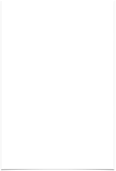
**MARTA SKRZYDELSKA - Coach PCC ICF/ Trener**



Coach PCC ICF, Mentor, Trener biznesu, wykładowca UW i SWPS. Trenerka Szkoły Mentorów Biznesu, gdzie od 2019 roku prowadzi szkolenia i superwizje dla Mentorek i Mentorów Fundacji Liderek Biznesu (EY). Współzałożycielka projektu *EMOCJE W PRACY*, którego celem jest edukacja i budowanie kapitału społecznego w obszarze inteligencji emocjonalnej.

Specjalizuje się w budowaniu siły i odporności psychicznej oraz poczucia własnej wartości. Wspiera liderów w rozwijaniu emocjonalnej sprawności (*emotional agility*). Prowadzi autorskie warsztaty z elementami coachingu grupowego dotyczące zarządzania emocjami w relacjach zawodowych, zarządzania energią osobistą, treningi kompetencji coachingowych i mentoringowych, a także warsztaty rozwijające umiejętności przywódcze.

Z wykształcenia jest socjologiem, absolwentką *Lancaster University* i *Graduate School for Social Research* Polskiej Akademii Nauk oraz filologiem (UW). Od ponad 12 lat jest częścią Uniwersytetu Otwartego UW, gdzie m.in. kierowała sekcją szkoleń i była odpowiedzialna za projektowanie i wdrażanie kompleksowych programów rozwojowych dla firm i instytucji.

Ukończyła Business Coaching Diploma Advanced Coach w Akademii PwC, jako coach pracowała z liderkami i liderami organizacji pozarządowych na całym świecie w ramach współpracy PwC z *Leaders’ Quest*. Posiada też doświadczenie jako prelegentka konferencji organizowanych przez Polską Izbę Firm Szkoleniowych, Uniwersytet Jagielloński czy International Coaching Federation.

Realizowała projekty szkoleniowe i coachingowe m.in. dla: BNP Paribas, KGHM, PwC, Deloitte, Estee Lauder, Vistra, Youth Business Poland, SWPS, American Studies Center, Fundacja Dr Clown, UOUW, PAP, MAC, Fundacja Liderek Biznesu przy EY, CHEP Europe.

**Pracuje po polsku i po angielsku.**

**Doświadczenie zawodowe:**

* Coach ICF Professional Certified Coach (PCC),
* Członek European Mentoring & Coaching Council (EMCC) oraz International Coaching Federation (ICF),
* 1100+ godzin jako Business & Life Coach,
* 600+ godzin jako Group i Team Coach,
* 120+ dni szkoleniowych,
* 12+ lat w branży szkoleniowej,
* Wykładowca akademicki - UW, SWPS.

**Wybrane certyfikaty, akredytacje:**

* Professional Certified Coach (PCC) International Coaching Federation,
* PwC Business Coaching Diploma - Advanced Coach.
* Certyfikowany Superwizor Coachingu
* Poczucie własnej wartości - szkolenie dla profesjonalistów,
* Racjonalna Terapia Zachowania w biznesie i zarządzaniu - Instytut Simontonowski.
* Licencjonowany użytkownik narzędzia psychometrycznego *Mental Toughness Questionnaire (MTQ48)* badającego siłę i odporność psychiczną.
* Certyfikowany Konsultant DISC D3 - narzędzia diagnozującego style zachowań i komunikacji pracowników, preferowanych ról zespołowych i motywatorów wewnętrznych.

**Opinie:**

*„Więcej takich warsztatów i takich prowadzących, którzy stwarzają bezpieczną atmosferę, zachęcającą do pracy z czasem trudnymi tematami. Warsztat mocno inspirujący do działania, pracy nad sobą, by życie miało coraz lepszy smak."*

*„Marta buduje niesamowitą relację zarówno z jak i wewnątrz grupy. Wszystkie tematy i zadania są przemyślane i tworzą spójną ścieżkę. Otrzymałam bardzo dużo dodatkowej wiedzy i inspiracji z obszaru psychologii, coachingu i rozwoju osobistego. Zajęcia były bardzo angażujące i skłaniały uczestników do ciekawych wniosków i przemyśleń.”*

**SPECJALIZACJA:**

**Coach:**

Pomagam ludziom tworzyć prawdziwe połączenia: ze sobą, z innymi, ze światem. Pracując z klientami indywidualnymi i z organizacjami tworzę bezpieczną przestrzeń do rozwoju, pełną obecności, uważności i inspiracji. Wspieram managerów i liderów w budowaniu relacji, rozwijaniu inteligencji emocjonalnej, przygotowaniu do awansu zawodowego, pracuję także z rodzicami wracającymi na rynek pracy po urlopach rodzicielskich.

**Trener:**

Jako trener specjalizuję się w szkoleniach rozwijających umiejętności miękkie, treningach kompetencji coachingowych, mentoringowych, liderskich. Cechuje mnie empatia i umiejętność dostrzegania potrzeb grupy/osoby. Ważne dla mnie są użyteczność i lekkość przekazu oraz przyjazna atmosfera. Warsztaty, które prowadzę aktywizują Uczestników, zapraszają do indywidualnej refleksji i poszerzania samoświadomości. Kończą się stworzeniem propozycji kolejnych kroków, które mogą zostać wdrożone już poza salą szkoleniową, w realnym życiu.