



## Terapia Skoncentrowana na Rozwiązaniach - kurs PODSTAWOWY. Szkolenie akredytowane w Stowarzyszeniu PTPTSRS.

Numer usługi 2026/08/01/197094/3724697

4 200,00 PLN brutto  
4 200,00 PLN netto  
71,19 PLN brutto/h  
71,19 PLN netto/h  
166,67 PLN cena rynkowa ⓘ

CENTRUM  
KSZTAŁCENIA  
KADR  
MEDYCZNYCH I  
PSYCHOTERAPII  
SPÓŁKA Z  
OGRANICZONĄ  
ODPOWIEDZIALNOŚ  
CIĄ

★★★★☆ 4,4 / 5

49 ocen

- 🏠 Usługa szkoleniowa
- 📺 zdalna w czasie rzeczywistym
- 👥 Zajęcia grupowe
- 🕒 59:00 h
- 📅 12.09.2026 do 31.10.2026

## Informacje podstawowe

### Kategoria

Zdrowie i medycyna / Psychologia i rozwój osobisty

### Identyfikatory projektów

Zachodniopomorskie Bony Szkoleniowe, Małopolski Pociąg do kariery, Kierunek - Rozwój

### Grupa docelowa usługi

Szkolenie przeznaczone jest dla przedstawicieli i studentów wszystkich zawodów pomocowych oraz dla osób ubiegających się o certyfikat praktyka, terapeuty lub psychoterapeuty TSR w stowarzyszeniu PTPTSRS.

Zawody, które najbardziej skorzystają z kursu Terapii Skoncentrowanej na Rozwiązaniach to przede wszystkim:

- psycholodzy, psychoterapeuci, lekarze, w szczególności lekarze psychiatry,
- pracownicy opieki społecznej,
- mediatorzy, sędziowie, adwokaci i pracownicy innych zawodów wymiaru sprawiedliwości
- policjanci, strażacy, pracownicy ochrony osobistej,
- kuratorzy sądowi i społeczni,
- pracownicy systemu edukacji (szczególnie psycholodzy szkolni, pedagodzy, nauczyciele),
- dietetycy, trenerzy personalni, instruktorzy sportowi,
- masażyści, fizjoterapeuci, rehabilitanci,
- przedsiębiorcy,
- a nawet rodzice.

Kurs TSR jest świetnym wyborem dla studentów psychologii, psychoterapii, medycyny i zawodów pokrewnych; dla planujących pracę gabinetową z klientem/pacjentem, a także przyszłych psychoterapeutów.

|                                 |                                                      |
|---------------------------------|------------------------------------------------------|
| Minimalna liczba uczestników    | 25                                                   |
| Maksymalna liczba uczestników   | 30                                                   |
| Data zakończenia rekrutacji     | 11-09-2026                                           |
| Forma prowadzenia usługi        | zdalna w czasie rzeczywistym                         |
| Podstawa uzyskania wpisu do BUR | Standard Usług Szkoleniowo– Rozwojowych PIFS SUS 3.0 |

# Cel

## Cel edukacyjny

Kurs przygotowuje do samodzielnej pracy w podejściu TSR przy użyciu podstawowych technik i narzędzi TSR (Solution Focused Brief Therapy) w różnych obszarach zawodowych.

Celem szkolenia jest wyposażenie uczestników w kwalifikacje niezbędne do podjęcia pracy w obszarach pomocowych, w których można zastosować podejście; rozwinięcie umiejętności budowania relacji terapeutycznej, formułowania celów, wzmacniania zasobów klienta i stosowania efektywnych interwencji pomocowych.

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

| Efekty uczenia się                                                                       | Kryteria weryfikacji                                                                                                 | Metoda walidacji                                      |
|------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------|
| Rozróżnia podstawowe założenia, zasady i etapy terapii skoncentrowanej na rozwiązaniach. | definiuje główne koncepcje TSR (zasoby, wyjątki, cele), omawia różnice między podejściem problemowym a rozwiązańowym | Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie |
| Charakteryzuje strukturę sesji TSR oraz techniki pracy z klientem                        | opisuje przebieg sesji, wskazuje funkcję poszczególnych etapów, wyjaśnia zastosowanie pytań TSR                      | Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie |
| Stosuje narzędzia TSR w pracy pomocowej.                                                 | wykorzystuje pytania o cud, wyjątki, zasoby i pytania skalujące w rozmowie symulowanej                               | Obserwacja w warunkach symulowanych                   |
| Buduje relację terapeutyczną w duchu współpracy i szacunku dla klienta.                  | stosuje postawę „niewiedzy”, używa języka zasobów, wspiera autonomię klienta                                         | Obserwacja w warunkach symulowanych                   |
| Diagnostuje własne mocne strony i obszary do rozwoju jako terapeuta TSR                  | dokonuje autorefleksji po sesji symulowanej, przyjmuje feedback                                                      | Obserwacja w warunkach symulowanych                   |

# Kwalifikacje

## Kompetencje

Usługa prowadzi do nabycia kompetencji.

### Warunki uznania kompetencji

Pytanie 1. Czy dokument potwierdzający uzyskanie kompetencji lub wyrażnie 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

Szkolenie „Terapia Skoncentrowana na Rozwiązaniach – kurs podstawowy” to intensywny, 70-godzinny kurs akredytowany przez **Polskie Towarzystwo Psychoterapii Terapii Skoncentrowanej na Rozwiązaniach (PTPTR)**.

Kurs realizowany jest w formie warsztatowo-treningowej i stanowi **kompleksowe wprowadzenie do pracy terapeutycznej w nurcie TSR**.

Szkolenie realizowane jest w formie **zdalne prowadzone w czasie rzeczywistym**.

Program obejmuje zarówno **zajęcia teoretyczne**, pozwalające zrozumieć filozofię i strukturę metody, jak i **intensywne ćwiczenia praktyczne** rozwijające warsztat prowadzenia rozmów z klientem. Uczestnicy uczą się formułowania celów, zadawania pytań o zasoby i wyjątki, prowadzenia sesji zgodnie z zasadą „jeśli coś działa, rób tego więcej”, a także poznają sposoby reagowania w sytuacjach trudnych i tzw. „klientów przymusowych”.

Kurs kładzie nacisk na:

- **budowanie relacji terapeutycznej** opartej na szacunku i współpracy,
- **rozwijanie postawy „niewiedzy” terapeutycznej** – niezbędnej do prowadzenia rozmowy w duchu TSR,
- **uczenie się poprzez doświadczenie** – praca w małych grupach, symulacje sesji, superwizje.

Szkolenie prowadzone jest przez doświadczonych trenerów TSR, posiadających akredytację PTPTR.

Po ukończeniu kursu uczestnik otrzymuje zaświadczenie o nabyciu kwalifikacji do pracy z użyciem podejścia umożliwiające kontynuację ścieżki certyfikacyjnej w Stowarzyszeniu.

### Ramowy program kursu

#### ZJAZD I

Fundamenty terapii i pracy terapeuty TSR.

Zasady i struktura rozmów.

Narzędzia: pytania i reakcje na standardowe sytuacje.

Trening prowadzenia pierwszej sesji.

#### ZJAZD II

Trening reagowania w pracy z klientem w prowadzeniu rozmów terapeutycznych.

Doskonalenie warsztatu pracy terapeuty.

Trening prowadzenia kolejnych sesji.

### **ZJAZD III**

Trening sytuacji kluczowych i „skrajnych” w prowadzeniu rozmów terapeutycznych.

Studium przypadków – doskonalenie warsztatu pracy terapeuty.

Symulacja prowadzenia pierwszej i kolejnych sesji

### **ZAKRES TEMATYCZNY**

#### **I: Wprowadzenie i filozofia TSR**

1. Historia i rozwój Terapii Skoncentrowanej na Rozwiązaniach – korzenie w psychoterapii ericksonowskiej i podejściach systemowych
2. Podstawowe założenia filozoficzne TSR – orientacja na przyszłość, zasoby i rozwiązania
3. Różnice między podejściem skoncentrowanym na problemie a podejściem skoncentrowanym na rozwiązaniach
4. Postawa terapeuty w TSR – pozycja "niewiedzy" i respekt dla autonomii klienta
5. Zasada minimalizmu terapeutycznego – "jeśli coś działa, rób więcej; jeśli nie działa, rób coś innego"

#### **II: Podstawowe narzędzia i techniki**

1. Pytanie o cud (miracle question) – struktura, zastosowanie i cele
2. Pytania o wyjątki – identyfikowanie momentów, gdy problem nie występował lub był mniejszy
3. Pytania skalujące – ocena postępów i motywacji klienta
4. Pytania o zasoby – odkrywanie mocnych stron i kompetencji klienta
5. Pytania relacyjne i perspektywiczne – spojrzenie z punktu widzenia innych osób
6. Komplementy i wyrazy uznania – wzmacnianie pozytywnych zmian
7. Fazy pierwszej sesji w TSR – budowanie relacji i kontraktu terapeutycznego

#### **III: Struktura sesji terapeutycznej**

1. Trening pierwszej sesji w TSR – budowanie relacji i kontraktu terapeutycznego
2. Formułowanie celów terapeutycznych – cele pozytywne, konkretne, osiągalne
3. Przerwa i zespół reflektujący – wykorzystanie czasu na analizę i konstruowanie przekazu
4. Przekaz końcowy – komplementy, most i zadania domowe
5. Sesje kolejne – ocena postępów i strategia "więcej tego samego" lub "zrobić coś inaczej"

#### **IV: Praca z różnymi typami klientów**

1. Typy relacji terapeutycznych – klient gość, narzekający, klient
2. Dopasowanie interwencji do typu relacji terapeutycznej
3. Praca z klientami przymusowymi i niezmotywowanymi

#### **V-VII: Praktyczne zastosowanie TSR**

1. Typowe pułapki i trudności w gabinecie
2. Praca z różnymi typami klientów i sytuacji
3. Ćwiczenia praktyczne i symulacje sesji terapeutycznych
4. Superwizja i rozwój kompetencji terapeuty TSR

### **CZAS TRWANIA SZKOLENIA**

Liczba godzin zawiera również proces walidacji, lekcje prowadzone są w systemie 45 min w modułach po 2 lekcje. Przerwy nie są wliczone w czas usługi rozwojowej:

Liczba godzin teoretycznych: 30h

Liczba godzin praktycznych: 40h

Liczba godzin zdalnych w czasie rzeczywistym: 70h

### **WALIDACJA**

Walidacja efektów uczenia się prowadzona jest zdalnie w czasie rzeczywistym i trwa 2 godziny dydaktyczne. Wykorzystywane metody walidacyjne to: Obserwacja w warunkach symulowanych, test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie.

# Harmonogram

Liczba pozycji harmonogramu: 53

| Przedmiot / temat                                                                                                                                                                                                                | Typ aktywności | Prowadzący       | Data realizacji zajęć | Godzina rozpoczęcia | Godzina zakończenia | Liczba godzin |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------|------------------|-----------------------|---------------------|---------------------|---------------|
| <div>1 z 53</div> 1-2. Fundamenty terapii i pracy terapeutycznej. TSR. Historia i rozwój TSR + Geneza i podstawowe założenia filozoficzne TSR/PSR. Ćwiczenie w parach. (ćwiczenia, rozmowy na żywo, chat, współdzielenie ekranu) | Zajęcia        | Katarzyna Iwicka | 12-09-2026            | 09:00               | 11:00               | 02:00         |
| <div>2 z 53</div> -                                                                                                                                                                                                              | Przerwa        | -                | 12-09-2026            | 11:00               | 11:10               | 00:10         |
| <div>3 z 53</div> 3. Model teoretyczny - różnice w koncentracji na problemie / rozwiązaniach. Ćwiczenie w parach. (ćwiczenia, rozmowy na żywo, chat, współdzielenie ekranu)                                                      | Zajęcia        | Katarzyna Iwicka | 12-09-2026            | 11:10               | 13:10               | 02:00         |
| <div>4 z 53</div> -                                                                                                                                                                                                              | Przerwa        | -                | 12-09-2026            | 13:10               | 13:50               | 00:40         |

| Przedmiot / temat                                                                                                                                                              | Typ aktywności | Prowadzący       | Data realizacji zajęć | Godzina rozpoczęcia | Godzina zakończenia | Liczba godzin |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------|------------------|-----------------------|---------------------|---------------------|---------------|
| 5 z 53 4.<br>Zasady i struktura rozmów. Postawa "niewiedzy" i respekt dla autonomii klienta. (ćwiczenia, rozmowy na żywo, chat, współdzielenie ekranu)                         | Zajęcia        | Katarzyna Iwicka | 12-09-2026            | 13:50               | 15:20               | 01:30         |
| 6 z 53 -                                                                                                                                                                       | Przerwa        | -                | 12-09-2026            | 15:20               | 15:30               | 00:10         |
| 7 z 53 5.<br>Rozpoczynanie sesji: Pytania o nadzieje - symulacje i film szkoleniowy Melisa 1. (ćwiczenia, rozmowy na żywo, chat, współdzielenie ekranu)                        | Zajęcia        | Katarzyna Iwicka | 12-09-2026            | 15:30               | 17:00               | 01:30         |
| 8 z 53 1-2.<br>Struktura prowadzenia pierwszej sesji + Relacja terapeutyczna . Rodzaje relacji terapeutycznych w TSR (ćwiczenia, rozmowy na żywo, chat, współdzielenie ekranu) | Zajęcia        | Katarzyna Iwicka | 13-09-2026            | 09:00               | 11:00               | 02:00         |
| 9 z 53 -                                                                                                                                                                       | Przerwa        | -                | 13-09-2026            | 11:00               | 11:10               | 00:10         |

| Przedmiot / temat                                                                                                                                                                                         | Typ aktywności | Prowadzący       | Data realizacji zajęć | Godzina rozpoczęcia | Godzina zakończenia | Liczba godzin |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------|------------------|-----------------------|---------------------|---------------------|---------------|
| <div>10 z 53</div> <b>3.</b><br>Narzędzia:<br>pytania pogłębiające, wydobywanie zasobów, komplementowanie<br>Ćwiczenie.<br>(ćwiczenia, rozmowy na żywo, chat, współdzielenie ekranu)                      | Zajęcia        | Katarzyna Iwicka | 13-09-2026            | 11:10               | 13:10               | 02:00         |
| <div>11 z 53</div> -                                                                                                                                                                                      | Przerwa        | -                | 13-09-2026            | 13:10               | 13:50               | 00:40         |
| <div>12 z 53</div> <b>4.</b><br>Narzędzia:<br>pytania o wyjątki i sukcesy, preferowana przyszłość.<br>Film szkoleniowy Melisa 1 z omówieniem<br>(ćwiczenia, rozmowy na żywo, chat, współdzielenie ekranu) | Zajęcia        | Katarzyna Iwicka | 13-09-2026            | 13:50               | 15:20               | 01:30         |
| <div>13 z 53</div> -                                                                                                                                                                                      | Przerwa        | -                | 13-09-2026            | 15:20               | 15:30               | 00:10         |
| <div>14 z 53</div> <b>5.</b><br>Prowadzenie pierwszej sesji - symulacje<br>(ćwiczenia, rozmowy na żywo, chat, współdzielenie ekranu)                                                                      | Zajęcia        | Katarzyna Iwicka | 13-09-2026            | 15:30               | 17:00               | 01:30         |
| <div>15 z 53</div> <b>1.</b><br>Trening pierwszej sesji (symulacja sesji z prowadzącym na żywo)                                                                                                           | Zajęcia        | Irena Jaczewska  | 17-09-2026            | 17:00               | 18:00               | 01:00         |

| Przedmiot / temat                                                                                                                                                                                               | Typ aktywności | Prowadzący             | Data realizacji zajęć | Godzina rozpoczęcia | Godzina zakończenia | Liczba godzin |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------|------------------------|-----------------------|---------------------|---------------------|---------------|
| 16 z 53 -                                                                                                                                                                                                       | Przerwa        | -                      | 17-09-2026            | 18:00               | 18:15               | 00:15         |
| 17 z 53 2.<br>Trening pierwszej sesji (symulacja sesji z prowadzącym na żywo)                                                                                                                                   | Zajęcia        | Irena Jaczewska        | 17-09-2026            | 18:15               | 19:15               | 01:00         |
| 18 z 53 1.<br>Rozpoczynanie rozmowy. Zawieranie kontraktu, film szkoleniowy Kobieta w kryzysie1 Preferowana przyszłość klienta. Przykłady sukcesu, wyjątki. (ćwiczenia, rozmowy na żywo, współdzielenie ekranu) | Zajęcia        | Anetta Jedynak-Stępnik | 24-09-2026            | 15:30               | 18:00               | 02:30         |
| 19 z 53 -                                                                                                                                                                                                       | Przerwa        | -                      | 24-09-2026            | 18:00               | 18:15               | 00:15         |
| 20 z 53 2.<br>Skale postępu i pewności - Ćwiczenie w parach. (ćwiczenia, rozmowy na żywo, chat, współdzielenie ekranu)                                                                                          | Zajęcia        | Anetta Jedynak-Stępnik | 24-09-2026            | 18:15               | 19:50               | 01:35         |

| Przedmiot / temat                                                                                                                                                                                                      | Typ aktywności | Prowadzący             | Data realizacji zajęć | Godzina rozpoczęcia | Godzina zakończenia | Liczba godzin |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------|------------------------|-----------------------|---------------------|---------------------|---------------|
| <div>21 z 53</div> 3. Podsumowanie spotkania - informacja zwrotna + film szkoleniowy Kobieta w kryzysie 2. (ćwiczenia, rozmowy na żywo, chat, współdzielenie ekranu)                                                   | Zajęcia        | Anetta Jedynak-Stępnik | 25-09-2026            | 15:30               | 18:00               | 02:30         |
| <div>22 z 53</div> -                                                                                                                                                                                                   | Przerwa        | -                      | 25-09-2026            | 18:00               | 18:15               | 00:15         |
| <div>23 z 53</div> 4. Zasady dawania sugestii terapeutyczne j. (ćwiczenia, rozmowy na żywo, chat, współdzielenie ekranu)                                                                                               | Zajęcia        | Anetta Jedynak-Stępnik | 25-09-2026            | 18:15               | 19:50               | 01:35         |
| <div>24 z 53</div> 1. Trening 1 sesji. Film Kobieta w kryzysie 1 Rozmowa wolna od problemów, pytania o nadzieję, cud, opis preferowanej przyszłości, wyjątki (ćwiczenia, rozmowy na żywo, chat, współdzielenie ekranu) | Zajęcia        | Anetta Jedynak-Stępnik | 26-09-2026            | 18:00               | 19:30               | 01:30         |
| <div>25 z 53</div> -                                                                                                                                                                                                   | Przerwa        | -                      | 26-09-2026            | 19:30               | 19:45               | 00:15         |

| Przedmiot / temat                                                                                                                                         | Typ aktywności | Prowadzący             | Data realizacji zajęć | Godzina rozpoczęcia | Godzina zakończenia | Liczba godzin |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------|------------------------|-----------------------|---------------------|---------------------|---------------|
| 26 z 53 2.<br>Mówienie po kolei,<br>frazowanie i parafrazowanie, używanie słów klienta.<br>(ćwiczenia, rozmowy na żywo, chat, współdzielenie ekranu)      | Zajęcia        | Anetta Jedynak-Stępnik | 26-09-2026            | 19:45               | 20:55               | 01:10         |
| 27 z 53 3.<br>Wybór następnego pytania - pytanie o jutro,<br>poszerzanie i uszczegóławianie.<br>(ćwiczenia, rozmowy na żywo, chat, współdzielenie ekranu) | Zajęcia        | Anetta Jedynak-Stępnik | 27-09-2026            | 18:00               | 19:30               | 01:30         |
| 28 z 53 -                                                                                                                                                 | Przerwa        | -                      | 27-09-2026            | 19:30               | 19:45               | 00:15         |
| 29 z 53 4.<br>Struktura kolejnych sesji + film szkoleniowy Melisa 2.<br>(ćwiczenia, rozmowy na żywo, chat, współdzielenie ekranu)                         | Zajęcia        | Anetta Jedynak-Stępnik | 27-09-2026            | 19:45               | 20:55               | 01:10         |
| 30 z 53 1.<br>Trening sesji (symulacja sesji z prowadzącym na żywo)                                                                                       | Zajęcia        | Irena Jaczewska        | 22-10-2026            | 17:00               | 18:00               | 01:00         |
| 31 z 53 -                                                                                                                                                 | Przerwa        | -                      | 22-10-2026            | 18:00               | 18:15               | 00:15         |

| Przedmiot / temat                                                                                                                                                                                                | Typ aktywności | Prowadzący              | Data realizacji zajęć | Godzina rozpoczęcia | Godzina zakończenia | Liczba godzin |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------|-------------------------|-----------------------|---------------------|---------------------|---------------|
| 32 z 53 2.<br>Trening sesji (symulacja sesji z prowadzącym na żywo)                                                                                                                                              | Zajęcia        | Irena Jaczewska         | 22-10-2026            | 18:15               | 19:15               | 01:00         |
| 33 z 53 1.<br>Ustalanie kolejnego kroku, oznaki zmian, film Matka z nastolatkiem. Komplementowanie, konstruktywne słuchanie historii, tworzenie listy. (ćwiczenia, rozmowy na żywo, chat, współdzielenie ekranu) | Zajęcia        | Mikołaj Nowicki-Pilecki | 29-10-2026            | 09:00               | 11:00               | 02:00         |
| 34 z 53 -                                                                                                                                                                                                        | Przerwa        | -                       | 29-10-2026            | 11:00               | 11:10               | 00:10         |
| 35 z 53 2.<br>Wprowadzanie perspektywy innych osób<br>Ćwiczenie w parach. (ćwiczenia, rozmowy na żywo, chat, współdzielenie ekranu)                                                                              | Zajęcia        | Mikołaj Nowicki-Pilecki | 29-10-2026            | 11:10               | 13:10               | 02:00         |
| 36 z 53 -                                                                                                                                                                                                        | Przerwa        | -                       | 29-10-2026            | 13:10               | 13:50               | 00:40         |
| 37 z 53 3.<br>Kolejne sesje: pytania o postępy (ćwiczenia, rozmowy na żywo, chat, współdzielenie ekranu)                                                                                                         | Zajęcia        | Mikołaj Nowicki-Pilecki | 29-10-2026            | 13:50               | 15:20               | 01:30         |
| 38 z 53 -                                                                                                                                                                                                        | Przerwa        | -                       | 29-10-2026            | 15:20               | 15:30               | 00:10         |

| Przedmiot / temat                                                                                                                                                                                                       | Typ aktywności | Prowadzący              | Data realizacji zajęć | Godzina rozpoczęcia | Godzina zakończenia | Liczba godzin |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------|-------------------------|-----------------------|---------------------|---------------------|---------------|
| <div>39 z 53</div> 4. Kolejne sesje: pytania o strategię i tożsamość (ćwiczenia, rozmowy na żywo, chat, współdzielenie ekranu)                                                                                          | Zajęcia        | Mikołaj Nowicki-Pilecki | 29-10-2026            | 15:30               | 17:00               | 01:30         |
| <div>40 z 53</div> 1. Klient gość, narzekający. Film Pan 1. Sytuacje trudne: klient mówi, że jest tak samo, klient mówi, że jest gorzej. Sytuacja zagrożenia. (ćwiczenia, rozmowy na żywo, chat, współdzielenie ekranu) | Zajęcia        | Mikołaj Nowicki-Pilecki | 30-10-2026            | 09:00               | 11:00               | 02:00         |
| <div>41 z 53</div> -                                                                                                                                                                                                    | Przerwa        | -                       | 30-10-2026            | 11:00               | 11:10               | 00:10         |
| <div>42 z 53</div> 2. Wydobywanie osiągniętych postępów. Co jeśli nie ma postępów? (ćwiczenia, rozmowy na żywo, chat, współdzielenie ekranu)                                                                            | Zajęcia        | Mikołaj Nowicki-Pilecki | 30-10-2026            | 11:10               | 13:10               | 02:00         |
| <div>43 z 53</div> -                                                                                                                                                                                                    | Przerwa        | -                       | 30-10-2026            | 13:10               | 13:50               | 00:40         |
| <div>44 z 53</div> 3. Klient mówi "nie wiem". Ćwiczenie w parach. (ćwiczenia, rozmowy na żywo, chat, współdzielenie ekranu)                                                                                             | Zajęcia        | Mikołaj Nowicki-Pilecki | 30-10-2026            | 13:50               | 15:20               | 01:30         |

| Przedmiot / temat                                                                                                                                                                                                 | Typ aktywności | Prowadzący              | Data realizacji zajęć | Godzina rozpoczęcia | Godzina zakończenia | Liczba godzin |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------|-------------------------|-----------------------|---------------------|---------------------|---------------|
| 45 z 53 -                                                                                                                                                                                                         | Przerwa        | -                       | 30-10-2026            | 15:20               | 15:30               | 00:10         |
| 46 z 53 4.<br>Kończenie terapii (ćwiczenia, rozmowy na żywo, chat, współdzielenie ekranu)                                                                                                                         | Zajęcia        | Mikołaj Nowicki-Pilecki | 30-10-2026            | 15:30               | 17:00               | 01:30         |
| 47 z 53 1.<br>Kluczowe praktyki w sytuacjach skrajnych w rozmowach TSR - trening utrwalający reakcje. Nierealistyczne nadzieje. Praca z wieloma celami. (ćwiczenia, rozmowy na żywo, chat, współdzielenie ekranu) | Zajęcia        | Mikołaj Nowicki-Pilecki | 31-10-2026            | 09:00               | 11:00               | 02:00         |
| 48 z 53 -                                                                                                                                                                                                         | Przerwa        | -                       | 31-10-2026            | 11:00               | 11:10               | 00:10         |
| 49 z 53 2.<br>Pytania o radzenie sobie, gdy jest ciężko. Gdy nic się nie zmieniło. Gdy nie można dostrzec wyjątków. (ćwiczenia, rozmowy na żywo, chat, współdzielenie ekranu)                                     | Zajęcia        | Mikołaj Nowicki-Pilecki | 31-10-2026            | 11:10               | 13:10               | 02:00         |
| 50 z 53 -                                                                                                                                                                                                         | Przerwa        | -                       | 31-10-2026            | 13:10               | 13:50               | 00:40         |

| Przedmiot / temat                                                                                                                              | Typ aktywności | Prowadzący              | Data realizacji zajęć | Godzina rozpoczęcia | Godzina zakończenia | Liczba godzin |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------|-------------------------|-----------------------|---------------------|---------------------|---------------|
| 51 z 53 3.<br>Sytuacje trudne: żałoba, trauma.<br>Współpraca z innymi specjalistami. (ćwiczenia, rozmowy na żywo, chat, współdzielenie ekranu) | Zajęcia        | Mikołaj Nowicki-Pilecki | 31-10-2026            | 13:50               | 15:20               | 01:30         |
| 52 z 53 -                                                                                                                                      | Przerwa        | -                       | 31-10-2026            | 15:20               | 15:30               | 00:10         |
| 53 z 53 -                                                                                                                                      | Walidacja      | -                       | 31-10-2026            | 15:30               | 17:00               | 01:30         |

### Podsumowanie

| Rodzaj godzin                        | Liczba godzin |
|--------------------------------------|---------------|
| Suma godzin zegarowych usługi        | 59:00         |
| w tym suma godzin zajęć              | 51:00         |
| w tym suma godzin walidacji          | 01:30         |
| w tym suma przerw                    | 06:30         |
| Suma godzin dydaktycznych bez przerw | 70:00         |

## Cennik

### Cennik

| Rodzaj ceny                                                                                                      | Cena         |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|
| Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto                                                                        | 4 200,00 PLN |
| Podmiot uprawniony do zwolnienia z VAT na podstawie art. 113 ust. 1 ustawy o VAT ze względu na wartość sprzedaży |              |
| Koszt przypadający na 1 uczestnika netto                                                                         | 4 200,00 PLN |
| Koszt osobogodziny brutto                                                                                        | 71,19 PLN    |

## Liczba godzin usługi

| Rodzaj godzin                   | Liczba godzin |
|---------------------------------|---------------|
| Liczba godzin zegarowych usługi | 59:00         |

## Prowadzący

Liczba prowadzących: 6



1 z 6

### Anetta Jedynak-Stępnik

Certyfikowany Trener i Terapeuta Terapii Skoncentrowanej na Rozwiązaniach, psycholog, wykładowca akademicki, certyfikowany coach ICC.

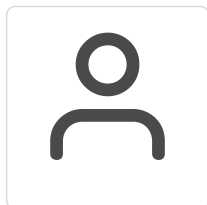
Jest absolwentką studiów magisterskich z psychologii. Ukończyła certyfikowane szkolenie TSR I i II stopnia (łącznie 210 godzin) w Centrum Kształcenia Kadr Medycznych i Psychoterapii w Warszawie. Jest członkinią Polskiego Towarzystwa Psychologicznej Terapii Skoncentrowanej na Rozwiązaniach oraz certyfikowanym coachem zgodnym ze standardami International Coach Federation.

Od 2023 roku prowadzi sesje terapeutyczne i warsztaty TSR z dziećmi, młodzieżą i dorosłymi. Jest wykładowcą w Wyższej Szkole Biznesu i Nauk o Zdrowiu w Łodzi oraz trenerem w Akademii Nauki i Akademii Rozwoju. Posiada ponad 1000 godzin doświadczenia trenerskiego z zakresu psychologii, TSR i kompetencji coachingowych.

Specjalizuje się w pracy z dziećmi, młodzieżą i rodzinami z doświadczeniem neuroróżnorodności (w szczególności pozostających w spektrum autyzmu, czy ADHD). Pracuje jako psycholog szkolny oraz prowadzi Centrum Terapii i Rozwoju Harmonia w Bełchatowie.

W pracy trenerskiej koncentruje się na praktycznym zastosowaniu narzędzi TSR oraz budowaniu relacji terapeutycznej opartej na szacunku dla klienta. Uczestnicy cenią ją za konkret, klarowność przekazu i umiejętność przekładania teorii na praktykę. Systematycznie doskonalili warsztat w Szkole Psychoterapii.

Doświadczenie zawodowe/kwalifikacje nabyte nie wcześniej niż 5 lat przed datą publikacji usługi w BUR.



2 z 6

### Irena Jaczewska

Dyplomowany psycholog, mgr zarządzania, psychoterapeutka nurtu systemowego (ericksonowskiego, rodzinnego).

Pracuje jako certyfikowany superwizor i wykładowca TSR.

Ukończyła Całościowy Kurs Psychoterapii (1200h) akredytowany przez Polskie Towarzystwo Psychiatryczne. Jest członkiem Polskiego Towarzystwa Psychiatrycznego oraz Sekcji Naukowej PTP, a także Polskiego Towarzystwa Psychologicznej Terapii Skoncentrowanej na Rozwiązaniach.

Pracuje w nurcie terapii systemowej oraz poznawczo-behawioralnej. Realizuje sesje psychotraumatologiczne EMDR oraz pracuje technikami transowymi (hipnoza kliniczna).

Od 2000 roku prowadzi szkolenia i warsztaty z różnych dziedzin zarządzania oraz psychologii i psychoterapii, obecnie jako wykładowca i superwizor w CKKMIP, gdzie prowadzi specjalistyczne szkolenia z zakresu Terapii Skoncentrowanej na Rozwiązaniach (TSR).

Posiada doświadczenie w prowadzeniu interwencji kryzysowych oraz w pracy z klientami sądów oraz z klientami pozostającymi w relacjach przemocowych, w tym w przemocy ekonomicznej. Ma także doświadczenie w pracy z osobami i rodzinami w sytuacji okołorozwodowej. Bogate doświadczenie praktyczne łączy z umiejętnością przekazywania wiedzy na warsztatach i kursach. Prowadzi psychoterapię dorosłych, młodzieży, rodzin, par oraz terapię grupową. Pracuje ze służbami mundurowymi. Prowadzi też sesje dla menedżerów i treningi umiejętności przywódczych. Doświadczenie zawodowe/kwalifikacje nabyte nie wcześniej niż 5 lat przed datą publikacji usługi



3 z 6

### Katarzyna Iwicka

Wykładowca, psychoterapeuta Lowenowski, pasjonatka i trener Terapii Skoncentrowanej na Rozwiązaniach. Ukończyła 4-letnie studia psychoterapii pracy z ciałem metodą A. Lowena, „The Florida Society for Bioenergetic Analysis” oraz studia pedagogiczne podyplomowe ze specjalnością „Nauczanie dorosłych”. Odyła staż kliniczny w Instytucie Psychiatrii i Neurologii w Warszawie oraz szkolenia z procesu grupowego w podejściu w zakresie psychoanalitycznym i psychodynamicznym oraz szkolenie ze struktur charakteru w podejściu psychoanalitycznym. Ponadto posiada certyfikat Trenera i Coacha, który zdobyła w szkole TROP, a także tytuł Executive Coach wydany przez Szkołę Coachingu w Gdańskim Wydawnictwie Psychologicznym oraz szkołę Psychologii Zorientowanej na Proces „Poza Centrum”.

Ma 28-letnie doświadczenie zawodowe. Specjalizuje się w pracy z poczuciem własnej wartości, asertywnością i umiejętnością stawiania granic. Prowadzi grupy ćwiczeniowe, a także sesje indywidualne pracy z ciałem według metody amerykańskiego psychoterapeuty A. Lowena. Pracuje z osobami dorosłymi w kryzysach relacyjnych, w kryzysach zawodowych, z obniżonym nastrojem, doświadczającymi lęku i wypalenia zawodowego, a także z osobami, którzy po prostu coś chcą poprawić w swoim życiu.

Pracuje głównie w TSR oraz metodą pracy z ciałem według A. Lowena z elementami podejścia psychodynamicznego.



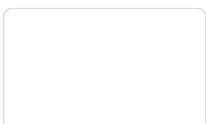
4 z 6

### Mikołaj Nowicki-Pilecki

Trener i wykładowca Terapii Skoncentrowanej na Rozwiązaniach, mgr psychologii, psychoterapeuta (in spe), Mikołaj Nowicki-Pilecki jest absolwentem Wydziału Psychologii Uniwersytetu SWPS w Warszawie na kierunku Psychologia Zmiany oraz certyfikowanym Terapeutą Terapii Skoncentrowanej na Rozwiązaniach (TSR).

Mikołaj przeszedł kompleksową ścieżkę szkoleniową w Terapii Skoncentrowanej na Rozwiązaniach obejmującą: szkolenie podstawowe i zaawansowane – 210 godzin; szkolenie trenerów TSR w Centrum Kształcenia Kadr Medycznych i Psychoterapii - 100 godzin.

Jako członek Polskiego Towarzystwa Psychologicznej Terapii Skoncentrowanej na Rozwiązaniach (PTPTSR), regularnie uczestniczy w superwizjach, konferencjach i szkoleniach specjalistycznych, nieustannie pogłębiając swoją wiedzę i umiejętności. Jest wykładowcą TSR łączącym praktyczne doświadczenie kliniczne z pasją do dzielenia się wiedzą. Kompetencje trenerskie Mikołaja opierają się na solidnym fundamencie pracy klinicznej i edukacyjnej. Prowadzi terapię indywidualną, par oraz grupy psychoedukacyjne, co pozwala mu przekazywać praktyczną, sprawdzoną wiedzę. Pracuje z młodzieżą od 16. roku życia, osobami dorosłymi, parami oraz osobami starszymi, posiadając doświadczenie w szerokim spektrum zagadnień terapeutycznych. Prowadzi szkolenia w języku polskim i angielskim. Doświadczenie zawodowe/kwalifikacje nabyte nie wcześniej niż 5 lat przed datą publikacji usługi w BUR.



5 z 6

### Rafał Tarkowski



Akredytacja Trenerska VCC z zakresu kompetencji społecznych, Certyfikat Trenera TSR, Politolog społeczny, absolwent Uniwersytetu Warszawskiego 2003. Uzyskał stopień magistra w Instytucie Profilaktyki Społecznej i Resocjalizacji Uniwersytetu Warszawskiego. Specjalność prawno-kryminologiczna. W trakcie studiów magisterskich z psychologii na kierunku psychologia sądowa. Odbýwał liczne kursy z zakresu interwencji kryzysowej, pracy w środowisku rodzinnym z problemem przemocy domowej, etc. Posiada minimum 10-letnie doświadczenie z pracy z ludźmi jako Społeczny Kurator Sądowy przy Sądzie Rejonowym dla Warszawy Pragi Południe Wydział Karny. Doświadczenie trenerskie Rafała Tarkowskiego obejmuje ponad 2000 godzin warsztatów, konsultacji i szkoleń, w tym z zakresu radzenia sobie ze stresem, pracy terapeutycznej i wypalenia zawodowego. Współpracował m. in. z policjantami, funkcjonariuszami Służby Więziennej, pracownikami Ośrodków Pomocy Społecznej. Działal w Komisjach ds. Rozwiązywania Problemów Alkoholowych, Zespołach Interdyscyplinarnych ds. Przeciwdziałania Przemocy i kuratorów sądowych. Warsztaty prowadzi metodami aktywnymi i każdorazowo odpowiada na dynamikę grupy. Potrafi dostosowywać przebieg szkolenia do potrzeb uczestników. Posiada wiedzę i doświadczenie terapeutyczne z zakresu psychologii, prawa i przeciwdziałania przemocy oraz procedur prawnych w tym zakresie. Doświadczenie zawodowe/kwalifikacje nabyte nie wcześniej niż 5 lat przed datą publikacji usługi w BUR.



6 z 6

### Jadwiga Mazur

prof. dr hab. Jadwiga Mazur  
Wykładowca CKKMIP

Profesor WSB z siedzibą w Poznaniu, wykładowca akademicki, wieloletni praktyk, wykwalifikowany terapeuta TSR; z wykształcenia psycholog, socjolog. Od lat z powodzeniem łączy solidne przygotowanie naukowe z praktyką wspierania ludzi w ich rozwoju osobistym i w przezwyciężaniu życiowych trudności. Ukończyła studia magisterskie z psychologii oraz socjologii, a swoją karierę naukową związała z Uniwersytetem Komisji Edukacji Narodowej w Krakowie, gdzie przez wiele lat pełniła funkcję kierownika katedry i nadal aktywnie działa jako profesor.

Jej wieloletnia działalność akademicka przekłada się nie tylko na bogatą wiedzę, lecz także na rozwiniętą wrażliwość pedagogiczną i zrozumienie dla ludzkich potrzeb. Przez lata pracy dydaktycznej wypromowała wielu licencjatów, magistrów i doktorów, dzięki czemu potrafi z wyczuciem towarzyszyć w procesie zmiany – zarówno w roli nauczyciela akademickiego, jak i terapeuty. Jej podejście opiera się na szacunku, cierpliwości i umiejętności budowania relacji opartej na zaufaniu.

Jako terapeuta TSR koncentruje się na zasobach klienta i realnych rozwiązaniach. Pracuje z osobami z grup zawodowych szczególnie narażonych na przeciążenia psychiczne – takich jak nauczyciele, lekarze, pracownicy socjalni czy funkcjonariusze służb mundurowych. Doświadczenie zawodowe/kwalifikacje nabyte nie wcześniej niż 5 lat przed datą publikacji usługi w BUR.

## Informacje dodatkowe

### Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Uczestnicy otrzymają w wersji elektronicznej:

1. Plik pdf "Zeszyt Uczestnika" - materiał pomocniczy do robienia notatek
2. Plik pdf Rodzaje zasobów
3. Plik pdf z prezentacją z każdego dnia szkolenia teoretycznego (4 dni dydaktyczne)
4. Plik pdf z bankiem pytań TSR
5. Plik pdf do ćwiczeń z treningiem reakcji terapeuty
6. Plik pdf z check listą narzędzi TSR

7. Plik pdf Arkusz pierwszej sesji

8. Plik pdf Arkusz kolejnej sesji

## Warunki uczestnictwa

Zatrudnienie lub wykształcenie w zawodach takich jak:

medycyna, pielęgniarstwo, ratownictwo,

psychologia, pedagogika,

resocjalizacja, opieka społeczna,

prawo, mediacje,

dietetyka, psychodietetyka, treningi personalne, rehabilitacja, fizjoterapia,

oraz inne związane z pracą z drugim człowiekiem.

Zapraszamy także menedżerów średniego i wyższego szczebla, studentów studiów wyższych wymienionych kierunków oraz osoby planujące przystępować do procesu certyfikacji praktyka, terapeuty lub psychoterapeuty TSR w stowarzyszeniu PTPTSR.

UWAGA: Certyfikacja w PTPTSR wymaga aktywnego członkostwa w Stowarzyszeniu ([www.ptptsr.pl](http://www.ptptsr.pl)). Potwierdzenie należy uzyskać najpóźniej 14 dni przed datą walidacji. Uczestnicy szkolenia są zwolnieni z opłaty za 1. rok członkostwa. Rekomendację do certyfikacji wystawia CKKMIP.

Usługa skierowana również do uczestników projektu „Usługi rozwojowe dla mieszkańców podregionu leszczyńskiego”

## Informacje dodatkowe

Na podstawie art. 43 ust. 1 pkt. 29 ustawy o podatku od towarów i usług. Usługi szkoleniowe i kształcenia zawodowego finansowane w co najmniej 70% ze środków publicznych są zwolnione z VAT. Podstawą jest § 3 ust. 1 pkt 14 rozporządzenia Ministra Finansów z 20 grudnia 2013 r. (t.j. Dz.U. 2025 poz. 832). Realizator nie finansuje kosztów dojazdu, wyżywienia, ani zakwaterowania.

Usługa jest nagrywana dla celów kontrolnych i archiwizacyjnych. Wymagane jest min. 90% obecności potwierdzonych raportem logowań oraz zdjęciem z ekranu z wizerunkiem uczestnika (screeny ekranu z galerią uczestników z początku i końca dnia usługi)

Przystąpienie do walidacji usługi jest obligatoryjne, uczestnik otrzyma zaświadczenie o odbyciu kursu z informacją o wyniku walidacji.

Zawarto umowę z WUP w Szczecinie na świadczenie usług rozwojowych z wykorzystaniem elektronicznych bonów szkoleniowych w ramach projektu Zachodniopomorskie Bony Szkoleniowe”.

## Warunki techniczne

W trakcie szkolenia online korzystamy z platformy ZOOM. Każdy uczestnik otrzymuje przed szkoleniem link do dołączenia do szkolenia. Link ten jest ważny przez cały czas trwania szkolenia, tj. we wszystkie dni szkoleniowe i po każdej zaplanowanej przerwie uczestnicy łączą się przez ten sam link. Uczestnictwo w szkoleniu w czasie rzeczywistym wymaga łącza internetowego w komputerze lub tablecie. Nie rekomendujemy uczestnictwa przez smartfon z uwagi na wielkość ekranu, ale jest to także możliwe.

Do prawidłowego działania ZOOM rekomendujemy skorzystanie z przeglądarek: Google Chrome, Mozilla Firefox lub Safari. Uczestnicy w czasie rzeczywistym śledzą to, co dzieje się w sali szkoleniowej oraz śledzą treści (prezentacje i filmy) udostępniane na komputerze prowadzącego. Wszyscy mogą zadawać pytania - rekomendujemy używanie czatu w spotkaniu ZOOM. Uczestnicy mogą komunikować się bezpośrednio z prowadzącym i innymi uczestnikami za pomocą mikrofonu.

Podczas szkolenia będziemy pracować podczas ćwiczeń w podgrupach za pomocą tzw. "oddzielnych pokoi" ZOOM. Czas pracy w grupach ustala prowadzący. Uczestnicy widzą na ekranie komputera zaproszenie do osobnego pokoju, a 60 sekund przed końcem ćwiczenia, że za chwilę nastąpi powrót do głównej sesji. Prowadzący może wysyłać wiadomości do wszystkich pokoi jednocześnie.

**Niezbędna jest kamera internetowa (może być wbudowana w sprzęt np. tablet) oraz stabilne łącze internetowe i brak blokad firmowych.**

**Minimalna przepustowość łącza internetowego: pobieranie 10Mb/s, wysyłanie 5Mb/s.**

**Sprzęt komputerowy: minimum dwurdzeniowy procesor Intel Core i5 2,5 GHz lub wyższy, min. 2GB RAM.**

Obowiązkowe jest włączenie kamery podczas całego udziału w szkoleniu.

**Uwaga! Organizator nie odpowiada za niemożność uczestnictwa w szkoleniu z uwagi na niską przepustowość łącza uczestnika. Brak włączenia kamery jest równoważny z brakiem obecności podczas szkolenia.**

Usługa jest nagrywana dla potrzeb ew. kontroli i archiwizacji.

## Kontakt



**IRENA JACZEWSKA**

**E-mail** [szkolenia@ckkmip.pl](mailto:szkolenia@ckkmip.pl)

**Telefon** (+48) 223 507 777