



Wszechnica  
Uniwersytetu  
Jagiellońskiego Sp.  
z o.o.



## Psychologia dla coachów

Numer usługi 2025/01/28/7983/2527843

📍 zdalna w czasie rzeczywistym

🏠 Usługa szkoleniowa

🕒 56 h

📅 20.05.2025 do 09.10.2025

6 765,00 PLN brutto

5 500,00 PLN netto

120,80 PLN brutto/h

98,21 PLN netto/h

## Informacje podstawowe

|  |  |
|--|--|
| <b>Kategoria</b>                       | Zdrowie i medycyna / Psychologia i rozwój osobisty   |
| <b>Sposób dofinansowania</b>           | wsparcie dla osób indywidualnych<br>wsparcie dla pracodawców i ich pracowników   |
| <b>Grupa docelowa usługi</b>           | <p>Psychologia dla Coachów to program przeznaczony dla osób, które ukończyły kompleksowy, trwający co najmniej 60 godzin kurs coachingu. Najwięcej zyskają na nim osoby, które aktualnie korzystają z umiejętności coachingowych w praktyce.</p> <p>Kurs zaprojektowano z myślą o osobach nie mających wykształcenia psychologicznego. Może jednak być użyteczny również dla psychologów, zainteresowanych odświeżeniem i pogłębieniem zdobytej wcześniej wiedzy.</p> <p>Usługa jest również adresowana do uczestników projektu Profesjonalne Kadry Podmiotów BUR.</p> |
| <b>Minimalna liczba uczestników</b>    | 1  |
| <b>Maksymalna liczba uczestników</b>   | 15   |
| <b>Data zakończenia rekrutacji</b>     | 19-05-2025   |
| <b>Forma prowadzenia usługi</b>        | zdalna w czasie rzeczywistym   |
| <b>Liczba godzin usługi</b>            | 56   |
| <b>Podstawa uzyskania wpisu do BUR</b> | Znak Jakości Małopolskich Standardów Usług Edukacyjno-Szkoleniowych (MSUES) - wersja 2.0   |

# Cel

## Cel edukacyjny

Poszerzenie wiedzy na temat głównych nurtów psychologii;

Poznanie wybranych koncepcji i wyników badań istotnych w praktyce wspierania rozwoju innych;

Nauka planowania interwencji coachingowych;

Wzmocnienie umiejętności samodzielnej, krytycznej analizy dostępnych na rynku metod, narzędzi coachingowych i podejść do wspierania rozwoju;

Zwiększenie elastyczności w doborze strategii pracy z klientami;

Umiejętność oceny sytuacji psychologicznej klienta i decyzji o podjęciu lub rezygnacji z coachingu

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

| Efekty uczenia się   | Kryteria weryfikacji   | Metoda walidacji                    |
|--|--|-------------------------------------|
| Osoba uczestnicząca ma poszerzoną wiedzę na temat głównych nurtów psychologicznych.        | Zna główne nurty i koncepcje człowieka we współczesnej psychologii.                                    | Test teoretyczny                    |
|  | Zna podstawowe badania istotne w praktyce wspierania rozwoju innych.                                   | Prezentacja                         |
| Osoba uczestnicząca zna psychologiczne koncepcje wyznaczania celów.                        | Wie jak podtrzymywać wytrwałość i motywację klienta w dążeniu do celu                                  | Obserwacja w warunkach symulowanych |
| Osoba uczestnicząca potrafi wskazać różnice pomiędzy terapią i coachingiem.                | Potrafi ocenić sytuację psychologiczną klienta i podjąć decyzję o podjęciu lub rezygnacji z coachingu. | Obserwacja w warunkach symulowanych |
|  | Potrafi elastycznie dobierać strategię pracy z klientami.  | Obserwacja w warunkach symulowanych |
|  | Potrafi trafnie planować interwencje coachingowe.  | Debata ustrukturyzowana             |
| Osoba uczestnicząca potrafi opisać podstawowe założenia psychologii rozwoju osób dorosłych | Zna stadialne koncepcje rozwoju osób dorosłych: wyzwania i kryzysy.                                    | Prezentacja                         |
| Osoba uczestnicząca stosuje poznaną wiedzę w praktyce coachingowej                         | Wykazuje empatyczną i wspierającą postawę w relacji z klientem.  | Obserwacja w warunkach symulowanych |
|  | Potrafi stosować strategie coachingowe inspirowane podejściem narracyjnym.                             | Obserwacja w warunkach symulowanych |

## Kwalifikacje

## Kompetencje

Usługa prowadzi do nabycia kompetencji.

### **Warunki uznania kompetencji**

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

Tak, dokument potwierdzający uzyskanie kompetencji zawiera opis efektów uczenia się.

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

Tak, dokument potwierdza, że walidacja została przeprowadzona w oparciu o zdefiniowane w efektach uczenia się kryteria ich weryfikacji.

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

Tak, dokument potwierdza zastosowanie rozwiązań zapewniających rozdzielenie procesów kształcenia i szkolenia od walidacji.

## **Program**

Moduł I:

Blok 1: Psychologia i coaching

- Zastosowania wiedzy psychologicznej w coachingu
- Kryteria naukowości: jak odróżnić naukę od pseudonauki?
- Krytyczna lektura tekstów psychologicznych

Blok 2: Główne nurty psychologiczne

- Główne nurty i koncepcje człowieka we współczesnej psychologii
- Poziomy interwencji w coachingu
- Analiza sytuacji klienta - projektowanie interwencji coachingowych

Blok 3: Motywacja i wyznaczanie celów

- Psychologiczne koncepcje wyznaczania celów
- Wytrwałość i podtrzymywanie motywacji w dążeniu do celu
- Wizualizacja, afirmacje, optymizm: możliwości i ograniczenia

Blok 4: Samoregulacja i podtrzymywanie wytrwałości

- Siła woli i samoregulacja
- Radzenie sobie z pokusami i "rozgrzewanie" celów
- Ukierunkowane ćwiczenie, pożądane utrudnienia i dążenie do mistrzostwa

Moduł II:

Blok 1: Emocje i stres

- Podstawy psychologii emocji
- Style wyjaśniania sukcesów i porażek
- Wpływ interpretacji na powstawanie emocji i stresu

Blok 2: Interpretacje i przekonania

- Poznawcze podejście do pracy z emocjami
- Możliwości oddziaływania na przekonania klienta
- Budowanie konstruktywnych nawyków myślowych w coachingu

Blok 3: Struktura osobowości

- Psychologiczne koncepcje osobowości
- Stałość i zmienność osobowości - co może zmienić coaching?
- Różnice indywidualne: wymiary istotne w coachingu; rola narzędzi badania osobowości

#### Blok 4: Samowiedza i postrzeganie siebie

- Samowiedza, samoocena i schematy Ja
- Tendencyjność w postrzeganiu siebie i budowaniu samoświadomości
- Praca ze schematami w coachingu

#### Moduł III:

#### Blok 1: Coaching i terapia

- Różnice między terapią i coachingiem
- Kryteria zdrowia psychicznego i podstawowe pojęcia psychopatologii
- Kwalifikowanie do coachingu. Jak rozpoznać osoby zdrowe? Kiedy terapia jest lepszym wyjściem?

#### Blok 2: Procesy nieświadome i ich wpływ na pracę coachingową

- Mechanizmy obronne i opór w podejściu psychodynamicznym
- Relacja coachingowa - ryzyka dla utrzymywania się w roli
- Prowadzenie relacji coachingowej - inspiracje i wskazówki ze świata psychoterapii

#### Blok 3: Rozwój człowieka dorosłego

- Podstawowe założenia psychologii rozwoju osób dorosłych
- Stadialne koncepcje rozwoju osób dorosłych; wyzwania i kryzysy
- Coaching ważnych wyzwań życiowych

#### Blok 4: Psychologia narracyjna: życie jako opowieść

- Podejście narracyjne w psychologii osobowości
- Strategie coachingowe inspirowane podejściem narracyjnym
- Wspieranie klientów w przeformułowaniu opowieści o własnym życiu
- Zakończenie zajęć

#### Blok 5: Superwizja coachingowa

- Praca superwizyjna nad rzeczywistymi przypadkami z praktyki coachingowej uczestników. Refleksja i dyskusja uwzględniająca dotychczas poznane koncepcje oraz doświadczenie pozostałych członków grupy
- Podsumowanie: superwizja i interwizja jako narzędzie rozwoju zawodowego coachów

#### Blok 6: Podsumowanie kursu

- Przegląd i podsumowanie wiedzy
- Strategie coachingowe inspirowane podejściem narracyjnym
- Wspieranie klientów w przeformułowaniu opowieści o własnym życiu
- Zakończenie zajęć

Więcej informacji na stronie: **Psychologia dla coachów**

Liczba godzin usługi: 56 godzin szkoleniowych (45-minutowych).

Przerwy w usłudze nie są wliczone w czas usługi rozwojowe. W harmonogramie zostały ujęte zajęcia, bez przerw.

## Harmonogram

Liczba przedmiotów/zajęć: 29

| Przedmiot / temat zajęć   | Prowadzący    | Data realizacji zajęć | Godzina rozpoczęcia | Godzina zakończenia | Liczba godzin |
|---|---------------|-----------------------|---------------------|---------------------|---------------|
| <p><b>1 z 29</b><br/>           Psychologia i coaching.<br/>           Tradycje psychologiczne i ich wpływ na myślenie o pracy coachingowej - rozmowa, chat, współdzielenie ekranu.</p> | Maciej Świeży | 20-05-2025            | 17:30               | 19:00               | 01:30         |
| <p><b>2 z 29</b><br/>           Definiowanie zmiany użytecznej dla klienta: studium przypadku - ćwiczenia, prezentacja</p>  | Maciej Świeży | 20-05-2025            | 19:15               | 20:45               | 01:30         |
| <p><b>3 z 29</b> Teksty powołujące się na wiedzę psychologiczną.<br/>           Zasady krytycznego myślenia w psychologii - prezentacja, chat, rozmowa.</p>                             | Maciej Świeży | 03-06-2025            | 17:30               | 19:00               | 01:30         |
| <p><b>4 z 29</b> Ćwiczenie krytycznej analizy tekstów.<br/>           Badania nad skutecznością coachingu - ćwiczenia, prezentacja.</p>   | Maciej Świeży | 03-06-2025            | 19:15               | 20:45               | 01:30         |
| <p><b>5 z 29</b> Motywacja i wyznaczanie celów. Korzyści z "pozytywnego myślenia" i tworzenia wizji zmiany - rozmowa, chat, prezentacja.</p>  | Maciej Świeży | 10-06-2025            | 17:30               | 19:00               | 01:30         |

| Przedmiot / temat zajęć  | Prowadzący    | Data realizacji zajęć | Godzina rozpoczęcia | Godzina zakończenia | Liczba godzin |
|--|---------------|-----------------------|---------------------|---------------------|---------------|
| <b>6 z 29</b><br>Kontrastowanie mentalne i schemat WOOP. Ćwiczenia motywującego wyznaczania celów - ćwiczenia, chat, prezentacja.  | Maciej Świeży | 10-06-2025            | 19:15               | 20:45               | 01:30         |
| <b>7 z 29</b> Strategie rozwijania samokontroli. Orientacja na mistrzostwo i orientacja na wykonanie - prezentacja, rozmowa, chat. | Maciej Świeży | 17-06-2025            | 17:30               | 19:00               | 01:30         |
| <b>8 z 29</b> Wnioski dla praktyki coachingowej uczestników. Sesja pytań i odpowiedzi - chat, ćwiczenia, prezentacja.              | Maciej Świeży | 17-06-2025            | 19:15               | 20:45               | 01:30         |
| <b>9 z 29</b> Pogranicza coachingu i psychoterapii - rozmowa, chat, prezentacja.   | Artur Krupa   | 24-06-2025            | 17:30               | 19:00               | 01:30         |
| <b>10 z 29</b> Elementy psychologii klinicznej. Kiedy szukać pomocy gdzie indziej? - ćwiczenia, chat, rozmowa                      | Artur Krupa   | 24-06-2025            | 19:15               | 20:45               | 01:30         |
| <b>11 z 29</b> Mechanizmy obronne, różne formy pomocy - rozmowa, prezentacja, ćwiczenia.   | Artur Krupa   | 01-07-2025            | 17:30               | 19:00               | 01:30         |

| Przedmiot / temat zajęć   | Prowadzący   | Data realizacji zajęć | Godzina rozpoczęcia | Godzina zakończenia | Liczba godzin |
|---|--------------|-----------------------|---------------------|---------------------|---------------|
| <b>12 z 29</b> Jak proponować alternatywę dla coachingu - ćwiczenia, chat, współdzielenie ekranu.                                   | Artur Krupa  | 01-07-2025            | 19:15               | 20:45               | 01:30         |
| <b>13 z 29</b> Samoświadomość, samowiedza, schematy funkcjonowania - prezentacja, rozmowa, chat.                                    | Artur Krupa  | 07-07-2025            | 17:30               | 19:00               | 01:30         |
| <b>14 z 29</b> Analiza transakcyjna. Schematy przywiązania - ćwiczenia, prezentacja.  | Artur Krupa  | 07-07-2025            | 19:15               | 20:45               | 01:30         |
| <b>15 z 29</b> Procesy związane z relacją w organizacji. Mechanizmy kontenerowania - współdzielenie ekranu, chat, prezentacja.      | Artur Krupa  | 15-07-2025            | 17:30               | 19:00               | 01:30         |
| <b>16 z 29</b> Konsultacja roli, procesy związane z relacją w organizacji.  | Artur Krupa  | 15-07-2025            | 19:15               | 20:45               | 01:30         |
| <b>17 z 29</b> Emocje i przekonania w roli coacha. Wyzwania w pracy z emocjami - prezentacja, rozmowa, chat, współdzielenie ekranu. | Beata Świeży | 04-09-2025            | 17:00               | 18:30               | 01:30         |

| Przedmiot / temat zajęć   | Prowadzący   | Data realizacji zajęć | Godzina rozpoczęcia | Godzina zakończenia | Liczba godzin |
|---|--------------|-----------------------|---------------------|---------------------|---------------|
| <b>18 z 29</b> Wpływ emocji i nastroju na procesy poznawcze - ćwiczenia   | Beata Świeży | 04-09-2025            | 18:45               | 20:15               | 01:30         |
| <b>19 z 29</b> Schematy i regulacja emocji, narzędzia do pracy z emocjami - ćwiczenia, chat, prezentacja.   | Beata Świeży | 11-09-2025            | 17:00               | 18:30               | 01:30         |
| <b>20 z 29</b> Racjonalna Terapia Zachowania, praca z emocjami - ćwiczenia, chat, prezentacja   | Beata Świeży | 11-09-2025            | 18:45               | 20:15               | 01:30         |
| <b>21 z 29</b> Rozwój w dorosłości. Najbardziej stadialne koncepcje rozwoju - prezentacja, rozmowa, chat.   | Beata Świeży | 18-09-2025            | 17:00               | 18:30               | 01:30         |
| <b>22 z 29</b> Etapy życia wg. Ericksona, kryzysy i zadania rozwojowe w pracy coachingowej - ćwiczenia, rozmowa, prezentacja.                       | Beata Świeży | 18-09-2025            | 18:45               | 20:15               | 01:30         |
| <b>23 z 29</b> Zadania rozwojowe w ciągu życia. Rodzaje metafor używanych w coachingu. Podstawowe zasady pracy z metaforą - ćwiczenia, prezentacja. | Beata Świeży | 25-09-2025            | 17:00               | 18:30               | 01:30         |



| Przedmiot / temat zajęć   | Prowadzący   | Data realizacji zajęć | Godzina rozpoczęcia | Godzina zakończenia | Liczba godzin |
|---|--------------|-----------------------|---------------------|---------------------|---------------|
| <b>24 z 29</b> Metafory w pracy coacha. Psychologia narracyjna - ćwiczenia, chat, rozmowa   | Beata Świeży | 25-09-2025            | 18:45               | 20:15               | 01:30         |
| <b>25 z 29</b> Superwizja jako model wsparcia coach. Model 7 perspektyw superwizji - rozmowa, chat, współdzielenie ekranu.                                | Beata Świeży | 02-10-2025            | 17:00               | 18:30               | 01:30         |
| <b>26 z 29</b> Kontenerowanie w procesie coachingowym. Zespół reflektujący, superwizja grupowa - prezentacja, ćwiczenia, rozmowa                          | Beata Świeży | 02-10-2025            | 18:45               | 20:15               | 01:30         |
| <b>27 z 29</b> (Nie) tolerancja niepewności i tolerancja niepewności. Wsparcie klienta w kryzysie, zaburzeniu/ chorobie - rozmowa, prezentacja, ćwiczenia | Beata Świeży | 09-10-2025            | 17:00               | 18:30               | 01:30         |
| <b>28 z 29</b> Wykorzystanie wiedzy psychologicznej w praktyce coachingowej - ćwiczenia.  | Beata Świeży | 09-10-2025            | 18:45               | 19:45               | 01:00         |
| <b>29 z 29</b> Walidacja  | -            | 09-10-2025            | 19:45               | 20:15               | 00:30         |

# Cennik

## Cennik

| Rodzaj ceny                               | Cena         |
|---|--------------|
| Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto | 6 765,00 PLN |
| Koszt przypadający na 1 uczestnika netto  | 5 500,00 PLN |
| Koszt osobogodziny brutto                 | 120,80 PLN   |
| Koszt osobogodziny netto                  | 98,21 PLN    |

## Prowadzący

Liczba prowadzących: 3



1 z 3

### Beata Świeży

Jej głównym obszarem specjalizacji szkoleniowej jest rozwój kompetencji osobistych i zarządzanie karierą. W prywatnej praktyce coachingowej specjalizuje się we wspieraniu rozwoju osobistego klientów indywidualnych.

Prowadzi prywatną praktykę coachingową specjalizując się we wspieraniu rozwoju osobistego klientów indywidualnych. Prowadzi zajęcia w Instytucie Psychologii Stosowanej Uniwersytetu Jagiellońskiego. Prowadzi również coaching w organizacjach, pracując głównie z kadrą menedżerską. Wspiera mentorsko coachów przystępujących do certyfikacji w ścieżce ACTP oraz portfolio.

Z wykształcenia jest doktorem psychologii, a także certyfikowanym coachem (PCC ICF oraz Erickson Certified Professional Coach).

Prowadzi zajęcia w Instytucie Psychologii Stosowanej Uniwersytetu Jagiellońskiego. Jest pomysłodawcą, organizatorem i prowadzącą spotkania rozwojowo-interwencyjne Serwisowanie Skrzydeł dla Coachów. Jest certyfikowanym coachem (Professional Certified Coach oraz Erickson Certified Professional Coach) oraz mentorem w procesach certyfikacji coachingowej. Prowadzi prywatną praktykę coachingową specjalizując się we wspieraniu rozwoju osobistego klientów indywidualnych.



2 z 3

### Maciej Świeży

Specjalizuje się w metodologii wspierania rozwoju osób dorosłych (kursy trenerskie i coachingowe) oraz rozwoju kompetencji osobistych z wykorzystaniem zaawansowanych metod szkoleniowych. W obszarze jego szczególnych zainteresowań znajdują się m.in. zagadnienia dotyczące psychologii uczenia się dorosłych, projektowania szkoleń oraz dynamiki grupy.

Odpowiada za rozwój oferty szkoleniowej Wszechnicy UJ. Prowadzi kompleksowe projekty szkoleniowo-doradcze, służące kształtowaniu w organizacjach środowiska sprzyjającego uczeniu się. Projektuje narzędzia i standardy pracy w obszarach związanych z uczeniem się i zarządzaniem wiedzą. Pracuje w Polsce i za granicą, jako Trener Erickson Coaching Interational, prowadząc

akredytowany przez ICF program „The Art and Science of Coaching”. Prowadzi indywidualny i zespołowy coaching dla kadry menedżerskiej; pracuje jako konsultant dynamiki grupowej w organizowanych przez Wszechnicę UJ i OPUS warsztatach group relations.

Z wykształcenia psycholog, obronił na UJ doktorat poświęcony uczeniu się złożonych umiejętności i przewidywaniu skuteczności działania. Ukończył kompleksowe kursy trenerskie i coachingowe (m.in. Wszechnicy UJ i Erickson College International), a także zaawansowany kurs analizy dynamiki grupowej OPUS. Dysponuje certyfikatem ICF na poziomie PCC oraz certyfikatem Erickson Certified Professional Coach (ECPC).

Jest autorem kursu "Psychologia dla Coachów" oraz książki o tym samym tytule. W Polsce i za granicą prowadzi zajęcia w akredy



3 z 3

## Artur Krupa

Specjalizuje się w szkoleniach z zakresu rozwoju kompetencji trenerskich i coachingowych oraz związanych z wykorzystywaniem wiedzy o dynamice funkcjonowania grup do zarządzania zespołem i organizacją. Przygotowuje i prowadzi kompleksowe programy rozwojowe wykorzystujące doradztwo, szkolenia oraz indywidualny i grupowy coaching. Pełni funkcję kierownika merytorycznego procesu certyfikacji kompetencji trenerskich. Prowadzi zajęcia w Szkole Trenerów Wszechnicy UJ, a także pełni rolę trenera w międzynarodowej, akredytowanej przez ICF, Szkole Coachów „The Art and Science of Coaching”. Ma wieloletnie doświadczenie w projektowaniu i prowadzeniu szkoleń dotyczących rozwoju pracowników działu sprzedaży oraz wspierania organizacji w sytuacji zmiany. Wykorzystuje coaching indywidualny i zespołowy do wspierania firm i instytucji w realizacji celów biznesowych i pełniejszym korzystaniu z potencjału pracowników. Ukończył psychologię na UJ i zarządzanie na AGH. Jest certyfikowanym coachem PCC ICF i Erickson Professional Coach. Posiada certyfikaty trenera zarządzania (Edexcel i BTEC Professional Qualifications), certyfikat Asystenta Psychodramy Polskiego Stowarzyszenia Psychodramy oraz certyfikat International Association of Facilitators. W Polsce i za granicą prowadzi zajęcia w akredytowanej przez ICF Szkole Coachów "The Art and Science of Coaching". Prowadzi indywidualny i zespołowy coaching dla kadry menedżerskiej. Prowadzi zajęcia w Szkole Trenerów Wszechnicy UJ.

## Informacje dodatkowe

### Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Uczestnicy otrzymują książkę autorstwa Macieja Świeżego pt. "Psychologia dla Coachów", która przesyłana jest pocztą oraz teksty do przeczytania w formie cyfrowej przed rozpoczęciem każdego z Modułów. Po zajęciach otrzymują prezentacje od Prowadzących oraz materiały dodatkowe.

### Warunki uczestnictwa

Ukończenie kompleksowego, trwającego co najmniej 60 godzin kursu coachingu (np. Szkoły Coachów The Art & Scieence of Coaching).

### Informacje dodatkowe

Szkolenie odbędzie się przez platformę Zoo, która umożliwia rozmowę "na żywo", wzajemne widzenie się, udostępnianie ekranów/whiteboardów, dzielenie na małe grupy, dostęp do chatu.

Wymagania sprzętowe:

- połączenie internetowe - przewodowe lub bezprzewodowe (3G/4G/LTE)

- głośnik, mikrofon, kamera (wbudowane/USB/bezprzewodowe)
- system operacyjny: macOS 10.7 lub kolejne/Windows 10, 8, 7, Vista; na urządzeniu mobilnym: iOS lub Android

Link do udziału w szkoleniu będzie przekazany bezpośrednio uczestnikom oraz operatorom, będzie on ważny w rzeczywistym czasie trwania szkolenia.

Liczba godzin usługi: 56 godzin szkoleniowych (godzina szkoleniowa = 45 minut)

Materiały szkoleniowe: handouty, wybrane fragmenty lektur.

## Warunki techniczne

Wymagania sprzętowe:

- połączenie internetowe - przewodowe lub bezprzewodowe (3G/4G/LTE)
- głośnik, mikrofon, kamera (wbudowane/USB/bezprzewodowe)
- system operacyjny: macOS 10.7 lub kolejne/Windows 10, 8, 7, Vista; na urządzeniu mobilnym: iOS lub Android

## Kontakt



**Izabela Dołęgiewicz**

**E-mail** [izabela.dolegiewicz@wszechnica.uj.pl](mailto:izabela.dolegiewicz@wszechnica.uj.pl)

**Telefon** (+48) 506 006 087