



Szkolenie: "Bezpieczeństwo osobiste i samoobrona pracownika socjalnego podczas wykonywania czynności zawodowych"

Numer usługi 2025/07/21/185862/2892808

1 500,00 PLN brutto
1 500,00 PLN netto
150,00 PLN brutto/h
150,00 PLN netto/h

Learn2Be Centrum
Szkoleń i Rozwoju

Placówka
Kształcenia

Ustawicznego

Michał Jakubek

Brak ocen dla tego dostawcy

📍 Głowaczów / stacjonarna

🏠 Usługa szkoleniowa

🕒 10 h

📅 29.09.2025 do 29.09.2025

Informacje podstawowe

Kategoria	Styl życia / Sport
Grupa docelowa usługi	Szkolenie adresowane jest do wszystkich pracowników Ośrodków Pomocy Społecznej, w tym w szczególności pracowników socjalnych pracujących w terenie, ale także dla pracowników biurowych narażonych na kontakty z klientami, którzy mogą stanowić zagrożenie.
Minimalna liczba uczestników	10
Maksymalna liczba uczestników	20
Data zakończenia rekrutacji	01-09-2025
Forma prowadzenia usługi	stacjonarna
Liczba godzin usługi	10
Podstawa uzyskania wpisu do BUR	Standard Usług Szkoleniowo-Rozwojowych SUS 3.0

Cel

Cel edukacyjny

Głównym celem jest zwiększenie poczucia bezpieczeństwa i wyposażenie pracowników Ośrodków Pomocy Społecznej w praktyczne narzędzia radzenia sobie w sytuacjach zagrożenia. Uczestnicy nauczą się rozpoznawać ryzyko, komunikować się w trudnych sytuacjach oraz poznają prawne aspekty samoobrony i ochrony. Praktyczne zajęcia z samoobrony pozwolą im również przygotować się do odparcia ewentualnego ataku.

Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
rozpoznaje potencjalne zagrożenia w środowisku pracy i potrafi ocenić ich ryzyko	Uczestnik poprawnie rozpoznaje potencjalne zagrożenia w środowisku pracy i potrafi ocenić ich ryzyko	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
zna swoje uprawnienia i obowiązki w kontekście bezpieczeństwa osobistego zgodnie z obowiązującymi przepisami prawa	Uczestnik zna swoje uprawnienia i obowiązki w kontekście bezpieczeństwa osobistego zgodnie z obowiązującymi przepisami prawa	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
skutecznie komunikuje się w sytuacjach napięcia, deeskalując agresywne zachowania	Uczestnik skutecznie potrafi komunikować się w sytuacjach napięcia, deeskalując agresywne zachowania	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
potrafi zastosować podstawowe techniki samoobrony, aby skutecznie uwolnić się z chwytów lub uniknąć ataku	Uczestnik potrafi zastosować podstawowe techniki samoobrony, aby skutecznie uwolnić się z chwytów lub uniknąć ataku,	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
zachowuje świadomość sytuacyjną i potrafi przewidzieć rozwój niebezpiecznych zdarzeń	Uczestnik zachowuje świadomość sytuacyjną i potrafi przewidzieć rozwój niebezpiecznych zdarzeń	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
jest lepiej przygotowany do radzenia sobie z wyzwaniami	Uczestnik jest lepiej przygotowany do radzenia sobie z wyzwaniami	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
czuje się pewniej i bezpieczniej podczas wykonywania swoich obowiązków	Uczestnik czuje się pewniej i bezpieczniej podczas wykonywania swoich obowiązków	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie

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?

Program

Prawne podstawy bezpieczeństwa pracy pracownika socjalnego:

1. Omówienie kluczowych przepisów ustawy o pomocy społecznej i innych aktów prawnych regulujących pracę pracownika socjalnego w kontekście bezpieczeństwa.
2. Uprawnienia pracownika socjalnego w zakresie interwencji, zgłaszania zagrożeń i egzekwowania poszanowania swojej nietykalności.
3. Obowiązki pracodawcy w zakresie zapewnienia bezpieczeństwa pracownikom socjalnym (przepisy BHP).
4. Procedury postępowania w przypadku naruszenia nietykalności osobistej, gróźb, agresji – dokumentowanie i zgłaszanie incydentów.
5. Kwestie odpowiedzialności prawnej w przypadku użycia środków samoobrony – granice obrony koniecznej.

15 minut przerwy.

Psychologia agresji i trudnych zachowań:

1. Rodzaje agresji (werbalna, fizyczna, bierna) i ich fazy.
2. Motywy agresywnych zachowań w kontekście pracy socjalnej.
3. Analiza czynników ryzyka i sygnałów ostrzegawczych w środowisku pracy.
4. Wpływ stresu na reakcje w sytuacji zagrożenia.

15 minut przerwy.

Komunikacja w sytuacjach kryzysowych i prewencja:

1. Techniki deeskalacji napięcia i konfliktu – komunikacja werbalna i niewerbalna.
2. Asertywność w pracy z trudnym klientem.
3. Ustalanie granic i zasady bezpieczeństwa podczas wizyt terenowych.
4. Zasady bezpiecznego prowadzenia wywiadów środowiskowych.
5. Znaczenie oceny otoczenia i przygotowania do wizyt.
6. Korzystanie z dostępnych środków wsparcia (np. współpraca z policją, służbami miejskimi).

15 minut przerwy.

Aspekty praktyczne samoobrony – techniki obronne:

1. Postawa ciała i dystans bezpieczeństwa – jak unikać zagrożeń i kontrolować sytuację.
2. Podstawowe techniki uwalniania się z chwytów (nadgarstki, odzież).
3. Obrona przed pchnięciem/szarpieniem.
4. Bezpieczne upadanie i wstawanie.
5. Wykorzystanie przedmiotów codziennego użytku do obrony.
6. Procedury ewakuacji i poszukiwania bezpiecznej drogi ucieczki.
7. Znaczenie świadomości sytuacyjnej i obserwacji otoczenia.
8. Ćwiczenia symulacyjne.

15 minut przerwy.

Wsparcie psychologiczne po incydencie:

1. Reakcje na traumę i stres po zdarzeniu.
2. Dostępne formy pomocy psychologicznej i wsparcia.
3. Znaczenie debriefingu i analizy zdarzeń.

Harmonogram

Liczba przedmiotów/zajęć: 32

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
1 z 32 Omówienie kluczowych przepisów ustawy o pomocy społecznej i innych aktów prawnych regulujących pracę pracownika socjalnego w kontekście bezpieczeństwa.	Sławomir Duda	29-09-2025	08:00	08:20	00:20
2 z 32 Uprawnienia pracownika socjalnego w zakresie interwencji, zgłaszania zagrożeń i egzekwowania poszanowania swojej nietykalności.	Sławomir Duda	29-09-2025	08:20	08:35	00:15
3 z 32 Obowiązki pracodawcy w zakresie zapewnienia bezpieczeństwa pracownikom socjalnym (przepisy BHP).	Sławomir Duda	29-09-2025	08:35	08:50	00:15
4 z 32 Procedury postępowania w przypadku naruszenia nietykalności osobistej, gróźb, agresji – dokumentowanie i zgłaszanie incydentów.	Sławomir Duda	29-09-2025	08:50	09:05	00:15
5 z 32 Kwestie odpowiedzialności prawnej w przypadku użycia środków samoobrony – granice obrony koniecznej.	Sławomir Duda	29-09-2025	09:05	09:20	00:15

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
6 z 32 Przerwa	Sławomir Duda	29-09-2025	09:20	09:40	00:20
7 z 32 Rodzaje agresji (werbalna, fizyczna, bierna) i ich fazy.	Sławomir Duda	29-09-2025	09:40	10:00	00:20
8 z 32 Motywy agresywnych zachowań w kontekście pracy socjalnej.	Sławomir Duda	29-09-2025	10:00	10:15	00:15
9 z 32 Analiza czynników ryzyka i sygnałów ostrzegawczych w środowisku pracy.	Sławomir Duda	29-09-2025	10:15	10:30	00:15
10 z 32 Wpływ stresu na reakcje w sytuacji zagrożenia.	Sławomir Duda	29-09-2025	10:30	10:45	00:15
11 z 32 Przerwa	Sławomir Duda	29-09-2025	10:45	11:05	00:20
12 z 32 Techniki deeskalacji napięcia i konfliktu – komunikacja werbalna i niewerbalna.	Sławomir Duda	29-09-2025	11:05	11:25	00:20
13 z 32 Asertywność w pracy z trudnym klientem.	Sławomir Duda	29-09-2025	11:25	11:40	00:15
14 z 32 Ustalanie granic i zasady bezpieczeństwa podczas wizyt terenowych.	Sławomir Duda	29-09-2025	11:40	11:55	00:15
15 z 32 Zasady bezpiecznego prowadzenia wywiadów środowiskowych.	Sławomir Duda	29-09-2025	11:55	12:10	00:15

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
16 z 32 Znaczenie oceny otoczenia i przygotowania do wizyt.	Sławomir Duda	29-09-2025	12:10	12:25	00:15
17 z 32 Korzystanie z dostępnych środków wsparcia (np. współpraca z policją, służbami miejskimi).	Sławomir Duda	29-09-2025	12:25	12:40	00:15
18 z 32 Przerwa	Sławomir Duda	29-09-2025	12:40	13:10	00:30
19 z 32 Postawa ciała i dystans bezpieczeństwa – jak unikać zagrożeń i kontrolować sytuację.	Sławomir Duda	29-09-2025	13:10	13:30	00:20
20 z 32 Podstawowe techniki uwalniania się z chwytów (nadgarstki, odzież).	Sławomir Duda	29-09-2025	13:30	13:50	00:20
21 z 32 Obrona przed pchnięciem/szarpieniem.	Sławomir Duda	29-09-2025	13:50	14:10	00:20
22 z 32 Bezpieczne upadanie i wstawanie.	Sławomir Duda	29-09-2025	14:10	14:25	00:15
23 z 32 Wykorzystanie przedmiotów codziennego użytku do obrony.	Sławomir Duda	29-09-2025	14:25	14:40	00:15
24 z 32 Procedury ewakuacji i poszukiwania bezpiecznej drogi ucieczki.	Sławomir Duda	29-09-2025	14:40	14:55	00:15

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
25 z 32 Znaczenie świadomości sytuacyjnej i obserwacji otoczenia.	Sławomir Duda	29-09-2025	14:55	15:10	00:15
26 z 32 Ćwiczenia symulacyjne.	Sławomir Duda	29-09-2025	15:10	15:40	00:30
27 z 32 Przerwa	Sławomir Duda	29-09-2025	15:40	16:00	00:20
28 z 32 Reakcje na traumę i stres po zdarzeniu.	Sławomir Duda	29-09-2025	16:00	16:20	00:20
29 z 32 Dostępne formy pomocy psychologicznej i wsparcia.	Sławomir Duda	29-09-2025	16:20	16:40	00:20
30 z 32 Znaczenie debriefingu i analizy zdarzeń.	Sławomir Duda	29-09-2025	16:40	17:00	00:20
31 z 32 Przerwa	Sławomir Duda	29-09-2025	17:00	17:15	00:15
32 z 32 Ewaluacja	Michał Jakubek	29-09-2025	17:15	18:00	00:45

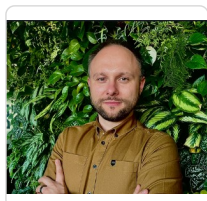
Cennik

Cennik

Rodzaj ceny	Cena
Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	1 500,00 PLN
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	1 500,00 PLN
Koszt osobogodziny brutto	150,00 PLN
Koszt osobogodziny netto	150,00 PLN

Prowadzący

Liczba prowadzących: 2



1 z 2

Michał Jakubek

PRZEDSIĘBIORCA, SPOŁECZNIK, DYREKTOR INSTYTUCJI SZKOLENIOWEJ, PILOT, PREZES FUNDACJI LEARN2BE

Od ponad 13 lat związany z branżą szkoleniowo-doradczą. Specjalizuje się w pozyskiwaniu funduszy UE, finansowaniu NGO oraz realizacji projektów inwestycyjnych, a także szeroko rozumianym marketingiem wizerunkowym. Przeprowadził dziesiątki godzin szkoleń kompetencyjnych dla kadr managerskich, współpracując z wieloma jednostkami samorządowymi w Polsce.

Od lat związany również z branżą lotniczą zarówno na ziemi, jak i w powietrzu. Jego głównym priorytetem jest rozwój środowiska biznesowego, w którym każdy przedsiębiorca będzie miał możliwość ciągłego rozwoju i doskonalenia.

W swojej pracy skupia się na praktycznych aspektach realizowanych szkoleń, kładąc nacisk na użyteczny wymiar przekazywanej wiedzy teoretycznej.

Wspiera rozwój młodzieży w zakresie partycypacji społecznej i działalności obywatelskiej, aktywnie promując powstawanie organów doradczych przy Jednostkach Samorządu Terytorialnego.



2 z 2

Sławomir Duda

Były policjant, specjalista samoobrony.

Informacje dodatkowe

Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Każdy uczestnik otrzyma komplet materiałów.

Adres

ul. Leżeńska 1
26-903 Głowaczów
woj. mazowieckie

Udogodnienia w miejscu realizacji usługi

- Dostosowania dla osób z niepełnosprawnościami.

Kontakt



Michał Jakubek



E-mail info@learn2be.org

Telefon (+48) 793 524 882