



Neurobiologia stresu i wypalenia zawodowego: E-LEARNING. Pogłębione szkolenie naukowe dla profesjonalistów zdrowia psychicznego i HR.

Numer usługi 2026/05/15/225068/3562872

2 583,00 PLN brutto
2 100,00 PLN netto
161,44 PLN brutto/h
131,25 PLN netto/h
166,67 PLN cena rynkowa ⓘ

MHIG SPÓŁKA Z
OGRANICZONĄ
ODPOWIEDZIALNOŚ
CIĄ

Brak ocen dla tego dostawcy

📄 Usługa szkoleniowa
📄 zdalna
🕒 16:00 h
📅 01.09.2026 do 06.09.2026

Informacje podstawowe

Kategoria	Zdrowie i medycyna / Psychologia i rozwój osobisty
Grupa docelowa usługi	• Psychologowie kliniczni i organizacyjni • Lekarze (rodzinne, medycyna pracy, psychiatria) • Coachowie biznesowi i mentalni • Specjaliści HR projektujący programy wellbeing • Trenerzy fitness i wellness pracujący z klientami pod chronicznym stresem • Fizjoterapeuci pracujący z somatyzacjami stresu • Pracownicy medycyny funkcjonalnej i integracyjnej
Minimalna liczba uczestników	4
Maksymalna liczba uczestników	150
Data zakończenia rekrutacji	31-08-2026
Forma prowadzenia usługi	zdalna
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

Pogłębione szkolenie naukowe z neurobiologii stresu — dedykowane profesjonalistom, którzy potrzebują głębszego zrozumienia mechanizmów niż oferuje typowe szkolenie HR. Materiał idzie poza klasyczne 'oddech, mindfulness, sen' i wchodzi w neuroanatomię, neuroendokrynologię, psychoneuroimmunologię, polyvagal theory. Format e-learningowy szczególnie pasuje do tej tematyki — dużo treści naukowej, animacji 3D mózgu, schematów cykli hormonalnych. Po szkoleniu uczestnik łączy wiedzę naukową z praktyką k

Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
WIEDZA · Po szkoleniu uczestnik: ▶ Neuroanatomia stresu — amygdala, hipokamp, kora przedczołowa ▶ Oś HPA — szczegółowa fizjologia, mechanizmy regulacji, dysregulacja ▶ Katecholaminy i kortyzol — cykl dobowy, dysfunkcje, normy laboratoryjne ▶ Psychoneuroimmunologia — wpływ chronicznego stresu na układ immunologiczny ▶ Teoria poliwalgalna Stephena Porges’a — 3 systemy autonomiczne ▶ Allostatic load wg McEwen’a — sumowane biomarkery ▶ Wypalenie zawodowe — definicja ICD-11, korelaty neurobiologiczne ▶ Zaburzenia stresowe — diagnostyka różnicowa (ASR, ASD, PTSD, c-PTSD) UMIĘJĘTNOŚCI · Po szkoleniu uczestnik: ▶ Integruje wiedzę naukową z praktyką kliniczną lub coachingową ▶ Rozróżnia różne profile dysregulacji autonomicznej u klientów ▶ Interpretuje wyniki badań laboratoryjnych (kortyzol, DHEA, HRV) ▶ Projektuje protokoły regulacji oparte na neurobiologii ▶ Komunikuje wiedzę naukową w sposób zrozumiały dla klienta KOMPETENCJE SPOŁECZNE · Po szkoleniu uczestnik: ▶ Wykazuje rzetelność evidence-based ▶ Promuje świadomość że stres ma realne konsekwencje biologiczne ▶ Modeluje integracyjne podejście biopsychospołeczne	Walidacja dwuetapowa: (1) test końcowy — 35 pytań naukowych, próg 75%; (2) 60-min spotkanie walidacyjne — uczestnik analizuje case study (pacjent z chronicznym stresem, wyniki laboratoryjne) i prezentuje hipotezę biopsychospołeczną.	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie

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 wyrażnie 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 wyrażnie z nim powiązane inne dokumenty związane ze wsparciem potwierdzają zastosowanie rozwiązań zapewniających rozdzielenie procesów kształcenia i szkolenia od walidacji?

TAK

Program

Moduł 1 · 1,5h wideo	Neuroanatomia stresu — animacje 3D mózgu
Moduł 2 · 1,5h wideo	Oś HPA i system katecholaminergiczny
Moduł 3 · 1,5h wideo	Kortyzol — cykl dobowy, dysfunkcje, normy
Moduł 4 · 1,5h wideo	Psychoneuroimmunologia
Moduł 5 · 1,5h wideo	Teoria poliwagalna Porges
Moduł 6 · 1,5h wideo	Allostatic load wg McEwena — biomarkery
Moduł 7 · 1,5h wideo	Wypalenie zawodowe — neurobiologia
Moduł 8 · 1,5h wideo	Zaburzenia stresowe — diagnostyka różnicowa
Praca własna · 2h	Analiza 6 case studies klinicznych
Test końcowy · 1h	35 pytań naukowych, próg 75%
Spotkanie walidacyjne · 1h	Online — omówienie case study

Cennik

Jeżeli korzystasz z dofinansowania i usługa stanowi usługę kształcenia zawodowego lub przekwalifikowania zawodowego wraz z usługą lub dostawą towarów ściśle związaną z usługami kształcenia zawodowego lub przekwalifikowania zawodowego to możesz mieć możliwość skorzystania ze zwolnienia z podatku VAT na podstawie art. 43 ust. 1 pkt 29 lit. c ustawy z dnia 11 marca 2024 r. o podatku od towarów i usług, jeżeli usługa w całości jest finansowana ze środków publicznych lub § 3 ust. 1 pkt 14 rozporządzenia Ministra Finansów z dnia 20 grudnia 2013 r. w sprawie zwolnień od podatku od towarów i usług oraz warunków stosowania tych zwolnień w przypadku, gdy usługa jest finansowana w co najmniej 70% ze środków publicznych.

Cennik

Rodzaj ceny	Cena
Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	2 583,00 PLN
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	2 100,00 PLN
Koszt osobogodziny brutto	161,44 PLN
Koszt osobogodziny netto	131,25 PLN

Liczba godzin usługi

Rodzaj godzin	Liczba godzin
Liczba godzin zegarowych usługi	16:00

Informacje dodatkowe

Informacje o materiałach dla uczestników usługi

- Wideo z animacjami 3D mózgu i schematami cykli hormonalnych
- Wszystkie wykresy i schematy do pobrania w wysokiej rozdzielczości
- Studia 6 anonimizowanych przypadków klinicznych
- Quiz interaktywny po każdym module
- Test końcowy online (35 pytań, próg 75%)
- Bibliografia 50+ kluczowych publikacji
- 60-min spotkanie walidacyjne

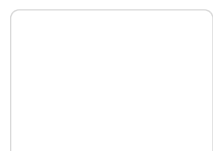
Warunki uczestnictwa

Wymagane: wykształcenie wyższe kierunkowe LUB minimum 3-letnie doświadczenie w pracy z osobami pod chronicznym stresem.

Warunki techniczne

Komputer z dostępem do internetu.

Kontakt



PAULINA GARBACZ

E-mail centrumleczenianowytarg@gmail.com



Telefon (+48) 577 730 077