



Pierwsza pomoc psychologiczna w miejscu pracy Mental Health First Aid dla liderów i działów HR

Numer usługi 2026/06/03/225068/3606096

1 168,50 PLN brutto
950,00 PLN netto
146,06 PLN brutto/h
118,75 PLN netto/h
166,67 PLN cena rynkowa ⓘ

MHIG SPÓŁKA Z
OGRANICZONĄ
ODPOWIEDZIALNOŚĆ
CIĄ

Brak ocen dla tego dostawcy

- 📄 Usługa szkoleniowa
- 📺 zdalna
- 🕒 08:00 h
- 📅 14.09.2026 do 14.09.2026

Informacje podstawowe

Kategoria	Zdrowie i medycyna / Psychologia i rozwój osobisty
Grupa docelowa usługi	<ul style="list-style-type: none">• Liderzy i menedżerowie zespołów• Specjaliści HR i osoby zaufania w organizacji• Wyznaczeni peer-supporterzy w organizacji• Inspektorzy BHP w obszarze zdrowia psychicznego
Minimalna liczba uczestników	8
Maksymalna liczba uczestników	16
Data zakończenia rekrutacji	11-09-2026
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

Wyposażenie uczestników w kompetencje udzielania profesjonalnego, krótkoterminowego wsparcia psychologicznego pracownikowi w kryzysie – od rozpoznania symptomów (depresja, lęk, atak paniki, myśli samobójcze, kryzys alkoholowy) przez prowadzenie wspierającej rozmowy po skuteczne pokierowanie do specjalisty. Szkolenie wzorowane na międzynarodowym programie Mental Health First Aid (MHFA), zaadaptowane do polskich realiów organizacyjnych i systemu opieki zdrowia psychicznego.

Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
<p>WIEDZA · Po szkoleniu uczestnik:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Rozpoznaje symptomy najczęstszych zaburzeń zdrowia psychicznego (depresja, lęk, ataki paniki, PTSD, problemy alkoholowe) • Omawia podstawy interwencji kryzysowej (model SAFER-R, ALGEE) • Wymienia zasady prowadzenia rozmowy z osobą w kryzysie – co mówić, czego unikać • Zna mapę zasobów pomocowych w Polsce (ośrodki, telefony zaufania, NFZ, prywatnie) <p>UMIĘJĘTNOŚCI · Po szkoleniu uczestnik:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Prowadzi rozmowę wspierającą z pracownikiem zgłaszającym kryzys • Reaguje na sygnały myśli samobójczych zgodnie z protokołem (bezpośrednie pytanie, ocena ryzyka) • Udziela pierwszej pomocy psychologicznej osobie po zdarzeniu krytycznym • Kieruje pracownika do specjalisty (psycholog, psychiatra, EAP) w sposób skuteczny i wspierający • Dbą o własne granice i higienę psychiczną w roli osoby udzielającej wsparcia <p>KOMPETENCJE SPOŁECZNE · Po szkoleniu uczestnik:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Reaguje z empatią i bez stygmatyzacji wobec pracownika w kryzysie • Modeluje postawę otwartości na temat zdrowia psychicznego w organizacji <p>PROGRAM RAMOWY</p>	<p>Test wiedzy (15 pytań) + obserwacja symulowanej rozmowy z pracownikiem w kryzysie wg ustrukturyzowanej rubryki.</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 wyrażnie z nim powiązane inne dokumenty związane ze wsparciem potwierdzają zastosowanie rozwiązań zapewniających rozdzielenie procesów kształcenia i szkolenia od walidacji?

TAK

Program

9:00–10:30	Mapa zaburzeń zdrowia psychicznego – co najczęściej spotykamy w pracy
10:45–12:15	Protokół ALGEE – 5 kroków pierwszej pomocy psychologicznej
13:00–14:30	Kryzys suicydalny – bezpośrednie pytanie, ocena ryzyka, działanie
14:30–15:45	Rozmowa wspierająca – symulacje w parach z superwizją
16:00–16:45	Higiena psychiczna osoby pomagającej. Mapa zasobów pomocowych w Polsce
16:45–17:00	Walidacja efektów uczenia się

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 z 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	1 168,50 PLN
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	950,00 PLN
Koszt osobogodziny brutto	146,06 PLN
Koszt osobogodziny netto	118,75 PLN

Liczba godzin usługi

Rodzaj godzin	Liczba godzin
Liczba godzin zegarowych usługi	08:00

Informacje dodatkowe

Informacje o materiałach dla uczestników usługi

- Skrypt z protokołami ALGEE, SAFER-R i ścieżkami postępowania (PDF)
- Karta szybkich numerów pomocowych (telefony zaufania, ośrodki interwencji kryzysowej)
- Szablon rozmowy z pracownikiem w kryzysie
- Materiały do edukacji zespołu (broszury PDF do wewnętrznej dystrybucji)
- Dostęp do platformy psyvera.pl (60 dni)
- Certyfikat ukończenia szkolenia z ważnością 3 lata (zgodnie ze standardami MHFA)

Warunki uczestnictwa

Brak. Wymagana gotowość do pracy z trudnymi tematami (depresja, kryzys suicydalny).

Warunki techniczne

komputer z dostępem do Internetu.

Kontakt



PAULINA GARBACZ

E-mail centrumleczenianowytarg@gmail.com

Telefon (+48) 577 730 077