

Kielce 30 10 2024

Rekomendacja

Niniejszym rekomendujemy Panią Ewę Kruczkowską- Łysio właścicielkę „NEUROhoryzont” Pracowni Transformacji i Edukacji, która poprowadziła dla Fundacji JBB w ramach projektu „Trenerzy mentalni charytatywnie z Fundacją JBB”

3-godzinny webinar pt. „Samoocena i radzenie sobie ze stresem w pracy z klientami w kryzysie”.

Webinar odbył się w dniu 29 10 2024 i obejmował następujące zagadnienia:

- Samoocena i radzenie sobie ze stresem w pracy z klientami w kryzysie,
- Znaczenie dbania o własne potrzeby emocjonalne i psychiczne podczas pracy z klientami w trudnych sytuacjach,
- Techniki radzenia sobie z emocjami i stresującymi sytuacjami podczas sesji treningowych,
- Budowanie wsparcia społecznego i profesjonalnego w celu zapobiegania wypaleniu zawodowemu,
- Rozwijanie umiejętności samoświadomości i refleksji w kontekście pracy z klientami w kryzysie.

Webinar został przeprowadzony z najwyższym profesjonalizmem. Pani Ewa wykazała się znakomitą wiedzą merytoryczną, dużym doświadczeniem w pracy z osobami w kryzysie, a także umiejętnością angażowania uczestników i dostosowania treści do potrzeb grupy.

Efektem webinaru było wzmocnienie kompetencji uczestników w zakresie radzenia sobie ze stresem, zwiększenie świadomości własnych potrzeb emocjonalnych i psychicznych oraz rozwinięcie praktycznych, technik wsparcia własnego i innych w pracy z klientami w trudnych sytuacjach.

Z pełnym przekonaniem rekomendujemy Panią Ewę Ł. jako doświadczonego trenera i coacha, który skutecznie wspiera rozwój kompetencji mentalnych i odporności psychicznej profesjonalistów pracujących z klientami w kryzysie.



FUNDACJA
JAKUBA B. BĄCZKA

ul. Jagiellońska 6/5A, 41-500 Chorzów
tel.: +48 450 088 022, e-mail: biuro@fundacjaebb.pl
NIP: 6272765180, KRS: 0000813084, REGON: 384860890
Numer konta: 43 1140 2004 0000 3702 7984 2015

Prezes Zarządu
Agnieszka Janicka-Maj



Tychy, 9 lutego 2026 r.

Rekomendacja

Potwierdzam, że Pani Ewa Kruczkowska - Łysio, reprezentująca NEUROHORYZONT Pracownię Transformacji i Edukacji, zrealizowała dla Urzędu Miasta Tychy trzy warsztaty szkoleniowe „Rozmowa pracownicza jako kluczowy element w budowaniu przyjaznego środowiska pracy. Efektywne prowadzenie rozmów w zespole”, które odbyły się w dniach 2, 8 i 9 października 2025 r.

Każdy warsztat obejmował 8 godzin dydaktycznych, a łącznie w szkoleniach uczestniczyło 66 pracowników kadry kierowniczej, w tym kierownicy oraz naczelnicy wydziałów.

Szkolenie zostało przeprowadzone z zachowaniem najwyższych standardów merytorycznych i organizacyjnych. Program obejmował zagadnienia związane ze skuteczną komunikacją, aktywnym słuchaniem, cyklem rozmów pracowniczych, prowadzeniem rozmów trudnych, udzielaniem konstruktywnej informacji zwrotnej, budowaniem kultury dialogu, rozpoznawaniem sygnałów kryzysu psychicznego u pracowników, radzeniem sobie ze stresem oraz rozwiązywaniem konfliktów.

Zastosowane metody pracy – w tym symulacje rozmów, analiza przypadków oraz ćwiczenia praktyczne – były adekwatne do potrzeb uczestników i umożliwiły bezpośrednie przełożenie wiedzy na codzienną praktykę kierowniczą.

Uczestnicy ocenili szkolenie jako bardzo wartościowe, praktyczne i dostosowane do specyfiki administracji publicznej. Podkreślali wysoki poziom przygotowania trenerki, klarowność przekazu, umiejętność pracy z grupą oraz atmosferę sprzyjającą uczeniu się. Pani Ewa Kruczkowska - Łysio wykazała się profesjonalizmem, rzetelnością, szeroką wiedzą z zakresu komunikacji i zarządzania oraz umiejętnością przekładania teorii na konkretne, możliwe do wdrożenia narzędzia.

Realizacja szkolenia przyniosła wymierne korzyści organizacyjne, w tym:

- podniesienie kompetencji kierowniczych w zakresie prowadzenia rozmów pracowniczych,
- ujednolicenie standardu rozmów oceniających,
- poprawę jakości komunikacji w zespołach,
- wzmocnienie kultury dialogu,
- zwiększenie gotowości kadry kierowniczej do prowadzenia rozmów trudnych oraz reagowania na sytuacje kryzysowe.

Z pełnym przekonaniem rekomendujemy Panią Ewę Kruczkowską - Łysio jako profesjonalnego i godnego zaufania realizatora usług rozwojowych dla administracji publicznej.

NACZELNIK
Wydziału Organizacyjnego,
Kadr i Szkoleń
Dorota Rusin

Kopia: DUO



Tychy, 9 lutego 2026 r.

Rekomendacja

Potwierdzam, że **17 października 2024 r.** Pani **Ewa Kruczkowska - Łysio**, reprezentująca **NEUROHORYZONT Pracownię Transformacji i Edukacji**, przeprowadziła warsztat szkoleniowy „**Dobrostan Lidera**” w wymiarze 8 godzin dla kadry kierowniczej Urzędu Miasta Tychy. Szkolenie zostało zrealizowane dla grupy **19 osób – kadry zarządzającej**.

Warsztat został przygotowany i przeprowadzony z wysoką starannością, z pełnym uwzględnieniem specyfiki pracy osób zarządzających zespołami w administracji publicznej. Program szkolenia obejmował zagadnienia związane z dobrostanem psychicznym i fizycznym lidera, psychologią pozytywną, zarządzaniem stresem, prewencją wypalenia zawodowego oraz praktycznymi narzędziami wspierającymi efektywność osobistą i zawodową.

Uczestnicy pracowali m.in. nad identyfikacją własnych źródeł stresu, poznawali strategie regulacji emocji, techniki relaksacyjne i medytacyjne, narzędzia do zarządzania czasem i priorytetami oraz metody samodzielnej oceny poziomu dobrostanu. Istotnym elementem warsztatu było również opracowanie indywidualnych planów działania, wspierających trwałą zmianę nawyków i budowanie odporności psychicznej.

Szkolenie zostało bardzo wysoko ocenione przez uczestników, którzy podkreślali jego praktyczny charakter, możliwość natychmiastowego zastosowania poznanych narzędzi oraz wysoki poziom przygotowania trenerki. Uczestnicy wskazywali, że warsztat zwiększył ich świadomość w zakresie dbania o własny dobrostan, poprawił umiejętność rozpoznawania sygnałów przeciążenia oraz dostarczył konkretnych metod pracy ze stresem i zapobiegania wypaleniu zawodowemu. Szkolenie przyczyniło się również do wzmocnienia kompetencji kierowniczych związanych z budowaniem zdrowego i bezpiecznego środowiska pracy.

Warsztat spełnił wszystkie zakładane cele rozwojowe i przyniósł wymierne korzyści organizacyjne. Współpraca przebiegała sprawnie, z pełnym poszanowaniem ustaleń i potrzeb organizacji.

Z pełnym przekonaniem rekomendujemy **Panią Ewę Kruczkowską - Łysio** jako profesjonalnego, rzetelnego i godnego zaufania trenera oraz realizatora usług szkoleniowych, którego praca wnosi realną wartość do rozwoju kompetencji kadry kierowniczej oraz wzmocnienia dobrostanu w organizacji.

Kopia: DUO

NACZELNIK
Wydziału Organizacyjnego,
Kadry i Szkolenia
Dorota Rusin



Tychy 9 lutego 2026 r.

Rekomendacja

Potwierdzam, że w dniu 8 stycznia 2026 r. odbył się webinar „Rozmowa pracownicza jako kluczowy element w budowaniu przyjaznego środowiska pracy. Efektywne prowadzenie rozmów w zespole”, zrealizowany przez Panią Ewę Kruczkowską – Łysio z NEUROHORYZONT Pracowni Transformacji i Edukacji, skierowany do najwyższej kadry zarządzającej Urzędu Miasta Tychy.

Celem spotkania było zaprezentowanie, w jaki sposób system ocen pracowniczych – w tym arkusze ocen i rozmowy oceniające – może pełnić rolę realnego narzędzia zarządzania, a nie wyłącznie obowiązku kadrowego. Uczestnicy otrzymali konkretne rekomendacje dotyczące wdrożenia standardu rozmowy oceniającej, wzmocnienia kluczowych kryteriów strategicznych (takich jak współpraca międzywydziałowa, zarządzanie zespołem czy komunikatywność) oraz budowy rocznego cyklu „ocena – rozwój – raport”, wspierającego podejmowanie decyzji organizacyjnych.

Webinar oparto na analizie aktualnych trendów w administracji publicznej, doświadczeniach z wcześniejszych warsztatów realizowanych dla kadry kierowniczej oraz praktycznych przykładach rozmów oceniających. Pani Ewa Kruczkowska-Łysio przedstawiła przejrzystą strukturę procesu, wskazując sześć etapów rocznego cyklu zarządczego, wzmacniającego kulturę dialogu, partnerstwa i rozwoju w urzędzie.

Uczestnicy wysoko ocenili poziom merytoryczny spotkania, trafność rekomendacji oraz partnerski, konkretny i strategiczny sposób prowadzenia rozmowy z najwyższą kadram zarządzającą. Webinar umożliwił uporządkowanie dotychczasowych działań, identyfikację potencjalnych ryzyk oraz wyznaczenie kierunków dalszego rozwoju systemu ocen pracowniczych.

Z pełnym przekonaniem rekomendujemy Panią Ewę Kruczkowską - Łysio jako eksperta w obszarze komunikacji, zarządzania zespołem oraz projektowania procesów rozwojowych w administracji publicznej. Jej praca wnosi realną wartość dla organizacji, wspiera liderów w podejmowaniu świadomych decyzji oraz w budowaniu kultury opartej na faktach, zaufaniu i rozwoju.

NACZELNIK
Wydziału Organizacyjnego,
Kadr i Szkoleń
Dorota Rusin

Kopia: DUO

REKOMENDACJA

W dniu 5 czerwca 2026 uczestniczki moich dobrostanowych warsztatów **Be Your VIP**, wzięły udział w autorskim warsztacie „**Neurodrzewo Dobrostanu**”, prowadzonym przez Ewę Kruczkowską-Łysio, właścicielkę NEUROhoryzont – Pracownia Transformacji i Edukacji.

Warsztat był wartościowym połączeniem wiedzy o funkcjonowaniu mózgu z praktycznymi narzędziami wspierającymi dobrostan i rozwój osobisty. Uczestniczki miały okazję poznać podstawy neurografiki, pracować z autorskim algorytmem „Neurodrzewo”, rozwijać uważność i kreatywność oraz zatrzymać się na chwilę, by przyjrzeć się własnym zasobom i potrzebom.

Spotkanie spotkało się ze wspianiałym odbiorem. Szczególnie doceniono atmosferę bezpieczeństwa, profesjonalne prowadzenie oraz możliwość doświadczenia narzędzi, które można wykorzystać zarówno w życiu osobistym, jak i zawodowym.

Ewa Kruczkowska-Łysio prowadzi warsztaty z dużą uważnością, spokojem i zaangażowaniem. Łączy wiedzę z zakresu odporności psychicznej, coachingu i neurografiki z praktycznym doświadczeniem, tworząc przestrzeń sprzyjającą refleksji, budowaniu wewnętrznej równowagi i wzmacnianiu poczucia sprawczości.

Z pełnym przekonaniem rekomendujemy NEUROhoryzont – Pracownia Transformacji i Edukacji jako partnera do realizacji warsztatów wspierających dobrostan, odporność psychiczną i profilaktykę wypalenia zawodowego. To wartościowe doświadczenie, które inspirowe do świadomego dbania o siebie i pozostaje z uczestnikami na długo po zakończeniu spotkania.



REFERENCJE

dla Pani Ewy Kruczkowskiej-Łysio

Pracownia Transformacji i Edukacji NEUROhoryzont

Dyrekcja Szkoły Podstawowej Nr 3 w Łodzi pragnie udzielić najwyższych referencji Pani **Ewie Kruczkowskiej-Łysio**, założycielce Pracowni NEUROhoryzont, za przygotowanie i profesjonalne przeprowadzenie cyklu warsztatów szkoleniowych w ramach autorskiego programu „**Dobrostan Nauczyciela**”.

Szkolenie zostało zrealizowane w formie dwóch 3-godzinnych spotkań warsztatowych w dniach **15.04.2026 r. oraz 20.04.2026 r.**, a wzięło w nim udział **40 nauczycieli** naszej placówki. Tematyka zajęć koncentrowała się wokół systemowego podejścia do budowania odporności psychicznej, zarządzania energią oraz profilaktyki zdrowia psychicznego w pracy dydaktyczno-wychowawczej.

Program warsztatów charakteryzował się doskonałym ustrukturyzowaniem i objął następujące obszary:

- ✓ **Profilaktyka wypalenia zawodowego:** szczegółowe omówienie czynników ryzyka oraz psychofizycznych i behawioralnych symptomów wypalenia (w oparciu o najnowsze klasyfikacje medyczne i psychologiczne), z wyraźnym rozróżnieniem stanów wysokiego stresu od chronicznego wyczerpania.
- ✓ **Zarządzanie obciążeniem pracą i czasem:** praktyczne wdrożenie metod priorytetyzacji zadań, efektywnego dzielenia obowiązków oraz eliminowania aktywności nieefektywnych i obciążających w codziennej pracy nauczyciela.
- ✓ **Strategie budowania dobrostanu psychofizycznego:** warsztatowa praca z autorskimi modelami diagnostycznymi, umożliwiającą uczestnikom rzetelną ocenę zasobów osobistych, potrzeb zdrowotnych oraz satysfakcji zawodowej.
- ✓ **Praca z wartościami i regulacja emocji:** odwołanie się do wartości jako osobistego kompasu w sytuacjach kryzysowych oraz nauka konkretnych, somatyczno-oddechowych metod redukcji stresu.





Pani Ewa Kruczkowska-Łysio wykazała się nie tylko głęboką wiedzą merytoryczną, ale również wyjątkowym wyczuciem specyfiki środowiska szkolnego. Dzięki ogromnej empatii, otwartości oraz charyzmie prowadzącej, na sali stworzona została przestrzeń pełna zaufania i bezpieczeństwa psychologicznego. Warsztatowa formuła zajęć, połączona z unikalną metodologią **NEUROhoryzont**, pozwoliła nauczycielom na wdrożenie poznanych technik do codziennego życia zawodowego i osobistego.

Autorski program „Dobrostan Nauczyciela” spotkał się z entuzjastycznym odbiorem grona pedagogicznego wpływając na poprawę komfortu pracy oraz wzmocnienie rezyliencji naszych pracowników.

Z pełnym przekonaniem polecamy Panią Ewę Kruczkowską-Łysio oraz Pracownię **NEUROhoryzont** jako wybitnego, rzetelnego partnera szkoleniowego dla instytucji edukacyjnych, samorządowych oraz wszelkich placówek poszukujących najwyższych standardów w obszarze dbania o dobrostan, odporność psychiczną kadr.

Z poważaniem,

DYREKTOR SZKOŁY

[Podpis]
mgr Małgorzata Cylke



Zgierz, 2.09.2026 r.

LIST REFERENCYJNY

dla Pani Ewy Kruczkowskiej-Łysio

Izba Przedsiębiorców i Pracodawców Centralnej Polski z pełnym przekonaniem udziela rekomendacji Pani Ewie Kruczkowskiej-Łysio, założycielce Pracowni Transformacji i Edukacji **NEUROhoryzont**, dziękując za aktywny, ekspercki i merytoryczny udział w panelu dyskusyjnym podczas wydarzenia **Biznes Mixer „Silny biznes. Zdrowe relacje.”**, które odbyło się 20 maja 2026 r.

Tematyka wydarzenia koncentrowała się wokół budowania bezpiecznego, zdrowego i efektywnego środowiska pracy oraz roli relacji i komunikacji w funkcjonowaniu współczesnych organizacji.

Pani Ewa Kruczkowska-Łysio, jako certyfikowany coach ICF i praktyk, wniosła do dyskusji wiedzę oraz doświadczenie szczególnie istotne z perspektywy przedsiębiorców, pracodawców i kadry zarządzającej.

Na szczególne uznanie zasługują jej kompetencje w zakresie:

- **przeciwdziałania mobbingowi i innym niepożądanym zjawiskom w miejscu pracy** – poprzez wskazywanie znaczenia właściwych procedur, jasnych zasad, zdrowych granic oraz odpowiedzialnej roli lidera;
- **budowania kultury organizacyjnej opartej na szacunku, zaufaniu i empatii** – z uwzględnieniem wpływu relacji w zespole na jego stabilność, zaangażowanie i efektywność;
- **komunikacji i zarządzania sytuacjami konfliktowymi** – ze szczególnym uwzględnieniem budowania otwartego dialogu, odpowiedzialności i konstruktywnego rozwiązywania problemów.

Pani Ewa Kruczkowska-Łysio wyróżnia się umiejętnością łączenia wiedzy psychologicznej i coachingowej z praktycznymi realiami funkcjonowania przedsiębiorstw. Jej wystąpienie cechowały profesjonalizm, komunikatywność, zaangażowanie oraz umiejętność przekazywania złożonych zagadnień w sposób przystępny i użyteczny dla uczestników.

Izba Przedsiębiorców i Pracodawców Centralnej Polski z pełnym przekonaniem rekomenduje Panią Ewę Kruczkowską-Łysio oraz Pracownię Transformacji i Edukacji NEUROhoryzont jako profesjonalnego i godnego zaufania partnera w działaniach z zakresu rozwoju kompetencji, edukacji antymobbingowej, komunikacji oraz budowania zdrowej kultury organizacyjnej.

Jesteśmy przekonani, że jej wiedza, doświadczenie i zaangażowanie stanowią istotną wartość dla przedsiębiorców, organizacji oraz instytucji poszukujących praktycznych i skutecznych rozwiązań wspierających rozwój ludzi i organizacji.

Izba Przedsiębiorców i Pracodawców Centralnej Polski

Tychy 25 kwietnia 2026r

Rekomendacja

Potwierdzam, że Pani **Ewa Kruczkowska - Łysio**, reprezentująca **NEUROHORYZONT Pracownię Transformacji i Edukacji**, zrealizowała dla **Urzędu Miasta Tychy** warsztat szkoleniowy „**Trudne sytuacje w obsłudze klienta - komunikacja, stawianie granic i budowanie odporności psychicznej**”, który odbył się w dniu **23 kwietnia 2026 r.**

Warsztat obejmował **8 godzin dydaktycznych**, a łącznie w szkoleniu uczestniczyło **10 pracowników** działów obsługi klienta- pierwszej linii kontaktu.

Szkolenie zostało przeprowadzone z zachowaniem najwyższych standardów merytorycznych i organizacyjnych. Program obejmował zagadnienia

- związane ze skuteczną komunikacją, aktywnym słuchaniem, reagowaniem na agresję i presję ze strony interesantów bez eskalacji konfliktu,

- spokojnym, profesjonalnym i asertywnym stawianiem granic w relacji z klientem, jasnym i skutecznym komunikowaniem decyzji administracyjnych i procedur, unikaniem ulegania prowokacjom, technikami zachowania opanowania w sytuacjach kryzysowych,

- rozpoznawaniem typologii trudnych klientów oraz diagnozowaniem ich ukrytych potrzeb, a także praktycznym stosowaniem zaawansowanych narzędzi komunikacyjnych: Analizy Transakcyjnej (AT), NVC (Nonviolent Communication) oraz Modelu Czworoga Uszu von Thuna.

Zastosowane metody pracy - w tym symulacje trudnych rozmów „przy okienku”, analiza przypadków (case studies) oraz ćwiczenia praktyczne z zakresu radzenia sobie z ww sytuacjami były adekwatne do potrzeb uczestników i umożliwiły bezpośrednie przełożenie wiedzy na codzienną praktykę stanowiskową.

Uczestnicy ocenili szkolenie jako bardzo wartościowe, praktyczne i dostosowane do specyfiki administracji publicznej. Podkreślali wysoki poziom przygotowania trenerki, klarowność przekazu, umiejętność pracy z grupą, wysoki poziom empatii oraz atmosferę sprzyjającą uczeniu się i budowaniu bezpiecznej przestrzeni warsztatowej.

Pani Ewa Kruczkowska - Łysio wykazała się profesjonalizmem, rzetelnością, szeroką wiedzą z zakresu psychologii biznesu i odporności psychicznej oraz umiejętnością przekładania teorii na konkretne, możliwe do natychmiastowego wdrożenia narzędzia.

Realizacja szkolenia przyniosła wymierne korzyści organizacyjne, w tym:

- wzmocnienie odporności psychicznej pracowników pierwszej linii, co bezpośrednio przekłada się na redukcję stresu zawodowego i prewencję wypalenia,
- podniesienie kompetencji stanowiskowych w zakresie asertywnego i profesjonalnego stawiania granic w kontakcie z trudnym interesantem,
- poprawę jakości komunikacji i deeskalacji napięć na pierwszej linii obsługi,
- zwiększenie gotowości pracowników do radzenia sobie z presją czasu oraz przeciążeniem emocjonalnym.

Z pełnym przekonaniem rekomendujemy Panią Ewę Kruczkowską - Łysio jako profesjonalnego i godnego zaufania realizatora usług rozwojowych dla administracji publicznej.

NACZELNIK
Wydziału Organizacyjnego,
Kadry i Szkolenia

.....
Dorota Rusin

Podpis i stanowisko osoby rekomendującej



Przemysław Staniszewski
Prezydent Miasta Zgierza

Zgierz, 5 sierpnia 2026 r.

REFERENCJE

Z ogromną przyjemnością udzielam najwyższych referencji Pani Ewie Kruczkowskiej-Łysio – profesjonalnemu coachowi ICF, konsultantowi kryzysowemu, ekspertce w zakresie budowania odporności psychicznej oraz założycielce Pracowni Transformacji i Edukacji NEUROhoryzont.

Pani Ewa Kruczkowska-Łysio poprowadziła autorski warsztat „Silna, skuteczna... i co dalej?”, zorganizowany 9 czerwca 2026 roku w ramach cyklu „Kobiety Biznesu – rozmowy, które dają siłę”, realizowanego przez Zgierskie Centrum Obsługi Przedsiębiorców.

W wydarzeniu uczestniczyło 25 przedsiębiorczyń ze Zgierza.

Przygotowany program stanowił wartościowe połączenie aktualnej wiedzy z zakresu neurobiologii, psychologii oraz praktycznych narzędzi wspierających rozwój osobisty i zawodowy. Warsztat oparty na autorskim procesie Zatrzymanie - Uświadomienie - Wybór - Decyzja umożliwił uczestniczkom refleksję nad własnymi zasobami, identyfikację obszarów wymagających wzmocnienia oraz wypracowanie rozwiązań sprzyjających zachowaniu równowagi i odporności psychicznej.

Na szczególne uznanie zasługuje sposób prowadzenia zajęć. Pani Ewa z wyjątkowym profesjonalizmem i zaangażowaniem stworzyła atmosferę bezpieczeństwa, zaufania i otwartości. Umiejętnie przełożyła zagadnienia związane z funkcjonowaniem układu nerwowego oraz odpornością psychiczną na konkretne, praktyczne rozwiązania możliwe do zastosowania zarówno w prowadzeniu działalności gospodarczej, jak i w życiu codziennym. Wysoka kultura osobista, doskonałe przygotowanie merytoryczne oraz empatyczne podejście sprawiły, że spotkanie spotkało się z bardzo pozytywnym odbiorem uczestniczek.



Z pełnym przekonaniem rekomenduję Panią Ewę Kruczkowską-Łysio oraz Pracownię Transformacji i Edukacji NEUROhoryzont jako rzetelnego partnera dla samorządów, instytucji publicznych, organizacji oraz przedsiębiorstw realizujących działania z zakresu rozwoju kompetencji, wzmacniania odporności psychicznej, zarządzania kryzysem i dobrostanu pracowników.

Jestem przekonany, że współpraca z Panią Ewą Kruczkowską-Łysio będzie wartością dla każdej organizacji, która stawia na profesjonalizm, rozwój oraz odpowiedzialne budowanie potencjału ludzi.


PREZIDENT
MIASTA ZGIERZA
Przemysław Stanisławski

Łódź 20 lipca 2025

Rekomendacja

Niniejszym rekomenduję NEUROhoryzont Pracownię Transformacji i Edukacji i Panią Ewę Kruczkowską-Łysio, która przeprowadziła dla ICF - oddział Łódź 8 -godzinny warsztat pt.: „*Neurodrzewo Radości*” dla coachów ICF w dniu 11 lipca 2025 dla grupy 12 uczestników.

Warsztat został przeprowadzony z pełnym profesjonalizmem. Pani Ewa wykazała się wysokimi kompetencjami merytorycznymi i praktycznymi, doświadczeniem w pracy z coachami oraz umiejętnością angażowania uczestników i dostosowania treści do ich potrzeb.

Podczas warsztatu uczestnicy:

- poznawali i rozumieli własne emocje oraz sygnały płynące z ciała w kontekście pracy coachingowej,
- rozwijali świadomość własnego dobrostanu i techniki jego utrzymania podczas pracy z klientem,
- poznawali metody stawiania celów, planowania ich realizacji oraz dążenia do osiągnięcia rezultatów, z dbałością o dobrostan swój i klientów
- identyfikowali swoje zasoby i kompetencje wspierające efektywne działanie i rozwój osobisty,
- ćwiczyli praktyczne narzędzia wspierające radość, motywację i zaangażowanie w pracy coachingowej.

Współpraca przebiegała sprawnie, z pełnym poszanowaniem wcześniejszych ustaleń.

Z pełnym przekonaniem rekomenduję Panią Ewę Kruczkowską- Łysio jako doświadczonego trenera i coacha, który skutecznie wspiera rozwój kompetencji coachingowych, świadomość emocjonalną, dobrostan oraz efektywne osiąganie wyznaczonych celów.



Ewa Różalska- Dyrektor oddziału ICF Polska Łódź

Podpis i stanowisko osoby rekomendującej

Referencje biznesowe

Ja, **Agnieszka Stefanowicz**, właścicielka **KREDO KAFFEE**, niniejszym rekomenduję **Panią Ewę Kruczkowską-Łysio** oraz Pracownię Transformacji i Edukacji „**NEUROhoryzont**”, które przeprowadziły dla mnie proces coachingowy obejmujący 10 godzin indywidualnych sesji realizowanych w okresie **wrzesień – grudzień 2025**.

Proces coachingowy został przeprowadzony z najwyższym profesjonalizmem. Pani Ewa wykazała się szeroką wiedzą, doświadczeniem w coachingu biznesowym oraz umiejętnością skutecznego wspierania przedsiębiorców w rozwoju ich działalności. Jej podejście było rzetelne, uważne i w pełni dostosowane do specyfiki pracy w branży gastronomicznej.

W trakcie procesu:

- ✚ pracowałam nad planowaniem strategicznym i rozwojem kompetencji menedżerskich,
- ✚ korzystałam z modelu **HEMP**, który pomógł mi zwiększyć efektywność i motywację – zarówno własną, jak i zespołu,
- ✚ wyznaczałam cele krótko- i długoterminowe oraz tworzyłam plany ich realizacji,
- ✚ identyfikowałam zasoby i bariery w prowadzeniu biznesu,
- ✚ uczestniczyłam w ćwiczeniach wspierających autorefleksję i świadome podejmowanie decyzji,
- ✚ wzmacniałam odporność psychiczną i umiejętność radzenia sobie ze stresem, dbaniem o dobrostan oraz wyzwaniem codziennej pracy przedsiębiorcy.

Efektem procesu było zwiększenie świadomości własnych zasobów i potencjału, rozwój umiejętności zarządzania kawiarnią w sposób strategiczny i zrównoważony, poprawa planowania celów oraz wzmocnienie motywacji i zaangażowania w codzienne działania biznesowe.

Z pełnym przekonaniem rekomenduję **Panią Ewę Kruczkowską-Łysio** jako coacha i trenera, który skutecznie wspiera rozwój przedsiębiorców, łączy wiedzę merytoryczną z praktycznymi narzędziami coachingowymi oraz realnie wspiera osiągnięcie wyznaczonych celów biznesowych.

Agnieszka Stefanowicz

Właścicielka KREDO KAFFEE

LIST REFERENCYJNY I POTWIERDZENIE WSPÓŁPRACY

Fundacja Koło Gospodyń Miejskich w Zgierzu z pełnym przekonaniem rekomenduje firmę **NEUROhoryzont Pracownia Transformacji i Edukacji** jako profesjonalnego partnera w obszarze edukacji i rozwoju osobistego. W okresie od **czerwca 2024 r. do listopada 2025 r.** pracownia zrealizowała dla naszej społeczności cykl specjalistycznych usług rozwojowych w formie 4-godzinnych warsztatów tematycznych.

Wykaz zrealizowanych modułów:

- ✓ **Zarządzanie motywacją i celami:** „Żeby chciało się chcieć” (28.06.2024), „Odwaga – warsztaty dla kobiet” (16.10.2025), „NEURO_IKIGAI” (23.11.2025).
- ✓ **Komunikacja interpersonalna:** „Asertywna Ja” (25.07.2024), „Komunikacja dla dorosłych” (10.09.2024).
- ✓ **Inteligencja emocjonalna i dobrostan:** „Jesienny dobrostan” (01.10.2024), „Od złości do spokoju” (28.11.2024).
- ✓ **Procesy transformacyjne:** „Neurodrzewo Radości” (12.12.2024), „Neurolotos Miłości” (29.07.2025).

Innowacyjna metodyka i podejście coachingowe:

Pani Ewa Kruczkowska-Łysio w unikalny sposób łączy klasyczny **warsztat coachingowy z neurobiologią pracy z obrazem**. Metoda ta, wykraczająca poza standardowe techniki werbalne, pozwoliła uczestnikom na:

- ✓ **Stymulację neuroplastyczności mózgu:** Wykorzystanie procesów twórczych do aktywacji nowych połączeń neuronalnych i trwałej zmiany schematów myślowych.
- ✓ **Głębką pracę z przekonaniami:** Zastosowanie wizualnej metafory umożliwiło bezpieczny kontakt z podświadomymi blokadami i ich skuteczną transformację.
- ✓ **Regulację układu nerwowego:** Poprzez techniki pracy z obrazem uczestnicy uczyli się redukcji napięcia biologicznego, co przekładało się na natychmiastowy wzrost poczucia wewnętrznej równowagi.
- ✓ **Wdrażanie zmian (Action Coaching):** Każdy warsztat kończył się wyznaczeniem konkretnych działań (m.in. metodą SMART), co gwarantowało wysoką efektywność wdrożeniową po zakończeniu usługi.

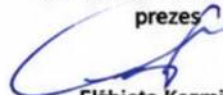
Potwierdzenie jakości i efektów uczenia się:

Jako Zleceniodawca potwierdzamy, że usługi zostały wykonane należycie i terminowo. Uczestnicy wykazali mierzalny wzrost kompetencji w zakresie asertywności, odporności psychicznej oraz planowania ścieżki rozwoju. Ewa Kruczkowska-Łysio wykazała się nie tylko wysokim profesjonalizmem i wiedzą merytoryczną, ale także niezwykłą empatią i uważnością, tworząc przestrzeń sprzyjającą realnej, pozytywnej zmianie.

Niniejszy list stanowi potwierdzenie najwyższej jakości usług, spełniających standardy rynkowe i wymagania instytucji nadzorujących systemy wsparcia rozwoju.

Fundacja Koło Gospodyń Miejskich
w Zgierzu
95-100 Zgierz, ul. Grotnicka 3
NIP 7322180655 Regon 365582918
KRS 0000640023

FUNDACJA KOŁO GOSPODYŃ
MIEJSKICH W ZGIERZU
prezes


Elżbieta Kazmierska

(podpis i pieczęć osoby reprezentującej Fundację)

Referencje biznesowe

Ja, **Agnieszka Stefanowicz**, właścicielka **KREDO KAFFEE**, niniejszym rekomenduję **Panią Ewę Kruczkowską-Łysio** oraz Pracownię Transformacji i Edukacji „**NEUROhoryzont**”, które przeprowadziły dla mnie proces coachingowy obejmujący 10 godzin indywidualnych sesji realizowanych w okresie **wrzesień – grudzień 2025**.

Proces coachingowy został przeprowadzony z najwyższym profesjonalizmem. Pani Ewa wykazała się szeroką wiedzą, doświadczeniem w coachingu biznesowym oraz umiejętnością skutecznego wspierania przedsiębiorców w rozwoju ich działalności. Jej podejście było rzetelne, uważne i w pełni dostosowane do specyfiki pracy w branży gastronomicznej.

W trakcie procesu:

- ✚ pracowałam nad planowaniem strategicznym i rozwojem kompetencji menedżerskich,
- ✚ korzystałam z modelu **HEMP**, który pomógł mi zwiększyć efektywność i motywację – zarówno własną, jak i zespołu,
- ✚ wyznaczałam cele krótko- i długoterminowe oraz tworzyłam plany ich realizacji,
- ✚ identyfikowałam zasoby i bariery w prowadzeniu biznesu,
- ✚ uczestniczyłam w ćwiczeniach wspierających autorefleksję i świadome podejmowanie decyzji,
- ✚ wzmacniałam odporność psychiczną i umiejętność radzenia sobie ze stresem, dbaniem o dobrostan oraz wyzwaniem codziennej pracy przedsiębiorcy.

Efektem procesu było zwiększenie świadomości własnych zasobów i potencjału, rozwój umiejętności zarządzania kawiarnią w sposób strategiczny i zrównoważony, poprawa planowania celów oraz wzmocnienie motywacji i zaangażowania w codzienne działania biznesowe.

Z pełnym przekonaniem rekomenduję **Panią Ewę Kruczkowską-Łysio** jako coacha i trenera, który skutecznie wspiera rozwój przedsiębiorców, łączy wiedzę merytoryczną z praktycznymi narzędziami coachingowymi oraz realnie wspiera osiągnięcie wyznaczonych celów biznesowych.

Agnieszka Stefanowicz

Właścicielka KREDO KAFFEE

Tychy, 16 stycznia 2026 r.

Referencja biznesowa

Rekomenduję **Panią Ewę Kruczkowską-Łysio** oraz **Pracownię Transformacji i Edukacji** jako profesjonalnego partnera w rozwoju kompetencji biznesowych. Pani Ewa zrealizowała proces coachingowy dla Joanny Dardy-Gramatyki, tłumacza przysięgłego języka rosyjskiego, obejmujący **10 sesji po 90 minut**, w okresie **październik–grudzień 2025 r.**

Proces coachingowy był skoncentrowany na poprawie efektywności pracy, odporności na presję oraz świadomym zarządzaniu rozwojem zawodowym w wymagającym środowisku usług specjalistycznych. Współpraca miała jasno określone cele i mierzalne rezultaty.

Zakres pracy obejmował m.in.:

- optymalizację organizacji pracy i zarządzania czasem w warunkach wysokiej odpowiedzialności zawodowej,
- wzmocnienie pewności siebie w relacjach z klientami instytucjonalnymi i biznesowymi,
- wypracowanie skutecznych strategii radzenia sobie z presją terminów i stresem operacyjnym,
- świadome wykorzystanie kompetencji i zasobów osobistych w celu podnoszenia jakości usług,
- budowanie trwałej równowagi pomiędzy efektywnością zawodową a regeneracją.

Efektom procesu było zwiększenie skuteczności działania, lepsze zarządzanie obciążeniem pracą, poprawa komfortu decyzyjnego oraz większa klarowność w planowaniu dalszego rozwoju zawodowego.

Z pełnym przekonaniem rekomenduję **Panią Ewę Kruczkowską-Łysio** jako coacha, który wspiera profesjonalistów w podnoszeniu efektywności, jakości pracy oraz odporności psychicznej, przekładając rozwój osobisty na realne korzyści biznesowe.

dr Joanna Darda-Gramatyka
Tłumacz przysięgły języka rosyjskiego
pl. Zbawiciela 2/3, 43-100 Tychy
NIP: 753-198-69-60 REGON: 242644230
tel.: 604-965-737
www.joannadardagramatyka.pl

Referencje



Niniejszym potwierdzam, że uczestniczyłem w procesie coachingowym prowadzonym przez **Panią Ewę Kruczkowską-Łysio** z Pracowni Transformacji i Edukacji **NEUROhoryzont**. Proces obejmował **24 godziny** indywidualnych sesji coachingowych, realizowanych w okresie **od 6.08.2025 do 30.12.2025** w ramach których pracowałem nad rozwojem mojego celu biznesowego związanego z rozpoczęciem działalności gospodarczej.

Pani Ewa prowadziła proces z dużym profesjonalizmem, uważnością i pełnym dostosowaniem do moich potrzeb oraz wyzwań, z jakimi mierzy się początkujący przedsiębiorca. Jej sposób pracy sprzyjał refleksji, porządkowaniu priorytetów i świadomemu podejmowaniu decyzji. Narzędzia coachingowe były trafnie dobrane do realiów biznesowych i pozwalały mi na bieżąco przekładać wnioski na konkretne działania.

W trakcie procesu:

- rozwijałem umiejętność planowania i organizacji działań w ramach nowo powstałej działalności,
- lepiej poznałem swoje mocne strony i zasoby potrzebne do prowadzenia firmy,
- wypracowałem strategie radzenia sobie ze stresem i wyzwaniami związanymi z przedsiębiorczością,
- wzmocniłem pewność siebie w podejmowaniu decyzji biznesowych oraz w kontaktach z klientami i partnerami,
- określiłem konkretne cele biznesowe i osobiste oraz stworzyłem plan działań prowadzący do ich realizacji,
- nauczyłem się dbać o równowagę między życiem zawodowym a prywatnym w intensywnym okresie startu firmy.

Efektem procesu jest dla mnie większa klarowność w działaniu, lepsza organizacja pracy, większa pewność siebie oraz konkretne strategie rozwoju, które wdrażam w codziennej praktyce. Proces coachingowy pomógł mi uporządkować cele, wzmocnić motywację i świadomie budować fundamenty mojej działalności.

Z pełnym przekonaniem polecam **Panią Ewę Kruczkowską-Łysio** jako akredytowanego coacha ICF, który skutecznie wspiera przedsiębiorców w rozwoju kompetencji menedżerskich, budowaniu świadomości własnych zasobów oraz osiągnięciu ambitnych celów biznesowych.

Paweł Dzięciół

Paweł Dzięciół