

Business & Life**Coaching Academy****Metrum®**

dr Beata Kozak
TRENER BIZNESU EXECUTIVE COACH



Zaczynaj z wizją końca, czyli co zdobędziesz po ukończeniu Business & Life Coaching Academy?

Absolwenci i Absolwentki Akademii Coachingu są gotowi do samodzielnego prowadzenia sesji coachingowych, zarówno w środowisku biznesowym (executive coaching), jak i w zakresie rozwoju osobistego (life coaching).

Program realizowany jest w oparciu o autorski model kształcenia, zbudowany na bazie ponad 15 lat doświadczeń w kształceniu coachów i prowadzeniu procesów coachingowych.

Dzielimy się naszym know-how, każdy moduł jest spotkaniem z praktykiem coachingu. Uczymy starannie wybranych metod, narzędzi i podstaw teoretycznych oraz dajemy przestrzeń do intensywnej pracy warsztatowej. Stwarzamy przestrzeń dla rozwoju osobistego każdego Uczestnika i Uczestniczki, przejdziesz własny proces coachingowy, który pozwoli Ci uwolnić swój własny, niepowtarzalny potencjał, wierzymy bowiem w siłę autentyczności, która stanowi czynnik sukcesu w pracy z ludźmi.

wszystko zależy od ludzi. nam zależy na ludziach!



Korzyści z ukończenia Akademii:

- zdobycie umiejętności koniecznych do profesjonalnego prowadzenia coachingu, zgodnych ze standardami International Coach Federation (ICF),
- poznanie ponad 50 narzędzi i kilkunastu podejść pracy coachingowej oraz zdefiniowanie własnego stylu pracy coachingowej,
- uzyskanie certyfikatu kształcenia, niezbędnego do ubiegania się o międzynarodowy certyfikat Professional Certified Coach (PCC), nadawany przez ICF,
- samodzielne przeprowadzenie kilkunastu sesji coachingowych wraz ze standaryzowaną informacją zwrotną oraz sesja z feedbackiem 360 stopni, przygotowanym przez mentor-coacha,
- ukończenie coachingowego treningu rozwoju osobistego, zakończonego wypracowaniem własnej drogi dalszego rozwoju coachingowego,
- głębsze poznanie siebie indywidualny profil Clifton Strengths®, czyli TOP 5 Gallupa
- uzyskanie gotowych materiałów do dalszej pracy coachingowej (arkusze pracy, karty Metrumowa.Magia.Słowa, instrukcje do narzędzi)
- 126 h kształcenia

HARMONOGRAM KURSU:

20-21-22.02.2026 - Moduł 1
14-15.03.2026 - Moduł 2
25-26.04.2026 - Moduł 3
22-23-24.05.2026 - Moduł 4
20-21.06.2026 - Moduł 5





Program Akademii obejmuje cztery bloki:

1 Organizacja procesu coachingowego:

psychologiczne podstawy pracy coachingowej,
definiowanie celów coachingowych
przebieg procesu coachingowego w modelu Akademii
elementy ułatwiające i utrudniające pracę z Klientem.

Metody pracy coachingowej (ponad 50 narzędzi) m.in.

praca z metaforą
techniki formułowania pytań
podejście analityczne
techniki plastyczne
praca z przestrzenią
podejście systemowe

2

3 Doskonalenie praktyki coachingowej:

prowadzenie treningowych sesji coachingowych w trakcie zajęć i pomiędzy zajęciami (w grupach z innymi Uczestnikami i Uczestniczkami), podsumowywanych w oparciu o standaryzowany model informacji zwrotnej
analiza sesji coachingowej przeprowadzonej na ostatnim etapie zajęć, superwizowana przez mentor-coacha (sesja „na żywo” lub analiza nagrania audio-video).

Rozwój własny:

zdefiniowanie własnego stylu pracy coachingowej i wyznaczenie wiodących metod pracy
opracowanie planu rozwoju
własnej ścieżki coachingowej i budowanie marki osobistej

4

wszystko zależy od ludzi. nam zależy na ludziach!

PROWADZĄCY ZAJĘCIA:

Beata Kozak

Beata to kosmiczne pomysły i twarde stąpanie po Ziemi, mistrzowskie połączenie świata nauki i biznesu, a oprócz tego: doktor nauk humanistycznych, psycholog, wykładowca Uniwersytet SWPS, kierowniczka Studiów Podyplomowych Coaching i Mentoring na Uniwersytecie SWPS trener i superwizor treningu interpersonalnego, z rekomendacją PTP, coach, akredytowany konsultant metody Insights Discovery®, akredytowany konsultant metody Competence Game® diagnozującej kompetencje XXI wieku, założycielka METRUM®, twórczyni programów edukacyjnych Szkoła Trenerów, Akademia Coachingu, Lider na fali, czyli kurs na coaching, Swoboda profesjonalisty i Maraton Coachingu (akredytacja ICF), pełniła funkcje: dyrektorki Instytutu Psychologii w @UŚ ds. Nauki, kierowniczki specjalności Psychologia Rozwoju Osobistego Coaching w SWPS, przewodniczącej PTP Oddział Katowice, Sekretarza Generalnego PTP, ponad 4 000 h sesji coachingowych, executive coaching, team coaching



Bartosz Berendt

Bartek to ocean spokoju i akceptacji, zawsze uśmiechnięty, uważny, łączący strony z pozoru nie do połączenia, a oprócz tego: absolwent programów rozwijających kompetencje coachingowe, prowadzonych przez takich mistrzów jak: Robert Dilts, Richard Bolstad, Sarah Peyton, Stephen Gilligan, Frank Farelly, Nick Kemp, John Wittington, Lionel Stapley, John Scherer, Amy Barnes, Kare Landfald, Miki Kashtan, Amy i Arnold Mindel. Coach i superwizor coachingu akredytowany przez Izbę Coachingu, Master Certified Coach (MCC) akredytowany przez International Coaching Federation (ICF), członek prezydium Izby Coachingu od stycznia 2015 roku, prezes Izby Coachingu od stycznia 2018 roku, prezes zarządu polskiego oddziału ICF w kadencji 2011-2012, pracuje w obszarze coachingu sportowców, szczeni się pracą z medalistami Polski, Europy i świata, ponad 3 000 h sesji coachingowych, executive coaching, team coaching, coaching sportowców



Joanna Kapuścińska

Asia to siła doświadczenia, spokoju i pozytywnego nastawienia, a oprócz tego: psycholożka, która pomogła wielu dzieciom i dorosłym zobaczyć nadzieję i drogę wyjścia z sytuacji trudnych, czasem bardzo trudnych, certyfikowany terapeuta Terapii Skoncentrowanej na Rozwiązaniach /TSR/, prowadzi również szkolenia i superwizję w tym nurcie pracy, dzieląc się swoim bogatym doświadczeniem, dyplomowany coach, który prowadzi prywatną praktykę, trener rozwoju osobistego i treningu interpersonalnego, rekomendowany przez Polskie Towarzystwo Psychologiczne /PTP/ oraz doświadczony superwizor rekomendowany przez PTP. Ponad 2 000 h sesji coachingowych, life coaching



Kuba Giedroń

Kuba to nieustający poszukiwacz nowych możliwości, nowych idei, nowych rozwiązań, a oprócz tego: absolwent ST Metrum®, ST Biznesu House of Skills, kanadyjskiego programu The Art&Science of Coaching (Erickson Collage), londyńskiej Academy of Executive Coaching oraz MBA w specjalności leadership & coaching, człowiek biznesu m.in. zastępca Dyrektora Generalnego Konfederacji Lewiatan, gdzie odpowiada za komunikację, rozwój, wydarzenia i sprawy członkowskie, ekspert ds. komunikacji, szef zespołów komunikacji, laureat np. Złotego Spinacza czy EFFIE, przez 5 lat był press officerem Prezydenta RP, doświadczony coach, z akredytacją ACC (ICF) i dyplomem AoEC oraz trener, szczególnie w zakresie kontaktów z mediami, występów publicznych, pracy z treścią, budowania własnej wartości. ponad 2 000 h sesji coachingowych, executive coaching, team coaching, personal leadership



Agata Otrębska

Agata to zrozumienie, poszanowanie praw drugiego Człowieka, głęboka demokracja i wspólnotowość, a oprócz tego: doświadczona trenerka umiejętności psychospołecznych, z którą zrealizowała wiele projektów dla sektora biznesu i NGO, poszukująca prawdziwego znaczenia coachingu coacherka, która wspiera ludzi w procesie różnorodnych zmian, skuteczna menedżerka projektów, w tym min. inicjatorka projektu rozwoju liderów i liderów społecznych wśród młodzieży KORBA. Zarządzała projektami szkoleniowymi, badawczymi i edukacyjnymi, m.in. na zlecenie Komisji Europejskiej, Banku Światowego, United Way International, instytucji rządowych i samorządowych. Absolwentka Szkoły Liderów Polsko-Amerykańskiej Fundacji Wolności oraz International Visitor Leadership Program (program Departamentu Stanu USA). Laureatka nagrody Ministerstwa Kultury za całokształt działalności. Ponad 2 000 h sesji coachingowych, executive coaching, team coaching, leadership coaching



Informacje praktyczne:

zajęcia odbywają się w centrum Katowic, ul. Zabrska 3/6
(5 min. od dworca kolejowego i autobusowego),
we własnym, klimatycznym i komfortowym centrum szkoleniowym,

podczas zajęć zapewniamy serwis kawowy, owoce, przekąski

każdy Uczestnik otrzymuje certyfikat w języku polskim i angielskim

koszt udziału w Akademii to 9800 zł + VAT (możliwość wpłat ratałnych)



Zapisy i dodatkowe informacje.

W celu zapisania się do Akademii lub uzyskania dodatkowych informacji prosimy o kontakt:
e-mail: biuro@metrum.edu.pl lub telefon: **601 275 427**.

Ze względu na ograniczoną liczbę miejsc, decyduje kolejność zgłoszeń.



**Nie czekaj,
zapisz się już dziś!**