, w tym **47 godz. 30 min zajęć praktycznych** oraz **12 godz. zajęć teoretycznych**,
- **3 godz. 30 min walidacji efektów uczenia się**,
- **9 godz. przerw**.

Łączny czas zajęć szkoleniowych i walidacji, bez przerw, wynosi 63 godziny zegarowe, co odpowiada 84 godzinom dydaktycznym (1 godzina dydaktyczna = 45 minut).

Przerwy są wliczone do całkowitego czasu trwania usługi.

Część teoretyczna obejmuje w szczególności miniwykłady, prezentacje, omówienie modeli, metod, standardów i zagadnień związanych z prowadzeniem procesu coachingowego.

Część praktyczna obejmuje w szczególności ćwiczenia warsztatowe, symulowane sesje coachingowe, pracę w parach i grupach, analizę przypadków, projektowanie procesów coachingowych, ćwiczenie narzędzi i modeli coachingowych, autorefleksję oraz informację zwrotną.

HARMONOGRAM KURSU

DZIEŃ 1 – Coaching zaawansowany jako proces

Cel dnia:

Przejście z myślenia „sesja” do myślenia „proces”.

Zakres tematyczny:

- Coaching zaawansowany – czym różni się od coachingu podstawowego
- Kontrakt coachingowy na poziomie procesu
- Odpowiedzialność coacha w długofalowej pracy z klientem
- Cele procesowe vs cele sesyjne
- Bezpieczeństwo psychiczne coacha i klienta

Ćwiczenia:

- Projektowanie 6–10-sesyjnego procesu coachingowego
- Analiza studiów przypadków
- Refleksja etyczna

DZIEŃ 2 – Modele coachingowe „bezpieczne” dla coacha

Cel dnia:

Ugruntowanie struktury i stabilności pracy coachingowej.

Zakres tematyczny:

- Modele strukturalne (bezpieczne ramy pracy)
- Praca na celu, zasobach i decyzjach
- Granice coachingu a inne formy wsparcia

Ćwiczenia:

- Sesje coachingowe na modelach strukturalnych
- Informacja zwrotna 360°
- Samoocena stylu pracy coacha

DZIEŃ 3 – Projektowanie procesu coachingowego

Cel dnia:

Budowanie spójnych procesów dopasowanych do klienta.

Zakres tematyczny:

- Diagnoza potrzeb klienta

- Punkty zwrotne w procesie zmiany
- Monitorowanie postępów klienta
- Zamykanie procesu coachingowego

Ćwiczenia:

- Tworzenie indywidualnych map procesów coachingowych
- Praca na realnych case'ach uczestników

DZIEŃ 4 – Coaching podążający – fundamenty i poziom zaawansowany

Cel dnia:

Wejście w coaching relacyjny i podążający.

Zakres tematyczny:

- Różnica: prowadzenie vs podążanie
- Obecność coacha i uważność
- Praca z ciszą, emocją i momentem „tu i teraz”
- Ryzyka coachingu podążającego
- Intuicja coachingowa vs struktura
- Praca z tym, co nieoczywiste
- Zaufanie do procesu i do siebie jako coacha

Ćwiczenia:

- Sesje coachingu podążającego
- Praca z nagraniami sesji
- Refleksja nad stylem interwencji coacha
- Sesje bez scenariusza
- Analiza mikrointerwencji
- Informacja zwrotna mistrzowska

DZIEŃ 5 – Psychologia w coachingu

Cel dnia:

Zrozumienie mechanizmów psychologicznych klienta.

Zakres tematyczny:

- Podstawy psychologii osobowości
- Mechanizmy obronne
- Motywacja, lęk, opór
- Różnice indywidualne w procesie zmiany

Ćwiczenia:

- Rozpoznawanie mechanizmów w sesjach
- Praca na case'ach psychologicznych (bez wchodzenia w terapię)

DZIEŃ 6 – Wewnętrzne dziecko w coachingu

Cel dnia:

Bezpieczne wprowadzanie pracy z doświadczeniem wewnętrznym.

Zakres tematyczny:

- Koncepcja wewnętrznego dziecka
- Wpływ doświadczeń wczesnych na dorosłe decyzje
- Granice coachingu w pracy z emocjami

Ćwiczenia:

- Sesje coachingowe z elementami pracy z wewnętrznym dzieckiem
- Ćwiczenia autorefleksyjne coacha

DZIEŃ 7 – Integracja narzędzi i modeli

Cel dnia:

Elastyczność i swoboda w doborze narzędzi.

Zakres tematyczny:

- Kiedy model, kiedy podążanie
- Łączenie narzędzi coachingowych
- Minimalizm interwencji

Ćwiczenia:

- Sesje integracyjne
- Praca na trudnych przypadkach

DZIEŃ 8 – Wejście na rynek coachingowy – praktyka zawodowa coacha

Cel dnia:

Ugruntowanie własnego stylu i pozycji zawodowej.

Zakres tematyczny:

- jak budować ofertę coachingową,
- jak mówić o coachingu klientom,
- jak wyceniać pracę,
- jak wygląda pierwsza współpraca coachingowa,
- etyka, kontrakt, granice w praktyce rynkowej.

Ćwiczenia:

- Autodiagnoza kompetencji
- Coaching koleżeński
- Przygotowanie do walidacji

DZIEŃ 9 – Walidacja, superwizja i mentoring

Cel dnia:

Potwierdzenie kompetencji i integracja doświadczeń.

Zakres:

- Sesje coachingowe zaliczeniowe
- Superwizja indywidualna i grupowa
- Mentoring rozwojowy
- Informacja zwrotna końcowa

Efekt dnia:

- Walidacja umiejętności coachingu zaawansowanego
- Rekomendacje rozwojowe
- Zamknięcie procesu edukacyjnego

Harmonogram

Liczba pozycji harmonogramu: 27

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
1 z 27 Coaching zaawansowany jako proces	Zajęcia	Lilianna Kupaj	13-09-2026	08:00	11:30	03:30
2 z 27 -	Przerwa	-	13-09-2026	11:30	12:30	01:00
3 z 27 Coaching zaawansowany jako proces	Zajęcia	Lilianna Kupaj	13-09-2026	12:30	16:00	03:30
4 z 27 Modele coachingowe „bezpieczne” dla coacha	Zajęcia	Lilianna Kupaj	19-09-2026	08:00	11:30	03:30
5 z 27 -	Przerwa	-	19-09-2026	11:30	12:30	01:00
6 z 27 Modele coachingowe „bezpieczne” dla coacha	Zajęcia	Lilianna Kupaj	19-09-2026	12:30	16:00	03:30
7 z 27 Projektowanie procesu coachingowego	Zajęcia	Lilianna Kupaj	20-09-2026	08:00	11:30	03:30
8 z 27 -	Przerwa	-	20-09-2026	11:30	12:30	01:00
9 z 27 Projektowanie procesu coachingowego	Zajęcia	Lilianna Kupaj	20-09-2026	12:30	16:00	03:30
10 z 27 Coaching podążający	Zajęcia	Lilianna Kupaj	03-10-2026	08:00	11:30	03:30
11 z 27 -	Przerwa	-	03-10-2026	11:30	12:30	01:00
12 z 27 Coaching podążający	Zajęcia	Lilianna Kupaj	03-10-2026	12:30	16:00	03:30

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
13 z 27 Wewnętrzne dziecko w coachingu	Zajęcia	Lilianna Kupaj	04-10-2026	08:00	11:30	03:30
14 z 27 -	Przerwa	-	04-10-2026	11:30	12:30	01:00
15 z 27 Wewnętrzne dziecko w coachingu	Zajęcia	Lilianna Kupaj	04-10-2026	12:30	16:00	03:30
16 z 27 Integracja narzędzi i modeli	Zajęcia	Lilianna Kupaj	07-11-2026	08:00	11:30	03:30
17 z 27 -	Przerwa	-	07-11-2026	11:30	12:30	01:00
18 z 27 Integracja narzędzi i modeli	Zajęcia	Lilianna Kupaj	07-11-2026	12:30	16:00	03:30
19 z 27 Wejście na rynek coachingowy – praktyka zawodowa coacha	Zajęcia	Lilianna Kupaj	08-11-2026	08:00	11:30	03:30
20 z 27 -	Przerwa	-	08-11-2026	11:30	12:30	01:00
21 z 27 Wejście na rynek coachingowy – praktyka zawodowa coacha	Zajęcia	Lilianna Kupaj	08-11-2026	12:30	16:00	03:30
22 z 27 Psychologia w coachingu	Zajęcia	Lilianna Kupaj	12-12-2026	08:00	11:30	03:30
23 z 27 -	Przerwa	-	12-12-2026	11:30	12:30	01:00
24 z 27 Psychologia w coachingu	Zajęcia	Lilianna Kupaj	12-12-2026	12:30	16:00	03:30

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
25 z 27 Sesje coachingowe zaliczeniowe. Mentoring.	Zajęcia	Lilianna Kupaj	13-12-2026	08:00	11:30	03:30
26 z 27 -	Przerwa	-	13-12-2026	11:30	12:30	01:00
27 z 27 -	Walidacja	-	13-12-2026	12:30	16:00	03:30

Podsumowanie

Rodzaj godzin	Liczba godzin
Suma godzin zegarowych usługi	72:00
w tym suma godzin zajęć	59:30
w tym suma godzin walidacji	03:30
w tym suma przerw	09:00
Suma godzin dydaktycznych bez przerw	84:00

Cennik

Cennik

Rodzaj ceny	Cena
Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	5 750,00 PLN
Podmiot uprawniony do zwolnienia z VAT na podstawie art. 43 ust. 1 ustawy o VAT	
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	5 750,00 PLN
Koszt osobogodziny brutto	79,86 PLN
Koszt osobogodziny netto	79,86 PLN
W tym koszt walidacji brutto	1 000,00 PLN
W tym koszt walidacji netto	1 000,00 PLN

W tym koszt certyfikowania brutto

1 500,00 PLN

W tym koszt certyfikowania netto

1 500,00 PLN

Liczba godzin usługi

Rodzaj godzin

Liczba godzin

Liczba godzin zegarowych usługi

72:00

Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



1 z 1

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.

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, przekonaniami, celami i wartościami.

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.**

Warunki uczestnictwa

Warunki uczestnictwa

- Ukończone 21 lat.
- **Obowiązek uczestnictwa w minimum 80% zajęć**
- **ukończyły minimum 90-godzinny program coachingowy** (akredytowany lub zgodny ze standardami międzynarodowymi) i posiadają **ugruntowane podstawy teoretyczne oraz praktyczne w obszarze coachingu.**
- 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.

Sposób potwierdzania frekwencji na szkoleniu lista obecności oraz zdjęcia ekranu zoom.

Informacje dodatkowe

Szkoła Coachingu Edukacyjnego Lilianna Kupaj realizuje certyfikację w systemie International Association of Coaching Institutes (ICI) zgodnie z posiadanymi uprawnieniami i standardami ICI. Dokument potwierdzający uprawnienie jest załączony w tej karcie usługi.

Niniejsza usługa stanowi **drugi etap ścieżki kształcenia coachingowego prowadzącej do uzyskania certyfikatu Expert Coaching Skills, ICI**. Warunkiem udziału w usłudze jest wcześniejsze ukończenie 90-godzinnego programu podstawowego z zakresu coachingu. Uzyskanie certyfikatu **Expert Coaching Skills, ICI** następuje po spełnieniu wymagań całej ścieżki kształcenia przewidzianej dla tego poziomu oraz pozytywnym zakończeniu wymaganej walidacji.

Program usługi rozwija kompetencje coachingowe w odniesieniu do aktualnego modelu kompetencji International Coaching Federation (ICF). Odniesienie do standardów ICF dotyczy standardu merytorycznego program nie oznacza, że usługa jest akredytowana lub certyfikowana przez ICF .

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

Telefon (+48) 459 115 422