



Akademia Bliżej
Natalia Kurzawa

★★★★★ 4,8 / 5

774 oceny

kurs terapia krótkoterminowa w modelu skoncentrowanym na rozwiązaniach-wspieranie w zmianie

Numer usługi 2025/03/09/11147/2608986

📍 zdalna w czasie rzeczywistym

🏠 Usługa szkoleniowa

🕒 55 h

📅 27.09.2025 do 06.12.2025

4 950,00 PLN brutto

4 950,00 PLN netto

90,00 PLN brutto/h

90,00 PLN netto/h

Informacje podstawowe

Kategoria

Zdrowie i medycyna / Psychologia i rozwój osobisty

Grupa docelowa usługi

Kurs przeznaczony jest dla osób , które na co dzień pracują z drugim człowiekiem, w takich obszarach jak:

- coaching
- mediacje
- psychoterapia, interwencja kryzysowa
- pomoc psychologiczna
- nauczyciele
- pracownicy Ośrodków Pomocy Społecznej
- kuratorzy sądowy i społeczni
- trenerzy
- Usługa adresowana również do uczestników projektu „Kierunek – Rozwój”

oraz Małopolski Pociąg do kariery oraz pozostałych projektów z dofinansowaniem.

Minimalna liczba uczestników

6

Maksymalna liczba uczestników

18

Data zakończenia rekrutacji

26-09-2025

Forma prowadzenia usługi

zdalna w czasie rzeczywistym

Liczba godzin usługi

55

Podstawa uzyskania wpisu do BUR

Certyfikat systemu zarządzania jakością wg. ISO 9001:2015 (PN-EN ISO 9001:2015) - w zakresie usług szkoleniowych

Cel

Cel edukacyjny

Usługa przygotowuje do samodzielnego prowadzenia sesji pomocowych/terapeutycznych na poziomie podstawowym jako praktyk w modelu skoncentrowanym na poszukiwaniu rozwiązań w sytuacjach problemowych oraz rozwijaniu konstruktywnych sposobów radzenia sobie. Osiągnięcie zakładanych efektów uczenia się pozwoli na prowadzenie sesji pomocowych/ terapeutycznych w podejściu skoncentrowanym na rozwiązaniach na poziomie podstawowym jako praktyk metody.

Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
1) charakteryzuje wiedzę wymaganą dla roli praktyka w podejściu skoncentrowanym na rozwiązaniach	definiuje filozofię wyrażaną w podejściu skoncentrowanym na rozwiązaniach; określa rolę terapeuty/pomagacza w podejściu skoncentrowanym na rozwiązaniach;	Test teoretyczny
	charakteryzuje znaczenie i korzyści płynące ze stosowania postawy niewiedzy; stosuje zdrową semantykę, która wzmacnia klienta;	Test teoretyczny
2) definiuje podstawową wiedzę z zakresu psychologii wprowadzania zmian	interpretuje zasłyszane treści w kontekście poszukiwania zasobów klienta; stosuje techniki terapeutyczne w celu poszukania rozwiązania; rozumie zasadę małych kroków w osiąganiu celu terapeutycznego i utrzymaniu wysokiego poziomu motywacji u klienta	Test teoretyczny
	charakteryzuje model stadiów zmian (Prochaska i DiClemente), i umie je zastosować; rozumie i stosuje odpowiednie narzędzia w zależności od poziomu gotowości i etapu zmiany w życiu klienta; potrafi zarządzać ambiwalencją emocjonalną u klienta stosując pytania otwarte poszerzające perspektywę; umie dostosować odpowiednie narzędzia interwencyjne w zależności od etapu zmiany;	Test teoretyczny

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
3) charakteryzuje przyczyny ludzkich zachowań w zakresie sytuacji życiowych 4) charakteryzuje kompetencje wymagane od osoby będącej w roli praktyka pracującego w podejściu skoncentrowanym na rozwiązaniach	charakteryzuje elementarną wiedzę w zakresie rozwoju człowieka; rozróżnia identyfikować potrzeby klienta zgodnie z piramidą potrzeb Masłowa; potrafi zastosować odpowiednie narzędzia interwencyjne w komunikacji interpersonalnej z klientem; potrafi zidentyfikować i nazwać w jakiej relacji klient jest wobec podejmowanego kontaktu terapeutycznego; definiuje podstawowe mechanizmy rządzące funkcjonowaniem człowieka w zależności od jego trudności życiowych; charakteryzuje przebieg procesu terapeutycznego w kierunku przeformułowania trudności wnoszonych przez klienta na jego potrzeby;	Test teoretyczny Test teoretyczny
	stosuje narzędzia komunikacyjne stwarzające warunki do swobodnej rozmowy z klientem; stosuje pozytywne wzmocnienia wobec pożądanых zmian poprzez afirmowanie perspektywy klienta prowadząc dialog ukierunkowany na rozwiązania	Obserwacja w warunkach symulowanych
	stosuje techniki zachęcające do poszerzania perspektywy i aktywnie prowadzi komunikację, gdy klient odpowiada, że "nie wie ", w procesie terapeutycznym pozostawia klientowi przestrzeń na generowanie rozwiązań; stosuje za "postawę niewiedzy";	Obserwacja w warunkach symulowanych
	dobiera trafnie narzędzia w zależności od relacji w jakiej klient podchodzi do udzielanego mu wsparcia; stosuje podstawowe narzędzia i techniki stanowiące warsztat pracy terapeuty/pomagacza w modelu ukierunkowanym na rozwiązania stosuje komplementy w toku dialogu z klientem w oparciu o fakty, posługuje się dostępnymi narzędziami zgodnymi z podejściem skoncentrowanym na rozwiązaniach;	Obserwacja w warunkach symulowanych Obserwacja w warunkach symulowanych

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
6) stosuje poznane modele i narzędzia skuteczne w modelu skoncentrowanym na rozwiązaniach w pracy z klientem	analizuje adekwatności wdrożenia poszczególnych technik i narzędzi, zastosowanie których stanowić będzie zwiększenie motywacji i poczucia wpływu u klienta; wykorzystuje techniki terapeutyczne w celu zmiany negatywnych myśli i przekonań klienta;	Obserwacja w warunkach symulowanych
7) posługuje się modelem EARS, skalą, wyjątkami, pytaniem o cud	stosuje narzędzie Pytanie o cud w sposób refleksyjny poprzez uwzględnianie specyficznych potrzeb klienta; posługuje się technikę skalowania w kierunku eksploracji osiągnięć i zasobów klienta;	Obserwacja w warunkach symulowanych
	stosuje model EARS, identyfikuje jego wpływ na budowanie kompetencji i rozwiązań w narracji klienta; identyfikuje tzw. "wyjątki" w życiu klienta, budując refleksyjność i samoświadomość zasobów w kliencie;	Obserwacja w warunkach symulowanych
8) umiejętnie stosuje efektywną komunikację podczas sesji terapeutycznych	stosuje skuteczną i konstruktywną komunikację dostosowując ją jednocześnie do możliwości komunikacyjnych klienta;	Obserwacja w warunkach symulowanych
9) rozumie cele terapii i wykorzystywane narzędzia	tworzy plan terapeutyczny	Obserwacja w warunkach symulowanych
	stosuje techniki pracy w oparciu o informacje wniesione przez klienta, aby lepiej odpowiadać jego indywidualnym potrzebom;	Obserwacja w warunkach symulowanych
	stosuje metodę smart w celu zweryfikowania mierzalności określonego celu;	Obserwacja w warunkach symulowanych
	prowadzi dialog z klientem w kierunku określenia celu adekwatnego i realnego do osiągnięcia w myśl metody małych kroków wynikających z potrzeb klienta	Obserwacja w warunkach symulowanych
	stosuje pytania dotyczące celów, potrzeb i możliwości klienta	Obserwacja w warunkach symulowanych
10) umiejętnie zadaje pytania dotyczące celów, potrzeb i możliwości klienta	stosuje pytania poszerzające perspektywę klienta	Obserwacja w warunkach symulowanych

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
11) buduje u klienta proces osiągania celów i stosuje interwencje odpowiednie do etapu procesu wprowadzania zmian	dokonuje weryfikacji zmian zachodzących w życiu klienta oraz zweryfikować ich powiązanie z procesem terapeutycznym;	Obserwacja w warunkach symulowanych
	charakteryzuje stadia zmiany z uwzględnieniem nawrotu, jako elementu utrwalania pożądanej zmiany;	Test teoretyczny
	stosuje adekwatne techniki pracy stosownie do etapu zmiany klienta	Obserwacja w warunkach symulowanych
12) kształtuje odpowiedzialność i rzetelność wykonywanej pracy	wyказuje pełne zrozumienie zakresu swoich obowiązków oraz odpowiedzialności wynikających z wykonywanej pracy; skutecznie wykonuje powierzone zadania zgodnie z ustalonymi standardami i terminami;	Obserwacja w warunkach symulowanych
13) wykazuje profesjonalizm w kontaktach międzyludzkich	stosuje klarowną i skuteczną komunikację, zarówno w formie pisemnej, jak i ustnej, z różnymi interesariuszami	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

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

TAK

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

TAK

Program

- Wprowadzenie do terapii krótkoterminowej
- Podejście Skoncentrowane na Rozwiązaniach
- Praca TSR-techniki TSR
- Umiejętności i kompetencje -postawa "niewiedzy"
- Tworzenie kontekstu spotkania
- Formowanie celu pracy terapeutycznej
- Rozmowy poza problemem
- Komplementowanie - wydobywanie zasobów klienta
- Technika EARS
- Tworzenie obrazu rzeczywistości po osiągnięciu celu
- Poszukiwanie w przeszłości i teraźniejszości klienta elementów "świata bez problemu"
- Praca w oparciu o wyjątki, Skalowanie
- Określanie najbliższych kroków w kierunku osiągnięcia celu
- Monitorowanie wprowadzanych zmian
- Umiejętność pracy z klientem w obszarze pracy nad potrzebami-elementy NVC
- Strategie pracy z klientem w przypadku braku motywacji
- Psychologia zmiany- Transteoretyczny Model Zmiany w TSR
- Praca z parą w konflikcie, TSR w obszarze pracy w zdrowiu psychicznym i kryzysie
- Sesja – prowadzenie terapii w podejściu skoncentrowanym na rozwiązaniach
- Mentoring i superwizja umiejętności
- Walidacja

Minimalne wymagania w stosunku do Uczestników: osoby, które na co dzień pracują z drugim człowiekiem, w takich obszarach jak:

- coaching
- mediacje
- psychoterapia, interwencja kryzysowa
- pomoc psychologiczna
- nauczyciele
- pracownicy Ośrodków Pomocy Społecznej
- kuratorzy sądowy i społeczni
- trenerzy

Szkolenie obejmuje: 55 godz. edukacyjnych (bez przerw)

Forma szkolenia zdalna w czasie rzeczywistym:

dzielenie ekranu – z widokiem wszystkich uczestników szkolenia

prezentacja widoczna dla każdego uczestnika szkolenia

ćwiczenia w podgrupach, prowadzone w „pokojach online” - trening umiejętności

rozmowa na żywo- wymiana refleksji

Zajęcia prowadzone są metodą treningową w 80 % jako ćwiczenia w parach, grupach zgodnie ze wskazaniami nauczania osób dorosłych czyli cyklem Kolba.

Teoria: 11 godzin

Praktyka: 44 godzin

Harmonogram

Liczba przedmiotów/zajęć: 15

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
1 z 15 Wprowadzenie do terapii krótkoterminowej Podejście Skoncentrowane na Rowiązaniach Praca TSR-techniki TSR	Anna Pietrzykowska	27-09-2025	09:00	12:00	03:00
2 z 15 Transteoretyczny Model Zmian w TSR	Anna Pietrzykowska	27-09-2025	12:30	15:00	02:30
3 z 15 Umiejętności i kompetencje - postawa "niewiedzy" Tworzenie kontekstu spotkania	Anna Pietrzykowska	28-09-2025	09:00	12:00	03:00
4 z 15 Formowanie celu pracy terapeutycznej Rozmowy poza problemem Komplementowanie - wydobywanie zasobów klienta	Anna Pietrzykowska	28-09-2025	12:30	15:00	02:30
5 z 15 Technika EARS Tworzenie obrazu rzeczywistości po osiągnięciu celu	Anna Pietrzykowska	18-10-2025	09:00	12:00	03:00
6 z 15 Poszukiwanie w przeszłości i terażniejszości klienta elementów "świata bez problemu" Praca w oparciu o wyjątki, Skalowanie	Anna Pietrzykowska	18-10-2025	12:30	15:00	02:30

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
7 z 15 Określanie najbliższych kroków w kierunku osiągnięcia celu Monitorowanie wprowadzanych zmian	Anna Pietrzykowska	19-10-2025	09:00	12:00	03:00
8 z 15 Umiejętność pracy z klientem w obszarze pracy nad potrzebami- elementy NVC	Anna Pietrzykowska	19-10-2025	12:30	15:00	02:30
9 z 15 Strategie pracy z klientem w przypadku braku motywacji	Anna Pietrzykowska	08-11-2025	09:00	12:00	03:00
10 z 15 Trening umiejętności prowadzenia sesji	Anna Pietrzykowska	08-11-2025	12:30	15:00	02:30
11 z 15 Praca z parą w konflikcie.	Anna Pietrzykowska	09-11-2025	09:00	12:00	03:00
12 z 15 TSR w obszarze pracy w zdrowiu psychicznym i kryzysie	Anna Pietrzykowska	09-11-2025	12:30	15:00	02:30
13 z 15 Sesja – prowadzenie terapii w podejściu skoncentrowanym na rozwiązaniach Mentoring i superwizja umiejętności	Anna Pietrzykowska	22-11-2025	09:00	12:00	03:00
14 z 15 Mentoring i superwizja umiejętności	Anna Pietrzykowska	22-11-2025	12:30	15:00	02:30
15 z 15 Walidacja	-	06-12-2025	09:00	12:00	03:00

Cennik

Cennik

Rodzaj ceny	Cena
Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	4 950,00 PLN
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	4 950,00 PLN
Koszt osobogodziny brutto	90,00 PLN
Koszt osobogodziny netto	90,00 PLN

Prowadzący

Liczba prowadzących: 2



1 z 2

Joanna Pijacka

Obszar specjalizacji:

Trener VCC,

Praca socjalna, pomoc społeczna, przygotowywanie ofert konkursowych w NGO, socjoterapia, mediacje rodzinne, praca z trudnym klientem, komunikacja interpersonalna, działania w obszarze podnoszenia kompetencji rodzicielskich, przemoc w rodzinie w każdym aspekcie, zadania, strategię i organizacja pracy zespołów interdyscyplinarnego i grup roboczych.

Doświadczenie zawodowe:

Pracownik w strukturach pomocy społecznej z 16 letnim doświadczeniem - głównie w obszarze przeciwdziałania przemocy w rodzinie w bezpośredniej pracy z klientem, realizacji procedury „Niebieskie Karty”, realizacji zadań Zespołu Interdyscyplinarnego.

Socjoterapeutka z 14 letnim doświadczeniem w prowadzeniu grup dla dzieci i młodzieży z rodzin z problemem alkoholowym.

Od roku 2013 do dnia dzisiejszego fundator i prezes Fundacji ReStart, gdzie realizuje zadania z zakresu pozyskiwania środków, rozliczania dotacji i organizacji pracy zatrudnionej kadry. W ramach działań Fundacji podejmowała zatrudnienie w charakterze m.in. streetworkera, socjoterapeuty, terapeuty w podejściu skoncentrowanym na rozwiązaniach, trenera, animatora, organizatora społeczności lokalnych.

Doświadczenie w świadczeniu tego typu usług:

posiada nieprzerwane i ciągłe doświadczenie zawodowe w branży. Prowadziła szkolenia w obszarach rozwiązywania metod skoncentrowanych na rozwiązaniach, konfliktów, przeciwdziałania przemocy, wspierania osób krzywdzonych, motywowania do zmiany, organizacji systemu wsparcia.



2 z 2

Anna Pietrzykowska

Posiada nieprzerwane i ciągłe doświadczenie zawodowe w branży od co najmniej 5 lat.

Trenerka, terapeuta w nurtach krótkoterminowych.

Wykształcenie:

Psychologia zdrowia i jakości życia (Licencjat)

Psychologia kliniczna i osobowości (Jednolite magisterskie), Pedagogika, specjalność resocjalizacja z prewencją zagrożeń, społecznych (Licencjat) Studium terapii dzieci i młodzieży

Kursy:

Terapia Skoncentrowana na rozwiązaniach, Kurs Interwencji Kryzysowej

Mediator sądowy, pozasądowy, rodzinny, Trener Komunikacji Interpersonalnej

kurs Coach I II stopnia-coaching, Szkoła Pascal w Kutnie – „Instruktor Terapii uzależnień”

TUS Trening umiejętności społecznych, Centrum rozwoju personalnego – Terapia dziecka z autyzmem”, Centrum rozwoju personalnego – „Terapia poznawczo-behawioralna”

Centrum Szkoleń i Certyfikacji Akademia Bliżej – Akademia Profesjonalnego Mediatora APM

mediacje sądowe i pozasądowe, mediacje rodzinne kurs Instruktor Terapii

Doświadczenie zawodowe:

Prowadzenie własnej praktyki terapeutyczno-coachingowo-rozwojowej.

Doświadczenie trenerskie

Przeprowadzonych ponad 1000 h szkoleniowych z tematyki rozwoju osobistego i terapeutycznego, współpraca z Akademią Bliżej od 2019 roku w zakresie prowadzenia szkoleń skierowanych do terapeutów, coachów w obszarze konstruktywnego pomagania: podejście skoncentrowane na rozwiązaniach, coaching, rozwiązywanie konfliktów, coaching rodzicielski, radzenie sobie ze stresem, psychologia zdrowia

Informacje dodatkowe

Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Wymagane jest 80 % obecności Uczestnika weryfikowane raportem logowań.

Usługa jest nagrywana celem archiwizacji do danego projektu.

Zawarto umowę z WUP w Toruniu w ramach projektu Kierunek – Rozwój oraz zawarto umowę z WUP Kraków w ramach projektu Małopolski Pociąg do kariery.

Po ukończeniu kursu Uczestnik otrzymuje:

- materiał szkoleniowe
- ćwiczenia w pdf
- nagrania sesji
- skrypt w pdf

Warunki uczestnictwa

Osoby, które na co dzień pracują z drugim człowiekiem, w takich obszarach jak:

- coaching
- mediacje
- psychoterapia, interwencja kryzysowa
- pomoc psychologiczna
- nauczyciele
- pracownicy Ośrodków Pomocy Społecznej
- kuratorzy sądowy i społeczni
- trenerzy
- doradcy zawodowi

Informacje dodatkowe

Usługa jest realizowana zdalnie w czasie rzeczywistym

Podstawa prawna zwolnienia z VAT:

na podstawie paragrafu 3 ust.1 punkt 14 rozporządzenia Ministra Finansów z dnia 20 grudnia 2013r.

Warunki techniczne

Podstawą do rozliczenia usługi jest wygenerowanie z systemu raportu, umożliwiającego identyfikację wszystkich uczestników oraz zastosowanego narzędzia

Usługa do celów archiwizacji i kontroli jest nagrywana.

Szkolenie odbywa się za pomocą aplikacji ZOOM.

Minimalne wymagania techniczne: procesor 2-rdzeniowy 2GB pamięci RAM (lub 4-rdzeniowy)

System operacyjny Windows 8 (zalecany Windows 10) Mac wersja 10.13,

Przeglądarka internetowa GOOGLE Chrome, Mozilla,Firefox

Stale łącze internetowe o prędkości 1,5 mbps

kamera, mikrofon i głośniki lub słuchawki,(ZOOM współpracuje z wszystkimi wbudowanymi w laptopy kamerami).Nie jest wymagana instalacja oprogramowania ani umiejętności informatyczne, aby dołączyć się do szkolenia.

Dołączenie następuje poprzez kliknięcie w indywidualny link wysłany mailem do uczestnika projektu przed szkoleniem. Uczestnik szkolenia każdorazowo przed zajęciami grupowymi otrzymuje zaproszenie na spotkanie on-line.

Link na zoom przesłany przed zajęciami pierwszymi jest stały.

Kontakt



Natalia Kurzawa

E-mail kontakt@akademia-blizej.eu

Telefon (+48) 530 697 250