



## Szkolenie: "Zarządzanie ryzykiem psychospołecznym – zdrowie psychiczne i bezpieczeństwo pracy w kontekście przepisów prawa i normy ISO 45003:2021"

Numer usługi 2025/11/25/176628/3169599

1 353,00 PLN brutto  
1 100,00 PLN netto  
135,30 PLN brutto/h  
110,00 PLN netto/h

SQD ALLIANCE  
SPÓŁKA Z  
OGRANICZONĄ  
ODPOWIEDZIALNOŚĆ  
CIĄ

★★★★★ 4,9 / 5

14 ocen

- 📄 Usługa szkoleniowa
- 📺 zdalna w czasie rzeczywistym
- 🕒 10:00 h
- 📅 07.10.2026 do 07.10.2026

## Informacje podstawowe

### Kategoria

Biznes / Zarządzanie przedsiębiorstwem

### Grupa docelowa usługi

Specjaliści ds. BHP, kadra kierownicza i menedżerska, auditorzy wewnętrzni systemów zarządzania, specjaliści HR oraz osoby odpowiedzialne za wellbeing i kulturę organizacyjną.

Osoby odpowiedzialne za rozwój organizacji i wdrażanie rozwiązań z tematyki zielonej transformacji. Pracodawcy chcący podnieść kompetencje swoich pracowników.

### Minimalna liczba uczestników

4

### Maksymalna liczba uczestników

20

### Data zakończenia rekrutacji

30-09-2026

### Forma prowadzenia usługi

zdalna w czasie rzeczywistym

### Liczba godzin usługi

10

### 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 „Zarządzanie ryzykiem psychospołecznym ...” przygotowuje do samodzielnego planowania i wdrażania zarządzania ryzykiem oraz eliminacji zagrożeń i zmniejszania ryzyka psychospołecznego, dzięki umiejętności reagowania na sytuacje kryzysowe, identyfikacji poszczególnych ryzyk psychospołecznych, znajomości czynników zewn. i wewn. organizacji, wpływających na osiągnięcie zamierzonych wyników systemu zarządzania bhp oraz dzięki poznaniu korzyści wynikających ze skutecznego zarządzania ryzykiem.

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

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Charakteryzuje strukturę oraz wymagania normy ISO 45003:2021 w odniesieniu do systemu zarządzania BHP	Charakteryzuje strukturę i kluczowe wymagania normy ISO 45003:2021 w odniesieniu do systemu zarządzania BHP.	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
	<p>Rozróżnia czynniki wewnętrzne i zewnętrzne organizacji wpływające na ryzyko psychospołeczne.</p> <p>Identyfikuje potrzeby i oczekiwania pracowników w zakresie zdrowia psychicznego i bezpieczeństwa pracy, z uwzględnieniem wymagań prawnych i regulacji wewnętrznych.</p>	<p>Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie</p> <p>Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie</p>
Planuje proces zarządzania ryzykiem psychospołecznym w organizacji.	Opracowuje plan identyfikacji oraz oceny ryzyk psychospołecznych z uwzględnieniem specyfiki organizacji.	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
	Dobiera adekwatne metody eliminowania zagrożeń, ograniczania i mitygowania ryzyka psychospołecznego.	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
Reaguje na sytuacje kryzysowe oraz organizuje wsparcie pracowników w obszarze zdrowia psychicznego i bezpieczeństwa pracy.	Integruje działania zaradcze z istniejącym systemem zarządzania BHP.	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
	Opracowuje procedurę postępowania w sytuacjach kryzysowych związanych z ryzykiem psychospołecznym.	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
	<p>Komunikuje zidentyfikowane zagrożenia oraz proponowane działania w sposób adekwatny do odbiorców.</p> <p>Organizuje system wsparcia pracowników, uwzględniający dostępne zasoby wewnętrzne i zewnętrzne organizacji.</p>	<p>Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie</p> <p>Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie</p>

# Kwalifikacje

## Kompetencje

Usługa prowadzi do nabycia kompetencji.

### Warunki uznania kompetencji

**Pytanie 1. Czy dokument potwierdzający uzyskanie kompetencji lub wyraźnie z nim powiązane inne dokumenty związane ze wsparciem zawierają opis efektów uczenia się?**

TAK

**Pytanie 2. Czy dokument lub wyraźnie z nim powiązane inne dokumenty związane ze wsparciem potwierdzają, że walidacja została przeprowadzona w oparciu o zdefiniowane w efektach uczenia się kryteria ich weryfikacji i zgodnie z zaplanowanymi metodami walidacji?**

TAK

**Pytanie 3. Czy dokument lub wyraźnie z nim powiązane inne dokumenty związane ze wsparciem potwierdzają zastosowanie rozwiązań zapewniających rozdzielanie procesów kształcenia i szkolenia od walidacji?**

TAK

## Program

Specjaliści ds. BHP, kadra kierownicza i menedżerska, auditorzy wewnętrzni systemów zarządzania, specjaliści HR oraz osoby odpowiedzialne za wellbeing i kulturę organizacyjną. Osoby odpowiedzialne za rozwój organizacji i wdrażanie rozwiązań z tematyki zielonej transformacji. Pracodawcy chcący podnieść kompetencje swoich pracowników.

Szkolenie wspiera rozwój **kompetencji zielonych**:

- kształtuje odpowiedzialne i zrównoważone zarządzanie środowiskiem pracy (aspekt społeczny ESG),
- wzmacnia kulturę organizacyjną opartą na dobrostanie pracowników i prewencji ryzyk psychospołecznych,
- promuje długofalowe podejście do bezpieczeństwa i zdrowia w miejscu pracy jako elementu zrównoważonego rozwoju organizacji.

**Kompetencje zielone** obejmują nie tylko kwestie środowiskowe, ale także społeczną odpowiedzialność organizacji (S – Social w ESG), w tym zdrowie psychiczne i bezpieczne warunki pracy.

**Program:**

- Omówienie normy ISO 45003:2021 - zdrowie psychiczne i bezpieczeństwo pracy – odniesienia normatywne, zakres zastosowania i wytyczne.
- Zdefiniowanie i identyfikowanie ryzyka psychospołecznego – omówienie narzędzi i list kontrolnych.
- Zrozumienie kontekstu organizacyjnego, czyli czynniki wewnętrzne i zewnętrzne, które wpływają na zarządzanie ryzykiem psychospołecznym.
- Zrozumienie potrzeb i oczekiwań pracowników z kontekście zarządzania ryzykiem psychospołecznym.
- Omówienie polityki zarządzania, przywództwa i zaangażowania w aspekcie skutecznego zarządzania ryzykiem psychospołecznym.
- Rola pracowników we wdrażaniu systemu zarządzania ryzykiem – komunikowanie o zagrożeniach, informacje zwrotne, angażowanie i motywowanie do uczestnictwa w działaniach typu: komisje BHP, komisje ds. zdrowia i bezpieczeństwa, sieci wsparcia typu peer-to-peer.
- Planowanie i wdrażanie działań związanych z ryzykiem i szansami.
- Omówienie przykładowych działań pomagających wdrożyć i utrzymać procesy identyfikacji zagrożeń psychospołecznych.
- Przedstawienie kompetencji niezbędnych do identyfikacji zagrożeń psychospołecznych.
- Określenie rodzajów interwencji, środki kontroli ryzyka psychospołecznego związanego z organizacją pracy, czynnikami społecznymi, środowiskiem pracy, niebezpiecznymi zadaniami i wyposażeniem
- Omówienie przykładowych działań wdrażania programów powrotu do pracy po dłuższej nieobecności.
- Praca nad dokumentacją do celów audytowych i certyfikacyjnych normy ISO 45003:2021.
- Przedstawienie procesu audytowego – omówienie step by step – minimalna i fakultatywna dokumentacja – kontekst rozliczalności działań w świetle wytycznych normy ISO

- Omówienie zastosowania metod PN, graf ryzyka, RiskScore oraz innych metod parametrycznych i procesowych do oceny zagrożeń psychospołecznych.
- Implementacja założeń normy ISO w szkoleniach wstępnych i okresowych z zakresu BHP
- Założenia normy ISO w kontekście uwzględnienia interesariuszy zewnętrznych (klienci, dostawcy) – wytyczne

Po szkoleniu otrzymają Państwo eCertyfikat uczestnictwa SQD Alliance.

Przerwy są wliczone w czas usługi szkoleniowej.

Czas trwania usługi to zgodnie z harmonogramem 7,5 godzin zegarowych / 10 h dydaktycznych.

- Zajęcia teoretyczne: 6 h 15 min
- Zajęcia praktyczne: -
- Walidacja: 15 minut
- Przerwy: 1 h zegarowa
- Łącznie: 7,5 godzin zegarowych / 10 h dydaktycznych

Usługa realizowana jest w formie **zdalnej w czasie rzeczywistym**. Szkolenie organizowane jest na MS Teams, platforma ta umożliwia prowadzenie **zajęć na żywo w formie wideo i audio**, udostępnianie ekranu i materiałów, prezentacji, czat i dyskusje, reakcje i zadawanie pytań. Zajęcia prowadzone są z wykorzystaniem prezentacji, przykładów praktycznych, analiz case study, burzy mózgów, pracy z przykładami.

Po zakończonym szkoleniu przewidziany jest test dla uczestników, weryfikujący nabytą wiedzę. **Walidacja** prowadzona jest poprzez **test z wynikiem generowanym automatycznie** - do uczestników wysłany zostanie link do testu online, który automatycznie liczy wynik. Pytania przygotowywane są przez trenera. Warunkiem uzyskania certyfikatu jest minimum 80% obecności na zajęciach oraz zdanie testu końcowego na poziomie min. 60% poprawnych odpowiedzi.

## Harmonogram

Liczba pozycji harmonogramu: 8

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
1 z 8 Omówienie normy ISO 45003:2021. Zdefiniowanie i identyfikowanie ryzyka psychospołeczne go. Omówienie polityki.	Mateusz Warchał	07-10-2026	09:00	10:30	01:30
2 z 8 przerwa	Mateusz Warchał	07-10-2026	10:30	10:45	00:15

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
<b>3 z 8</b> Rola pracowników we wdrażaniu systemu zarządzania ryzykiem. Planowanie i wdrażanie działań związanych z ryzykiem i szansami. Omówienie przykładowych działań.	Mateusz Warchał	07-10-2026	10:45	12:00	01:15
<b>4 z 8</b> przerwa	Mateusz Warchał	07-10-2026	12:00	12:30	00:30
<b>5 z 8</b> Przedstawienie kompetencji niezbędnych do identyfikacji zagrożeń psychospołecznych. Określenie rodzajów interwencji, środki kontroli ryzyka. Praca nad dokumentacją. Przedstawienie procesu audytowego.	Mateusz Warchał	07-10-2026	12:30	14:00	01:30
<b>6 z 8</b> przerwa	Mateusz Warchał	07-10-2026	14:00	14:15	00:15
<b>7 z 8</b> Omówienie zastosowania metod PN, graf ryzyka, RiskScore. Implementacja założeń normy ISO w szkoleniach BHP. Założenia normy ISO w kontekście uwzględnienia interesariuszy zewnętrznych.	Mateusz Warchał	07-10-2026	14:15	16:15	02:00
<b>8 z 8</b> walidacja	-	07-10-2026	16:15	16:30	00:15

# Cennik

## Cennik

Rodzaj ceny	Cena
Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	1 353,00 PLN
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	1 100,00 PLN
Koszt osobogodziny brutto	135,30 PLN
Koszt osobogodziny netto	110,00 PLN

## Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



1 z 1

### Mateusz Warchał

Specjalista prawa pracy i psychologii pracy, negocjator i mediator, wykładowca akademicki. Uważa, że tylko dzięki holistycznemu spojrzeniu na pracownika i warunki pracy można wypracować stabilne, bezpieczne środowisko pracy w ciągle i dynamicznie zmieniającym się otoczeniu gospodarczym i prawnym. Jest specjalistą Compliance i prowadzi aktywne działania wdrożeniowe w zakresie prewencji naruszeń prawa. Jest byłym pracownikiem Państwowej Inspekcji pracy, a od kilkunastu lat stałym trenerem Ośrodka Szkolenia Państwowej Inspekcji Pracy we wrocławiu. Specjalizuje się również w prowadzeniu szkoleń antymobbingowych, wprowadzaniu regulaminów wewnętrzzakładowych oraz wdrażaniu programów wellbeing, EAP i behawioralnego bezpieczeństwa pracy. Prowadzący posiada doświadczenie odpowiednie do rodzaju i zakresu świadczonej usługi szkoleniowej, zdobyte nie wcześniej niż 5 lat przed datą opublikowania usługi rozwojowej.

## Informacje dodatkowe

### Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Materiały szkoleniowe w wersji PDF, wydanie e-certyfikatu w formie elektronicznej.

### Warunki uczestnictwa

Obecność na szkoleniu będzie weryfikowana za pomocą listy obecności oraz raportu logowań wygenerowanego z platformy.

Warunkiem otrzymania dofinansowania jest zakwalifikowanie się do programu oraz podpisanie umowy z operatorem i otrzymanie nr ID wsparcia.

## Informacje dodatkowe

Cena zawiera: materiały szkoleniowe w wersji PDF, wydanie certyfikatu.

Cena usługi nie obejmuje kosztów niezwiązanych bezpośrednio z usługą rozwojową, w szczególności kosztów środków trwałych przekazywanych Uczestnikom/-czkom projektu, kosztów dojazdu i zakwaterowania.

Usługa rozwojowa nie jest świadczona przez podmiot pełniący funkcję Operatora lub Partnera Operatora w danym projekcie PSF lub w którymkolwiek Regionalnym Programie lub FERS albo przez podmiot powiązany z Operatorem lub Partnerem kapitałowo lub osobowo.

Uczestnicy przyjmują do wiadomości, że usługa może być poddana monitoringowi z ramienia Operatora lub PARP i wyrażają na to zgodę. Uczestnik ma obowiązek zapisania się na usługę przez BUR co najmniej na 1 dzień roboczy przed rozpoczęciem realizacji usługi.

Podstawa zwolnienia z VAT: 3) W przypadku braku uzyskania dofinansowania lub uzyskania dofinansowania poniżej 70%, do ceny usługi należy doliczyć 23% VAT

## Warunki techniczne

Usługa zdalna w czasie rzeczywistym.

Warunki techniczne niezbędne do udziału w usłudze:

- przed szkoleniem uczestnik otrzymuje linki, które pozwolą dołączyć do szkolenia w aplikacji TEAMS;

- platforma szkoleniowa : TEAMS

sprzęt - komputer z łączem internetowym;

minimalne wymagania systemowe - macOS X z systemem macOS 10.7 lub nowszym lub Windows XP lub nowszy;

minimalne wymagania dotyczące parametrów łącza sieciowego - szerokopasmowe przewodowe lub bezprzewodowe (3G lub 4G/LTE);

wymagania urządzeń audio/wideo

- Głośniki i mikrofon (wbudowane lub podłączane na USB lub bezprzewodowe bluetooth)
- Kamera internetowa lub kamera internetowa HD (wbudowana lub podłączana na USB lub, kamera video HD lub HD z kartą przechwytywania wideo);

zalecane przeglądarki - Microsoft Edge 38.14393.0.0 lub wyższa lub Google Chrome 53.0.2785 lub wyższa;

okres ważności linku rozpoczyna się na 15 min. przed rozpoczęciem spotkania online i trwa do 15 min. ponad ramowy czas spotkania.

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

## Kontakt



**PAULINA CIEŚLIŃSKA**

**E-mail** szkolenia.ohs@sqda.pl

**Telefon** (+48) 500 304 536