

BodyConnection

Agata Olszewska-Sarapata

★★★★★ 4,9 / 5

616 ocen

**Szkolenie: BodyConnection™ Practitioner.
Moduł 2 - Pełna sesja coachingowa.**

Numer usługi 2025/07/06/34566/2860599

📍 zdalna w czasie rzeczywistym

🏠 Usługa szkoleniowa

🕒 20 h

📅 09.01.2026 do 11.02.2026

1 800,00 PLN brutto

1 800,00 PLN netto

90,00 PLN brutto/h

90,00 PLN netto/h

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, 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	08-01-2026
Forma prowadzenia usługi	zdalna w czasie rzeczywistym
Liczba godzin usługi	20
Podstawa uzyskania wpisu do BUR	Znak Jakości Małopolskich Standardów Usług Edukacyjno-Szkoleniowych (MSUES) - wersja 2.0

Cel

Cel edukacyjny

Szkolenie przygotowuje do samodzielnego przeprowadzenia pełnej sesji coachingowej (zbudowania relacji, precyzyjnego określenia celu na sesję, przeprowadzenia klienta przez etap pogłębiania świadomości i wniosków, ustalenia planu działania i domknięcia sesji) oraz do skutecznego wykorzystywania wyobraźni w procesie coachingowym.

Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Przeprowadza pełną sesję coachingową.	Identyfikuje kolejne etapy sesji coachingowej zgodnie ze Strzałą Coachingową. Uwzględnia wszystkie te etapy w prowadzonych sesjach. Zadaje adekwatne pytania do każdego z etapów.	Test teoretyczny
	Stosuje zasady komunikacji interpersonalnej wspierające przebieg prowadzonych procesów.	Wywiad ustrukturyzowany
Przeprowadza proces kontraktowania w coachingu. Precyzyjnie określa cel na sesję coachingową.	Identyfikuje korzyści z przeprowadzonego precyzyjnie kontraktowania w procesie coachingowym. Zadaje pytania klaryfikujące cel. Ustala z klientem jasny cel na sesję.	Test teoretyczny
	Omawia zasady etyki w pracy coacha.	Wywiad ustrukturyzowany
Buduje proces coachingowy z wykorzystaniem wyobraźni.	Wykorzystuje wyobraźnię w procesie coachingowym. Definiuje i wdraża asocjację i dysocjację w coachingu. Uwzględnia preferencje klienta (wzrokowa, słuchowa, kinestetyczna) w celu maksymalizacji skuteczności coachingu. Stosuje wybrane ramy "Jak gdybyś".	Test teoretyczny
		Wywiad ustrukturyzowany
Korzysta z głosu by zmaksymalizować rezultaty procesu coachingowego.	Rozróżnia tony głosu w coachingu i dostosowuje ton głosu do etapu sesji.	Test teoretyczny
Korzysta z informacji płynących z ciała na każdym etapie sesji coachingowej.	Wprowadza pytania pozwalające na korzystanie z informacji płynących z ciała na każdym etapie sesji w zależności od potrzeb klienta.	Wywiad ustrukturyzowany
		Test teoretyczny
		Wywiad ustrukturyzowany

Kwalifikacje

Kompetencje

Usługa prowadzi do nabycia kompetencji.

Warunki uznania kompetencji

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

TAK

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

TAK

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

TAK

Program

23.10. Początkowe sprawdzenie wiedzy i umiejętności.

25.10. Dzień 1:

1. Praktyka wprowadzająca w moduł 1.
2. Konstrukcje pracy z wyobraźnią - jak budować wizualizację w asocjacji.
3. Modalności i preferencje językowe klienta
4. Rama "jak gdybyś" - różne opcje pracy z wyobraźnią.
5. Sesja demonstracyjna z omówieniem
6. Asocjacja i dysocjacja w coachingu w pracy z wyobraźnią.

26.10. Dzień 2:

1. Przedstawienie Strzały Coachingowej - pełna struktura sesji.
2. Sesja demonstracyjna pełnej sesji coachingowej.
3. Włączanie pytań z poziomu ciała na każdym etapie rozmowy coachingowej.
4. Praca głosem w coachingu - omówienie tonów głosu.
5. Pogłębienie procesu klaryfikacji celu na sesję. Kontraktowanie.

19.11. Dzień 3. Sesja pytań i odpowiedzi na bazie doświadczeń z praktyki własnej. Podsumowanie modułu 2.

Szkolenie jest realizowane w godzinach dydaktycznych (1 godzina = 45 min). Przerwy nie są wliczone w czas usługi rozwojowej.

Łącznie szkolenie obejmuje 18,7 godziny.

Walidacja obejmuje łącznie 1,3 godziny.

Teoria obejmuje 30 % czasu szkolenia.

Praktyka obejmuje 70% czasu szkolenia.

Usługa zostanie przeprowadzona w formie zdalnej w czasie rzeczywistym (w tym walidacja w formie arkusza samooceny i testu wiedzy).

Poziom kompetencji zostanie zweryfikowany przed i po usłudze rozwojowej.

Szkolenie będzie prowadzone przez dwóch trenerów: Agata Olszewska-Sarapata oraz Katarzyna Kuzak.

Metody pracy: wykład, uczestnictwo w ćwiczeniach coachingowych, prezentacja sesji przez trenerów w formie demo, praktyka w parach (w pokojach wirtualnych), omówienie doświadczeń i ćwiczeń w parach/w grupach/na forum, dyskusja, sesja pytań i odpowiedzi.

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

Harmonogram

Liczba przedmiotów/zajęć: 20

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
1 z 20 Początkowe sprawdzenie poziomu wiedzy i umiejętności.	-	09-01-2026	18:30	19:00	00:30
2 z 20 Wprowadzenie do modułu 2. Praca z wyobraźnią w asocjacji - praktyka grupowa.	Agata Olszewska-Sarapata	10-01-2026	09:00	10:30	01:30
3 z 20 Przerwa	Agata Olszewska-Sarapata	10-01-2026	10:30	10:45	00:15
4 z 20 Budowanie procesu opartego na wizualizacji. Modalności (preferencje - wzrokowa, słuchowa, kinestetyczna).	Agata Olszewska-Sarapata	10-01-2026	10:45	11:45	01:00
5 z 20 Sesja demonstracyjna z omówieniem.	Agata Olszewska-Sarapata	10-01-2026	11:45	13:00	01:15
6 z 20 Przerwa	Agata Olszewska-Sarapata	10-01-2026	13:00	14:30	01:30
7 z 20 Praca w parach w dwie strony.	Agata Olszewska-Sarapata	10-01-2026	14:30	16:00	01:30
8 z 20 Przerwa	Agata Olszewska-Sarapata	10-01-2026	16:00	16:15	00:15

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
9 z 20 Asocjacja i dysocjacja w coachingu. Rama "jak gdybyś" - różne opcje pracy z wyobraźnią.	Agata Olszewska-Sarapata	10-01-2026	16:15	17:00	00:45
10 z 20 Przedstawienie Strzały Coachingowej - pełnej struktury sesji.	Agata Olszewska-Sarapata	11-01-2026	09:00	09:30	00:30
11 z 20 Sesja demonstracyjna pełnej sesji coachingowej. Włączanie pytań z poziomu ciała na każdym etapie rozmowy coachingowej - omówienie.	Agata Olszewska-Sarapata	11-01-2026	09:30	10:30	01:00
12 z 20 Przerwa	Agata Olszewska-Sarapata	11-01-2026	10:30	10:45	00:15
13 z 20 Praca w parach	Agata Olszewska-Sarapata	11-01-2026	10:45	12:15	01:30
14 z 20 Omówienie doświadczenia pracy w parach.	Agata Olszewska-Sarapata	11-01-2026	12:15	13:00	00:45
15 z 20 Przerwa obiadowa	Agata Olszewska-Sarapata	11-01-2026	13:00	14:30	01:30
16 z 20 Pogłębienie procesu klaryfikacji celu na sesję. Kontraktowanie.	Agata Olszewska-Sarapata	11-01-2026	14:30	15:45	01:15
17 z 20 Przerwa	Agata Olszewska-Sarapata	11-01-2026	15:45	16:00	00:15

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
18 z 20 Praca głosem w coachingu.	Agata Olszewska-Sarapata	11-01-2026	16:00	17:00	01:00
19 z 20 Sesja pytań i odpowiedzi na bazie doświadczeń z praktyki własnej. Podsumowanie modułu 2.	Agata Olszewska-Sarapata	11-02-2026	18:00	20:00	02:00
20 z 20 Walidacja (arkusz samooceny oraz test).	-	11-02-2026	20:00	20:30	00:30

Cennik

Cennik

Rodzaj ceny	Cena
Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	1 800,00 PLN
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	1 800,00 PLN
Koszt osobogodziny brutto	90,00 PLN
Koszt osobogodziny netto	90,00 PLN

Prowadzący

Liczba prowadzących: 2



1 z 2

Katarzyna Kuzak

Psycholog, ICF Master Certified Coach, Trener, Twórca Modelu Motyla™ – innowacyjnego podejścia do sesji coachingowych, autorka publikacji naukowych w dziedzinie coachingu. Założycielka Szkoły Coachingu Katarzyna Kuzak. Poza ekspertyzą w coachingu, rozwija umiejętności psychoterapeutyczne (Psychoterapia Systemowa), kształci się w nurcie Recall Healing oraz Cichych Ustawieniach Systemowych Berta Hellingera. Ma 6-letnie doświadczenie w realizacji usług szkoelniowo-mentoringowych dla coachów i osób przygotowujących się do zawodu coacha (min

120 godz. w ostatnich dwóch latach). W ostatnich dwóch latach przeprowadziła min 120 godzin usług szkoleniowych o podobnej tematyce.



2 z 2

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. Pasjonatka i propagatorka postawy ekologicznej w miejscu pracy i w społeczności. Ma 6-letnie doświadczenie w realizacji usług szkoleniowo-mentoringowych dla coachów oraz osób przygotowujących się do zdobycia zawodu coacha. 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 2 - Pełna sesja coachingowa." w formie pdf do wydruku (skrypt).

Uczestnicy będą mieli również dostęp do platformy kursu, gdzie będą im udostępniane nagrania z prowadzonych sesji demo.

Warunki uczestnictwa

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

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

Szkolenie: "Body Connection™ Practitioner. Moduł 2 - Pełna sesja coachingowa. Zielone kompetencje coacha." jest częścią kursu Body Connection™ Practitioner w ramach Szkoły Coachingu Body Connection™. Po każdym module uczestnik otrzyma zaświadczenie o uczestnictwie w danym module kursu. By uzyskać certyfikat ukończenia kursu "Body Connection™ Practitioner" wymagane jest ukończenie modułów 1-5 oraz indywidualnego mentoringu.

Nie ma możliwości uczestnictwa tylko w wybranych modułach.

Informacje dodatkowe

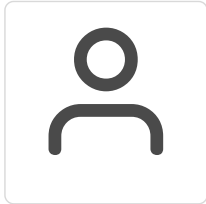
Godzina usługi szkoleniowej = 45 min. Przerwy nie są wliczone w czas trwania usługi.

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.

Kontakt



Agata Olszewska-Sarapata

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

Telefon (+48) 668 820 300