

## HARMOGRAM ZAJĘĆ W SZKOLE PROFESJONALNEGO COACHINGU

XLVIII edycja (zimowa) 2024

### ETAP 1 – METODOLOGIA COACHINGU

| Nr modułu    | Data zjazdu | Tematyka zajęć   | Liczba godzin lekcyjnych | Trener   |
|--------------|-------------|--|--------------------------|----------|
| 1            | 23-25.02.24 | Sesja organizacyjna i integracyjna. Wprowadzenie do metody coachingu.<br><b>Komunikacja w coachingu.</b> Aktywne słuchanie. Komunikacja bezpośrednia. Rodzaje pytań w coachingu. Metamodel. Metaprogramy. Metakomunikacja.                   | 28                       | KN       |
| 2            | 20-24.03.24 | <b>Trening interpersonalny.</b> Rozwijanie umiejętności interpersonalnych. <i>(Sesja wyjazdowa: śr–nd)</i>   | 45                       | MK<br>BK |
| 3            | 19-21.04.24 | <b>Warsztaty coachingu w praktyce, cz. 1</b><br>Podstawy pracy w paradygmacie poznawczym. Badanie potrzeb. Kontrakt. Cele w coachingu. Eksploracja zasobów. Analiza pola sił i planowanie procesu coachingu. Zarządzanie zmianą.             | 28                       | LZ       |
| 4            | 17-19.05.24 | <b>Warsztaty coachingu w praktyce, cz. 2</b><br>Style uczenia się. Cykl Kolba. Modele coachingu. Zunifikowane pole Diltsa. Konstruowanie sesji i zadań coachingowych. Monitorowanie postępu i zamykanie procesu zmian.                       | 28                       | MK       |
| 5            | 14-16.06.24 | <b>Podstawy pracy w paradygmacie poznawczo-behawioralnym</b><br>Praca w obszarze poznawczym. Semantyka przekonań. Tworzenie przekonań wspierających. Budowanie motywacji klienta. Integrowanie poziomu poznawczego z poziomem behawioralnym. | 28                       | JW       |
| 6            | 5-7.07.24   | <b>Trening kontaktu z klientem.</b><br>Budowanie relacji z „trudnym” klientem. Praca z oporem i motywacją. Mechanizmy obronne. Zjawisko przeniesienia i przeciwprzeniesienia. Trening umiejętności coachingowych.                            | 28                       | PL       |
| Podsumowanie |             | <i>Na tym etapie uczestnik poznaje specyfikę coachingu i sposób pracy z klientem. Etap ten jest przygotowaniem do przeprowadzania sesji w oparciu o podstawowe modele coachingowe.</i>   | łącznie<br>185           | *        |

### ETAP 2 – NARZĘDZIA COACHINGOWE

| Nr modułu    | Data zjazdu | Tematyka zajęć  | Liczba godzin lekcyjnych | Trener   |
|--------------|-------------|---|--------------------------|----------|
| 7            | 16-18.08.24 | <b>Warsztaty technik skoncentrowanych na rozwiązaniach.</b><br>Podejście SFA ( <i>Solution Focused Approach</i> ) w coachingu. Praca z klientem w perspektywie nadawania użytecznych znaczeń.   | 28                       | TŚ       |
| 8            | 13-15.09.24 | <b>Warsztaty technik poznawczo-behawioralnych w coachingu</b><br>Podejście RTZ (Racjonalna Terapia Zachowań) w coachingu. Praca w obszarze wartości. Ćwiczenia technik poznawczo-behawioralnych w coachingu.  | 28                       | MS       |
| 9            | 11-13.10.24 | <b>Trening ewaluacyjny.</b><br>Udoskonalanie warsztatu coacha. Case study. Praca w obszarze celów osobistych i zawodowych połączona z superwizją grupową.   | 28                       | LZ<br>KN |
|              |             | <b>Webinary i praca własna – coachingowe case study.</b> Techniki i metody prowadzenia coachingu.   | 4                        |          |
|              |             | <b>Indywidualna superwizja pracy coachingowej.</b>  | 1                        |          |
| 10           | 8-10.11.24  | <b>Warsztaty rozszerzonych metod coachingowych.</b><br>Techniki kreatywne w coachingu. Coaching grupowy i systemowy. Coaching interwencyjny. Indywidualny rozwój coacha. Budowanie własnej marki. <b>Certyfikacja.</b>  | 28                       | MB<br>KN |
| Podsumowanie |             | <i>Na tym etapie uczestnicy poznają różne podejścia psychologiczne możliwe do zastosowania w coachingu. Po tym cyklu szkoleniowym potrafią samodzielnie, elastycznie i efektywnie prowadzić pełny coaching. Etap ten kończy się egzaminem, podpisaniem licencji i wydaniem certyfikatu.</i> | łącznie<br>117           | *        |

### ETAP 3 opcjonalny – WARSZTATY SPECJALISTYCZNE I SUPERWIZJA

| Częstotliwość       | Tematyka zajęć   | Liczba godzin lekcyjnych |
|---------------------|--|--------------------------|
| Minimum raz w roku  | <b>Warsztaty specjalistyczne</b> , np.: „Psychologia dla coachów”, „Gestaltowskie narzędzia w pracy coacha”, „Coaching kariery i job coaching”, „Szkoła Treningu i Coachingu Zespołowego”, „Terapia Schematów”, itp.                 | minimum 6h               |
| Raz w miesiącu      | Superwizja (obligatoryjna dla ubiegających się o przedłużenie certyfikatu)   | minimum 3h               |
| <b>Podsumowanie</b> | <i>Na tym etapie przewidziana są warsztaty i superwizja dla zainteresowanych przedłużeniem certyfikatu o kolejne dwa lata. Do uzyskania certyfikatu ważnego bezterminowo, wymagana jest superwizja w wymiarze minimum 20 godzin.</i> |                          |

\*Kolejność zjazdów, tematy, terminy oraz osoby prowadzące mogą się zmienić!