

# Coaching i mentoring

- Kierunek - studia podyplomowe dla SUM z SP

## Opis kierunku

Podczas studiów zdobędziesz większą samoświadomości i rozwiniesz swoje umiejętności komunikacji interpersonalnej oraz zdobędziesz wiedzę na temat technik i narzędzi wykorzystywanych w coachingu.

## Co zyskujesz?

Podczas studiów nauczysz się:

- Skutecznego stosowania procesów coachingu i mentoringu w biznesie, adekwatnie do potrzeb pracowników i organizacji.
- Stosowania coachingowego stylu zarządzania w roli lidera.
- Zagadnień z obszaru rozumienia psychologicznych podstaw funkcjonowania człowieka i procesów zmiany, koniecznych w skutecznym rozwijaniu i zarządzaniu.
- Narzędzi coacha i mentora, w tym projektowanie procesu zmian, wytyczanie celów i pokonywanie trudności.

## Dla kogo?

Studia przeznaczone są dla osób zainteresowanych tematyką coachingu u mentoringu.

## Program studiów

Program kierunku studiów podyplomowych coaching i mentoring w WSB we Wrocławiu.



Liczba godzin: **176**



Liczba zjazdów: **12**

## **Elementy treningu interpersonalnego (16 godz.)**

Elementy treningu interpersonalnego

### **Coaching i mentoring – teoria i praktyka (48 godz.)**

- Coaching, mentoring – podstawy teoretyczne (8 godz.)
- Zastosowanie coachingu i mentoringu w biznesie (8 godz.)
- Coaching – proces, modele, sesja (16 godz.)
- Mentoring w organizacji uczącej się (16 godz.)

### **Komunikacja coacha i mentora (16 godz.)**

Komunikacja coacha i mentora

### **Zmiana poznawcza w procesie zmiany i rozwoju (16 godz.)**

- Praca poznawczo – behawioralna ze zmianą zachowania człowieka (8 godz.)
- Trening i superwizja (8 godz.)

### **Techniki i narzędzia w coachingu (48 godz.)**

- Motywacja do zmiany i praca z motywacją (8 godz.)
- Praca na relacjach (8 godz.)
- SFA (Solution Focused Approach) (8 godz.)
- Narzędzia coachingu systemowego (8 godz.)
- Coaching innowacji w biznesie (8 godz.)
- Ciało a umysł w coachingu (8 godz.)

### **Aplikacje i stosowanie coachingu i mentoringu w organizacji (32 godz.)**

- Zarządzanie w stylu coachingowym – założenia i praktyczne narzędzia (8 godz.)
- Praca z zespołem w stylu coachingowym. Action Learning (8 godz.)
- Systemowy, organizacyjny kontekst coachingu i mentoringu (8 godz.)
- Psychologiczne aspekty dynamiki relacji interpersonalnej w coachingu i mentoringu (8 godz.)

# **Wykładowcy**

## **Marta Smolińska**

Kierownik merytoryczny kierunku. Akredytowany coach Izby Coachingu, certyfikowany trener, specjalista doradztwa psychologiczno – pedagogicznego. W latach 2013 - 2017 Dyrektor Dolnośląskiego Oddziału Izby Coachingu.

Koordynowała Wrocławski Klub Coacha. Ukończyła studia podyplomowe Szkoła Kontaktów Interpersonalnych na UW., szkołę trenerów Sieć we WPTiP PLUS (PTP). W zakresie coachingu kształciła się w Noble Manhattan Polska oraz

Dane zamieszczone w niniejszej karcie kierunku mają charakter wyłącznie informacyjny. Dane te nie stanowią oferty zawarcia umowy w rozumieniu art. 66 i nast. kodeksu cywilnego. Zgodnie z art. 160 ust. 3 ustawy z dnia 27 lipca 2005 roku Prawo o szkolnictwie wyższym, umowa między wrocław a studentem zawierana jest w formie pisemnej.

w Szkole Profesjonalnego Coachingu. Obecnie rozwija swe kompetencje w Instytucie Integralnej Psychoterapii Gestalt w Krakowie. Dyrektor wrocławskiego oddziału Instytutu Psychoedukacji i Rozwoju Integralnego, członek Rady Programowej, trener Szkoły Profesjonalnego Coachingu. Właścicielka Harmony Coaching. Tworzy i zarządza projektami rozwojowymi dla organizacji, realizuje procesy AC/DC, prowadzi szkolenia, treningi (również treningi interpersonalne) i coaching z klientami stojącymi przed nowymi wyzwaniami zawodowymi i osobistymi. Posiada certyfikat konsultanta Zintegrowanego Modelu Przywództwa. W swej pracy sięga do podejścia poznawczo – behawioralnego, RTZ, SFA, narzędzi Gestalt i Kaizen. Miłośniczka dalekich podróży z plecakiem, kotów i fotografii.

#### **dr n. hum. Magda Fres**

Dyplomowana i certyfikowana coach, akredytowana w Izbie Coachingu, superwizor. Psycholog, trenerka rozwoju osobistego i umiejętności miękkich. W latach 2014 - 2017 Dyrektor Śląskiego Oddziału Izby Coachingu. Absolwentka Szkoły Profesjonalnego Coachingu, Uniwersytetu Śląskiego i Central European University w Budapeszcie. Członkini Creativity Coaching Association. Trener Szkoły Profesjonalnego Coachingu. Posiada ponad piętnastoletnie doświadczenie w niedyrektywnych metodach pracy z ludźmi, w tym prowadzenia szkoleń z zakresu motywacji i komunikacji interpersonalnej dla kadry kierowniczej. Autorka projektu dla biznesu Fight and Innovate. Dyrektor Katowickiego Centrum Psychologii i Coachingu, gdzie prowadzi sesje coachingu indywidualnego i grupowego.

#### **Marta Kijanko**

Dyplomowany psycholog, certyfikowany coach i trener. W pracy zawodowej łączy obszary kształcenia umiejętności interpersonalnych i menadżerskich. Absolwentka SWPS, Zarządzania Zasobami Ludzkimi na Uniwersytecie Wrocławskim, filozofii na Uniwersytecie Pedagogicznym w Krakowie. Ukończyła Szkołę Trenerów Biznesu Moderator i Zaawansowaną Szkołę Trenerów Ośrodek Treningu i Rozwoju Kierowniczego. Obecnie kształci się w Instytucie Integralnej Psychoterapii Gestalt. Współpracowniczką Instytutu Psychoedukacji i Rozwoju Integralnego, trener Szkoły Profesjonalnego Coachingu. Właścicielka Make It. Członek Izby Coachingu. Zajmuje się rozwojem pracowniczym i kultur organizacyjnych. Prowadzi projekty AC/DC, buduje ścieżki karier oraz systemy Talent Managementu. Od blisko 12 lat prowadzi szkolenia i warsztaty. Prowadziła badania dotyczące proaktywności kadry menadżerskiej w polskich przedsiębiorstwach. W pracy stosuje podejście humanistyczno-egzystencjalne, korzystając z metod SFA, Gestalt, psychologii twórczości oraz coachingu coaktywnego.

#### **Patryk Lange**

Akredytowany coach Izby Coachingu, certyfikowany coach zespołowy, trener i superwizor coachingu, trener mindfulness. W latach 2015-2017 Przewodniczący Komisji Etycznej Izby Coachingu. Menedżer i praktyk turkusowego stylu zarządzania. Absolwent AGH w Krakowie, Szkoły Profesjonalnego Coachingu oraz Akademii Mistrzów Treningu G.T. Mentor. Uczestnik kilkudziesięciu szkoleń z zakresu zarządzania, sprzedaży i organizacji biznesu. Współwłaściciel firm [ez-cam.pl](http://ez-cam.pl) oraz [xtech.pl](http://xtech.pl). Ma doświadczenie w zakresie prowadzenia biznesu z użyciem nowoczesnych technologii, realizacji projektów IT, tworzenia, zarządzania i optymalizacji procesów biznesowych. Jako trener i coach specjalizuje się w pracy z menedżerami, którzy chcą rozwijać turkusowy styl zarządzania. Pracuje także z osobami, które doświadczają syndromu wypalenia zawodowego i życiowego. Prowadzi coaching indywidualny i zespołowy oraz szkolenia i warsztaty w organizacjach, które chcą wdrażać kulturę coachingu i samozarządzania. Od 2008 roku

Dane zamieszczone w niniejszej karcie kierunku mają charakter wyłącznie informacyjny. Dane te nie stanowią oferty zawarcia umowy w rozumieniu art. 66 i nast. kodeksu cywilnego. Zgodnie z art. 160 ust. 3 ustawy z dnia 27 lipca 2005 roku Prawo o szkolnictwie wyższym, umowa między wrocław a studentem zawierana jest w formie pisemnej.

praktykuje i propaguje metody redukcji stresu oraz rozwoju oparte na uważności. Współpracownik Instytutu Psychoedukacji i Rozwoju Integralnego, trener Szkoły Profesjonalnego Coachingu. Współpracownik i trener mindfulness w [oddyham.pl](http://oddyham.pl). Pasjonat podróżowania po Azji, Afryce i Europie, wypraw motocyklami i samochodami terenowymi. W latach 2013 – 2017 koordynował i prowadził w IPRI Męskie Kręgi – spotkania o charakterze rozwojowym dla mężczyzn.

### **Katarzyna Urbaniak**

Praktyk, przedsiębiorca, trener biznesu z wieloletnim doświadczeniem, certyfikowany coach, mediator. Szkoleniowiec z zakresu doskonalenia motywacji, ABC Managera, zarządzania czasem, technik negocjacji, komunikacji interpersonalnej, technik sprzedaży i obsługi klienta. Realizuje również szkolenia z doskonalenia osobistego przywództwa, pracy w zespole, Trener metody TetraMap International. Akredytowany trener Clarity4D. Prowadzi treningi komunikacji i mediacji z wykorzystaniem metody Porozumienia Bez Przemocy (NVC) Marshalla Rosenberga. Prowadziła szkolenia dla pracowników firm m.in. takich jak: Renault Polska, Bank Handlowy w Warszawie SA, Bank BPH SA, Bank PEKAO SA, Bank PKO BP, Nutricia Polska, Kuehne-Nagel, Hurtap SA, APLIKOM, AGRAF, Volkswagen Poznań, GK PGE, Peugeot Prowadzi autorskie warsztaty rozwojowe dla kobiet i Kręgi KobiECE. Absolwentka studiów podyplomowych Psychologii Społecznej w zarządzaniu rozwojem zawodowym – zagadnienia szkoleniowe w organizacji w Szkole Wyższej Psychologii Społecznej w Warszawie, studentka Arteterapii w Międzynarodowym Instytucie Edukacji przez Sztukę, AHE w Łodzi. Ukończyła m.in. kurs „Zaawansowane umiejętności trenerskie” (Grupa Trop), roczny kurs Zen Coachingu.

### **Karolina Nikorowska**

Psycholog, trener, doradca zawodowy, akredytowany coach ICF PCC. Od 2008 roku szkoli z zakresu umiejętności osobistych i społecznych. Tworzy programy wykorzystujące niekonwencjonalne metody szkoleniowe i poczucie humoru.

Pracuje jako coach kariery, doradca zawodowy, psycholog dla studentów, osób długotrwale bezrobotnych i pracowników instytucji i przedsiębiorstw. Prowadziła szkolenia dla studentów, słuchaczy studiów podyplomowych, pracowników administracji, managerów i pracowników przedsiębiorstw. Współpracowała z uczelniami wyższymi: Uniwersytet Jagielloński, Politechnika Krakowska, Wyższa Szkoła Europejska, Akademia Sztuk Pięknych, Akademia Górniczo-Hutnicza. Szkoliła pracowników zarówno małych i średnich przedsiębiorstw. Pracowała jako doradca zawodowy dla osób długotrwale bezrobotnych, studentów i pracowników przedsiębiorstw. Szkoli doradców zawodowych z narzędzi coachingu kariery oraz innych (Indywidualny Plan Działania, Bilans Kompetencji). Opracowała autorskie szkolenie "Coaching kariery" oraz "Jobcoaching - praca z osobami niepełnosprawnymi". Specjalizuje się w coachingu kariery i rozwoju.

### **Joanna Ukleja**

Specjalista ds. HR, psycholog, certyfikowany trener biznesu, kierownik merytoryczny studiów podyplomowych HR dla profesjonalistów. Odpowiada za politykę HR w dużej organizacji, wcześniej związana była z firmą doradczo-

Dane zamieszczone w niniejszej karcie kierunku mają charakter wyłącznie informacyjny. Dane te nie stanowią oferty zawarcia umowy w rozumieniu art. 66 i nast. kodeksu cywilnego. Zgodnie z art. 160 ust. 3 ustawy z dnia 27 lipca 2005 roku Prawo o szkolnictwie wyższym, umowa między wrocław a studentem zawierana jest w formie pisemnej.



szkoleniową, w ramach której koordynowała wielomiesięczne projekty szkoleniowe, głównie dla firm produkcyjnych. Prowadzi szkolenia z zakresu komunikacji interpersonalnej, rekrutacji i selekcji oraz typu Train the Trainer. Interesuje się jakością motywacji pracowników oraz systemami ocen pracowniczych.

#### **dr Katarzyna Kulig-Moskwa**

Doktor nauk ekonomicznych o specjalizacji zarządzanie. Kierownik zespołu dydaktycznego zarządzania zasobami ludzkimi na Uniwersytecie WSB Merito we Wrocławiu. Pełnomocniczka rektora ds. zrównoważonego rozwoju. Praktyk i teoretyk w obszarze zagadnień z zakresu zarządzania zasobami ludzkimi, public relations, zrównoważonego rozwoju i ESG. Posiada wieloletnie doświadczenie w pracy w zespołach projektowych oraz jako konsultant ds. zarządzania. Trener biznesu, wykładowca na studiach pierwszego, drugiego stopnia i podyplomowych. Naukowo interesuje się zagadnieniami zrównoważonego rozwoju i ESG, a także CSR w obszarze miejsca pracy oraz rozwojem pracowników. Na co dzień współpracuje z firmami w zakresie programów dydaktycznych i konsultingowych.

#### **Tomasz Krzemienowski**

Absolwent prawa. Zastępca Dyrektora jednostki lokalnej państwowej instytucji kontrolnej obejmującej swym zasięgiem województwo opolskie. W latach 2006 -2014 kierował Sekcją Prawną ww. instytucji. W latach 2007 - 2010 nadzorował ponadto kwestie dotyczące legalności zatrudnienia obywateli polskich oraz obcokrajowców. Doświadczony praktyk, autor publikacji z zakresu prawa pracy, od wielu lat związany także z Wyższą Szkołą Bankową we Wrocławiu (obecnie Uniwersytet WSB Merito), jako jej wykładowca i kierownik naukowy kierunku.