



BIZYOU SPÓŁKA Z  
OGRANICZONĄ  
ODPOWIEDZIALNOŚ  
CIĄ



## Pomiar odporności wg modelu MTQPlus

Numer usługi 2025/04/15/116773/2691919

📍 zdalna w czasie rzeczywistym

🏠 Usługa szkoleniowa

🕒 21 h

📅 08.09.2025 do 15.09.2025

3 690,00 PLN brutto

3 000,00 PLN netto

175,71 PLN brutto/h

142,86 PLN netto/h

## Informacje podstawowe

|                                 |                                                                                                                                 |
|---------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Kategoria                       | Biznes / Zarządzanie przedsiębiorstwem                                                                                          |
| Identyfikator projektu          | Akademia HR                                                                                                                     |
| Sposób dofinansowania           | wsparcie dla osób indywidualnych<br>wsparcie dla pracodawców i ich pracowników                                                  |
| Grupa docelowa usługi           | Przznaczona jest dla menedżerów, trenerów, coachów i ekspertów, specjalistów, dyrektorów HR oraz personalnych, właścicieli firm |
| Minimalna liczba uczestników    | 3                                                                                                                               |
| Maksymalna liczba uczestników   | 12                                                                                                                              |
| Data zakończenia rekrutacji     | 01-09-2025                                                                                                                      |
| Forma prowadzenia usługi        | zdalna w czasie rzeczywistym                                                                                                    |
| Liczba godzin usługi            | 21                                                                                                                              |
| Podstawa uzyskania wpisu do BUR | Standard Usługi Szkoleniowo-Rozwojowej PIFS SUS 2.0                                                                             |

## Cel

### Cel edukacyjny

Uczestnik zostanie przygotowany do prezentowania wyników badań, do analizowania przypadków i nawiązania do innych praktyk L&D, HR, Coaching, do prowadzenia merytorycznej dyskusji w gronie praktyków i wymiany doświadczeń, do ćwiczeń interpretacyjnych na skalach, do opracowywania i pracy na raportach i symulacjach sesji informacji zwrotnych oraz do obsługiwanie kont internetowych.

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

| Efekty uczenia się  | Kryteria weryfikacji                       | Metoda walidacji |
|---------------------|--------------------------------------------|------------------|
| Znajomość modelu 4C | 75% poprawnych odpowiedzi na teście wiedzy | Test teoretyczny |

# **Kwalifikacje**

## **Kompetencje**

Usługa prowadzi do nabycia kompetencji.

### **Warunki uznania kompetencji**

**Pytanie 1. Czy dokument potwierdzający uzyskanie kompetencji zawiera opis efektów uczenia się?**

Zaświadczenie zawiera opis efektów uczenia się:

- znajomość modelu 4C
- prowadzenie sesji coachingowo-feedbackowej w oparciu o model
- planowanie rozwoju w oparciu o model odporności psychicznej

**Pytanie 2. Czy dokument potwierdza, że walidacja została przeprowadzona w oparciu o zdefiniowane w efektach uczenia się kryteria ich weryfikacji?**

Tak, zaświadcza zaliczenie testu wiedzy na zakończenie szkolenia.

**Pytanie 3. Czy dokument potwierdza zastosowanie rozwiązań zapewniających rozdzielenie procesów kształcenia i szkolenia od walidacji?**

Tak, zaświadczenie potwierdza oddzielenie procesów kształcenia od walidacji.

# **Program**

Cześć 1 – Przygotowanie

Wypełnienie własnego kwestionariusza MTQPlus

- Wysyłka materiałów przedsoleniowych

Część 2 – I dzień szkolenia on-line 9:00 – 16:00

- Wprowadzenie do odporności - 09:00-10:45
- Definiowanie odporności jako kompetencji-10:45- 11:00
- Mity związane z odpornością 11:00-11:45
- Przegląd skal -rozmowa na żywo11:45- 12:15
- Omówienie skal poprzez szanse oraz zagrożenia 12:45-13:30
- Przełomowe badania o odporności psychicznej - 13:30-14:15

- Psychometria w mierzeniu odporności -14:15- 14:30
- Organizacja testu 14:30-14:40
- Interpretacja wyników 14:40-15:10
- Struktura sesji coachingowo-feedbackowej 15:10-16:00
- Program zawiera 30 minut przerw

Sesje coachingowo-feedbackowe - 4 godz. w dniach między sesjami - samodzielne praktykowanie uczestników

Część 3 – II dzień szkolenia on-line 09:00 – 16.00

- Omówienie doświadczeń feedbackowo-coachingowych po własnym badaniu MTQPlus, oraz zastosowanie praktyczne rozwoju odporności w kompetencjach menadżerski i -09:15-11:00
- Omówienie korelacji wynikających z indywidualnych raportów po badaniu MTQPlus -11:00- 11:45
- Omówienie psychometrii pod kątem rzetelności i trafności - 11:45- 12:15
- Omówienie modelu 4C - 12:45-13:15
- Organizacja testu - 13:30-14:15
- Ćwiczenie z przykładowymi raportami -14:15- 14:45
- Zasady sesji coachingowo-feedbackowe 14:45-15:00
- Organizacja współpracy według testów MTQPlus 15:00-16:00
- Program zawiera 30 minut przerw

Część 4 – Wsparcie organizacyjne

- Założenie kont lub integracja z kontem MTQPlus 16:00-16:20
- Wysłanie instrukcji technicznych i testu walidacyjnego 16:20-18:00

## Harmonogram

Liczba przedmiotów/zajęć: 3

| Przedmiot / temat zajęć                 | Prowadzący       | Data realizacji zajęć | Godzina rozpoczęcia | Godzina zakończenia | Liczba godzin |
|-----------------------------------------|------------------|-----------------------|---------------------|---------------------|---------------|
| <b>1 z 3</b> I dzień szkolenia on-line  | Katarzyna Lorenc | 08-09-2025            | 09:00               | 16:00               | 07:00         |
| <b>2 z 3</b> II dzień szkolenia on-line | Katarzyna Lorenc | 15-09-2025            | 09:00               | 16:00               | 07:00         |
| <b>3 z 3</b> walidacja                  | -                | 15-09-2025            | 16:00               | 18:00               | 02:00         |

## Cennik

### Cennik

| Rodzaj ceny                               | Cena         |
|-------------------------------------------|--------------|
| Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto | 3 690,00 PLN |
| Koszt przypadający na 1 uczestnika netto  | 3 000,00 PLN |

---

**Koszt osobogodziny brutto**

175,71 PLN

---

**Koszt osobogodziny netto**142,86 PLN

---

## Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



1 z 1

### Katarzyna Lorenc

Katarzyna Lorenc Z wykształcenia ekonomista o specjalizacji strategia przedsiębiorczości i polityka gospodarcza. Prezes Outsourcingu HR Lu-Bi Sp. z o.o. oraz firmy badawczo-doradczej BizYou Sp. z o.o., gdzie nadzoruje projekty badawcze, zmian kultury organizacyjnej oraz postaw i wzrostu wyników sprzedażowych. W swojej pracy wykorzystuje wieloletnie doświadczenie z zakresu badań organizacyjnych, myślenia systemowego, zarządzania projektami. Posiada ponad 20 letnie doświadczenie pracy w konsultingu, szkoleniach i coachingu. Jest koordynatorem projektów nastawionych na wzrost efektywności pracy dla korporacji polskich i międzynarodowych oraz konsultantem projektów przekształceń organizacyjnych i zmiany postaw. Wyróżniona 5 miejscem w rankingu wschodzących gwiazd biznesu Gazety Prawnej. Wiceprzewodnicząca Wojewódzkiej Rady Rynku Pracy oraz wiceprezes Zarządu BCC, wicekanclerz Łoży Warszawskiej Business Center Club oraz Ekspert BCC ds. rynku pracy oraz zarządzania i efektywności pracy. Inicjator, pomysłodawczyni oraz Przewodnicząca Kapituły ogólnopolskiego Konkursu „Pracownik Roku”. We współpracy z brytyjskim partnerem – światowym ekspertem w dziedzinie narzędzi psychometrycznych – firmą AQR Ltd. oraz Uniwersytetem w Hull, dostarcza najwyższej jakości narzędzi pomiaru i stale prowadzi badania nad efektywnością pracowników i menedżerów. W roku 2007 przeprowadziła unikatowe badania wpływu siły i odporności psychicznej na efektywność pracowników.

## Informacje dodatkowe

### Informacje o materiałach dla uczestników usługi

- Materiały on-line do ćwiczeń
  - Wsparcie trenera i opiekuna
  - 1 jednostki badania
  - Przeprowadzenie ankiety poszkoleniowej
  - Dostęp do platformy i indywidualnego konta
  - Zestaw artykułów i podręcznik techniczny
  - Prezentację ze szkolenia
- Usługa realizowana jest w godzinach dydaktycznych tj. za godzinę usługi szkoleniowej rozumie się 45 minut

### Informacje dodatkowe

Na podstawie § 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 (tekst jednolity Dz.U. z 2020 r., poz. 1983).

# Warunki techniczne

Dostęp do platformy MS Teams.

Komputer stacjonarny/laptop, kamera wbudowana/na USB, mikrofon, słuchawki/ głośniki, system operacyjny minimum Windows XP/MacOS High Sierra, min 2 GB pamięci RAM, pamięć dysku minimum 10GB, łącze internetowe minimum 10 kb/s,

Oprogramowanie: Pakiet MS Office lub Open Office dla Windows/Linux lub Key Note lub Pages dla MacOS.

Przeglądarka internetowa: Windows: Internet Explorer 11+, Edge 12+, Firefox 27+, Chrome 30+, MacOS: Safari 7+, Firefox 27+,Chrome 30+, Linux: Firefox 27+, Chrome 30+.

Łącze internetowe: prędkość pobierania min 512 kbps.

Link umożliwiający uczestnictwo w spotkaniu on-line będzie aktywny przez cały okres trwania szkolenia.

## Kontakt



**Monika Czech-Dudek**

**E-mail** [mczech@bizyou.pl](mailto:mczech@bizyou.pl)

**Telefon** (+48) 690 893 619