



TALLENTO S.C.

★★★★★ 4,9 / 5

1 017 ocen

Szkoła Trenera - Train the Trainers

Numer usługi 2026/09/03/120192/3787644

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

📅 20.10.2026 do 16.12.2026

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

19-10-2026

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 prowadzi blok szkoleniowy z zachowaniem podstawowej struktury i celu.	Uczestnik przedstawia werbalną refleksję na temat swojej tożsamości trenerskiej, uwzględniając kluczowe zasady etyczne. Uczestnik samodzielnie przeprowadza fragment mikroszkolenia w oparciu o przygotowany konspekt, realizując wyznaczone cele dydaktyczne.	Debata ustrukturyzowana Obserwacja w warunkach symulowanych
Uczestnik reaguje proaktywnie na typowe trudne sytuacje i zachowania w grupie (np. opór, monopolizowanie), dbając o bezpieczeństwo psychologiczne. Uczestnik wyjaśnia kluczowe zasady andragogiki oraz stosuje podstawowe wnioski z neurodydaktyki w projektowaniu i prowadzeniu sesji.	Uczestnik proponuje adekwatną interwencję na podstawie symulowanej, trudnej sytuacji na sali szkoleniowej (np. opór, niska energia). Uczestnik identyfikuje i uzasadnia zastosowanie co najmniej 3 filarów uczenia dorosłych w analizowanym fragmencie szkolenia lub podczas własnego prowadzenia	Obserwacja w warunkach symulowanych 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	Obserwacja w warunkach symulowanych

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 – SKRZYŃKA 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 - Uczestnik samodzielnie przeprowadza fragment mikroszkolenia w oparciu o przygotowany konspekt, realizując wyznaczone cele dydaktyczne.

Harmonogram

Liczba pozycji harmonogramu: 26

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
1 z 26 MODUŁ 1 – START: TWOJA SALA.TWOJA PEWNOŚĆ. TWÓJ WPŁYW.	Zajęcia	Marzena Grochowska	20-10-2026	09:00	12:00	03:00
2 z 26 -	Przerwa	-	20-10-2026	12:00	13:00	01:00
3 z 26 MODUŁ 1 – Ja - trener. Fundamenty zawodu. Tożsamość trenerska. Warsztat umiejętności trenerskich	Zajęcia	Marzena Grochowska	20-10-2026	13:00	15:00	02:00
4 z 26 MODUŁ 2 – ARCHITEKT ZMIANY.	Zajęcia	Ewa Załupska	21-10-2026	09:00	12:00	03:00
5 z 26 -	Przerwa	-	21-10-2026	12:00	13:00	01:00
6 z 26 MODUŁ 2 – Projektowanie szkoleń, które mają sens i dają rezultat.	Zajęcia	Ewa Załupska	21-10-2026	13:00	15:00	02:00

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
7 z 26 MODUŁ 3 – SKRZYNKA Z NARZĘDZIAMI	Zajęcia	Ewa Załupska	17-11-2026	09:00	12:00	03:00
8 z 26 -	Przerwa	-	17-11-2026	12:00	13:00	01:00
9 z 26 MODUŁ 3 – Rozbudowa warsztatu metodycznego	Zajęcia	Ewa Załupska	17-11-2026	13:00	15:00	02:00
10 z 26 MODUŁ 3 Praca z materiałami: projektowanie kart pracy, prezentacji, quizów.	Zajęcia	Marzena Grochowska	18-11-2026	09:00	12:00	03:00
11 z 26 -	Przerwa	-	18-11-2026	12:00	13:00	01:00
12 z 26 MODUŁ 3 Toolbox trenera – zbiór sprawdzonych narzędzi i formatów.	Zajęcia	Marzena Grochowska	18-11-2026	13:00	15:00	02:00
13 z 26 MODUŁ 4 – ENERGIA GRUPY.	Zajęcia	Marzena Grochowska	01-12-2026	09:00	12:00	03:00
14 z 26 -	Przerwa	-	01-12-2026	12:00	13:00	01:00
15 z 26 MODUŁ 4 – Zrozumienie procesów grupowych i zarządzanie dynamiką.	Zajęcia	Marzena Grochowska	01-12-2026	13:00	15:00	02:00

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
16 z 26 MODUŁ 4 - Praca z grupą "trudną" – techniki reagowania	Zajęcia	Ewa Załupska	02-12-2026	09:00	12:00	03:00
17 z 26 -	Przerwa	-	02-12-2026	12:00	13:00	01:00
18 z 26 MODUŁ 4 - Rozpoznawanie ról grupowych i zarządzanie nimi.	Zajęcia	Ewa Załupska	02-12-2026	13:00	15:00	02:00
19 z 26 MODUŁ 5 – ZA KURTYNĄ: JAK ŻYJE TRENER.	Zajęcia	Ewa Załupska	15-12-2026	09:00	12:00	03:00
20 z 26 -	Przerwa	-	15-12-2026	12:00	13:00	01:00
21 z 26 MODUŁ 5 – Od sali do biznesu – jak pracować, zarabiać, rozwijać się i nie wypalić?	Zajęcia	Ewa Załupska	15-12-2026	13:00	15:00	02:00
22 z 26 MODUŁ 6 – SCENA JEST TWOJA.	Zajęcia	Marzena Grochowska	16-12-2026	09:00	10:00	01:00
23 z 26 Superwizja – obserwacja + feedback wielostronny (grupa, trenerzy).	Zajęcia	Marzena Grochowska	16-12-2026	10:00	12:00	02:00
24 z 26 -	Przerwa	-	16-12-2026	12:00	13:00	01:00

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
25 z 26 MODUŁ 6 - Supervizja – obserwacja + feedback wielostronny (grupa, trenerzy).	Zajęcia	Marzena Grochowska	16-12-2026	13:00	14:30	01:30
26 z 26 -	Walidacja	-	16-12-2026	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 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	6 765,00 PLN
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	5 500,00 PLN
Koszt osobogodziny brutto	140,94 PLN

Liczba godzin usługi

Rodzaj godzin	Liczba godzin
Liczba godzin zegarowych usługi	48:00

Prowadzący

Liczba prowadzących: 2



1 z 2

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.



2 z 2

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

Informacje dodatkowe

Walidacja jest ustalana indywidualnie z uczestnikiem usługi i odbędzie się w okresie od 16-12-2026 r. do 24-12-2026 r. Termin walidacji dostępny będzie u osoby nadzorującej usługę po stronie Dostawcy Usług.

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 kb/s, min upload: 384 kb/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