



Akademia Bliżej
Natalia Kurzawa

★★★★★ 4,8 / 5

921 ocen

Kurs model Terapii Krótkoterminowej Skoncentrowana na Rozwiązaniach- konstruktywne pomaganie w zmianie: poziom podstawowy

Numer usługi 2026/10/09/11147/3869460

- Usługa szkoleniowa
- zdalna w czasie rzeczywistym
- Zajęcia grupowe
- 60:00 h
- 05.12.2026 do 20.02.2027

5 000,00 PLN brutto

5 000,00 PLN netto

83,33 PLN brutto/h

83,33 PLN netto/h

166,67 PLN cena rynkowa ⓘ

Informacje podstawowe

Kategoria	Zdrowie i medycyna / Psychologia i rozwój osobisty
Identyfikatory projektów	Kierunek - Rozwój, Małopolski Pociąg do kariery, Zachodniopomorskie Bony Szkoleniowe, FELB.06.03-IZ.00-0003/24 ZIPH
Grupa docelowa usługi	Kurs przeznaczony jest dla przedstawicieli i studentów wszystkich zawodów pomocowych oraz dla osób chcących poznać model skoncentrowany na rozwiązaniach celem uzupełnienia swojej praktyki terapeutycznej, coachingowej, rozwojowej Zawody, które najbardziej skorzystają z kursu to m.in.: • psycholodzy, psychoterapeuci, lekarze, pielęgniarki • pracownicy opieki społecznej • coachowie, trenerzy • mediatorzy • kuratorzy sądowi i społeczni • nauczyciele, pedagodzy • dietetycy • trenerzy rozwoju osobistego • przedsiębiorcy • doradcy zawodowi • interwenci kryzysowi Usługa adresowana również do uczestników projektu „Kierunek – Rozwój” oraz Małopolski Pociąg do kariery, Zachodniopomorskie Bony Szkoleniowe oraz pozostałych projektów z dofinansowaniem.
Minimalna liczba uczestników	6
Maksymalna liczba uczestników	18
Data zakończenia rekrutacji	04-12-2026

Cel

Cel edukacyjny

Usługa przygotowuje uczestnika do prowadzenia sesji pomocowych w podejściu skoncentrowanym na rozwiązaniach poprzez stosowanie technik pracy z klientem, wspieranie poszukiwania rozwiązań oraz rozwijanie konstruktywnych sposobów radzenia sobie.

Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Charakteryzuje istotę i założenia podejścia skoncentrowanego na rozwiązaniach (TSR)	definiuje minimum 3 kluczowe założenia TSR	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
	rozdziela podejście skoncentrowane na problemie i na rozwiązaniach	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
Charakteryzuje narzędzia podejścia skoncentrowanego na rozwiązaniach	wymienia i opisuje co najmniej 3 techniki TSR	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
	opisuje przebieg sesji wskazując funkcje na poszczególnych etapach	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
	wyjaśnia zastosowanie stosowanie pytań TSR na poszczególnych etapach rozmowy	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
	stosuje narzędzia komunikacyjne aktywnego słuchania stwarzające warunki do swobodnej rozmowy z klientem	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
	prowadzi dialog ukierunkowany na poszukiwanie rozwiązań	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
Opisuje strukturę sesji w podejściu skoncentrowanym na rozwiązaniach z wykorzystaniem odpowiednich narzędzi	identyfikuje zasoby klienta	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
	omawia model EARS oraz identyfikuje jego wpływ na budowanie kompetencji i rozwiązań w narracji klienta	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
Charakteryzuje model EARS		

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Planuje i prowadzi rozmowy w podejściu skoncentrowanym na rozwiązaniach	formułuje cele sesji zgodnie z zasadami SMART	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
	wykorzystuje narzędzia kluczowe w podejściu skoncentrowanym na rozwiązaniach jak: wydobywanie zasobów klienta, pytanie o cud, poszukiwanie wyjątków, skalowanie	Prezentacja
	monitoruje realizację celów sesji	Prezentacja
	dokonuje ewaluacji postępów	Prezentacja
Prezentuje odpowiedzialność i rzetelność wykonywanej pracy	stosuje zasady etyki w pracy	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
	Buduje relacje opartą na zaufaniu	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
	zachowuje poufność procesu	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
	identyfikuje własne obszary do rozwoju	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie

Kwalifikacje i kompetencje

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 rozdzielenie procesów kształcenia i szkolenia od walidacji?

TAK

Program

Kurs kierowany jest do osób pracujących w obszarach pomocowych m.in.coachów, mediatorów, terapeutów, doradców zawodowych, interwencji kryzysowych, nauczycieli, pracowników ośrodków pomocowych, kuratorów

Program:

- Wprowadzenie do terapii krótkoterminowej
- Podejście Skoncentrowane na Rozwiązaniach-źródła i założenia terapii TSR
- Skuteczność podejść krótkoterminowych w modelu TSR
- Model TSR- bazowe techniki TSR
- Podstawowe umiejętności i kompetencje w modelu TSR
- Sztuka zadawania pytań
- Postawa "niewiedzy" w modelu TSR
- Model zmian i stadia zmiany wg Prochaska.Motywacja: poziomy motywacji klienta
- Tworzenie kontekstu spotkania: rozmowa poza problemami,określanie zasobów klienta
- Formowanie celu pracy terapeutycznej
- Komplementowanie - wydobywanie zasobów klienta
- Zawieranie kontraktu z klientem.Różnica pomiędzy rezultatem a procesem
- Technika EARS
- Tworzenie obrazu rzeczywistości po osiągnięciu celu
- Poszukiwanie w przeszłości i teraźniejszości klienta elementów "świata bez problemu"
- Praca w oparciu o wyjątki, Skalowanie
- Określanie najbliższych kroków w kierunku osiągnięcia celu
- Monitorowanie wprowadzanych zmian.
- Umiejętność pracy z klientem w obszarze pracy nad potrzebami
- Strategie pracy z klientem w przypadku braku motywacji
- Terapia TSR w pracy z rodzinami
- TSR a perspektywa systemowa
- TSR w pracy w konfliktach
- Prowadzenie sesji w podejściu skoncentrowanym na rozwiązaniach
- Mentoring i superwizja umiejętności
- Walidacja i certyfikacja VCC

Szkolenie obejmuje: 60 godz. edukacyjnych (przerwy nie są wliczane w czas trwania usługi)

Forma szkolenia zdalna w czasie rzeczywistym:

- dzielenie ekranu – z widokiem wszystkich uczestników szkolenia
- prezentacja widoczna dla każdego uczestnika szkolenia
- ćwiczenia w podgrupach, prowadzone w „pokojach online” - trening umiejętności
- rozmowa na żywo- wymiana refleksji

Zajęcia prowadzone są:

- 20 % wykłady tj 12 h
- 80 % trening umiejętności tj 48 h

Wymagane minimum obecności czasu trwania usługi: 80 %

Czas przeznaczony na walidację jest wliczony do czasu trwania usługi.

Metody walidacji:

test wiedzy z wynikiem generowanym automatycznie, prezentacja

Czas oczekiwania na wynik przeprowadzonej walidacji: 5 dni

Nazwa uzyskanych przez uczestnika kwalifikacji: certyfikat VCC o nazwie

Terapia Krótkoterminowa Skoncentrowana na Rozwiązaniach- konstruktywne pomaganie w zmianie: poziom podstawowy

Harmonogram

Liczba pozycji harmonogramu: 61

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
1 z 61 Wprowadzenie do terapii krótkoterminowej Podejście Skoncentrowane na Rozwiązaniach-źródła i założenia terapii TSR	Zajęcia	Joanna Pijacka	05-12-2026	09:00	10:30	01:30
2 z 61 -	Przerwa	-	05-12-2026	10:30	10:45	00:15
3 z 61 Skuteczność podejść krótkoterminowych w modelu TSR	Zajęcia	Joanna Pijacka	05-12-2026	10:45	12:15	01:30
4 z 61 -	Przerwa	-	05-12-2026	12:15	12:30	00:15
5 z 61 Model TSR- bazowe techniki TSR	Zajęcia	Joanna Pijacka	05-12-2026	12:30	14:00	01:30
6 z 61 -	Przerwa	-	05-12-2026	14:00	14:30	00:30
7 z 61 Sztuka zadawania pytań jako kluczowa kompetencja w modelu TSR	Zajęcia	Joanna Pijacka	05-12-2026	14:30	16:00	01:30
8 z 61 Podstawowe umiejętności i kompetencje w modelu TSR-sztuka zadawania pytań:trening umiejętności	Zajęcia	Joanna Pijacka	06-12-2026	09:00	10:30	01:30
9 z 61 -	Przerwa	-	06-12-2026	10:30	10:45	00:15

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
10 z 61 Postawa "niewiedzy" w modelu TSR	Zajęcia	Joanna Pijacka	06-12-2026	10:45	12:15	01:30
11 z 61 -	Przerwa	-	06-12-2026	12:15	12:30	00:15
12 z 61 Psychologia zmiany.	Zajęcia	Joanna Pijacka	06-12-2026	12:30	14:00	01:30
13 z 61 -	Przerwa	-	06-12-2026	14:00	14:30	00:30
14 z 61 Model zmian i stadia zmiany wg Prochaska.	Zajęcia	Joanna Pijacka	06-12-2026	14:30	16:00	01:30
15 z 61 Motywacja: poziomy motywacji klienta	Zajęcia	Joanna Pijacka	09-01-2027	09:00	10:30	01:30
16 z 61 -	Przerwa	-	09-01-2027	10:30	10:45	00:15
17 z 61 Tworzenie kontekstu spotkania: rozmowa poza problemami	Zajęcia	Joanna Pijacka	09-01-2027	10:45	12:15	01:30
18 z 61 -	Przerwa	-	09-01-2027	12:15	12:30	00:15
19 z 61 Określanie zasobów klienta	Zajęcia	Joanna Pijacka	09-01-2027	12:30	14:00	01:30
20 z 61 -	Przerwa	-	09-01-2027	14:00	14:30	00:30
21 z 61 Trening umiejętności: określanie zasobów klienta	Zajęcia	Joanna Pijacka	09-01-2027	14:30	16:00	01:30

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
22 z 61 Formowanie celu pracy terapeutycznej	Zajęcia	Joanna Pijacka	10-01-2027	09:00	10:30	01:30
23 z 61 -	Przerwa	-	10-01-2027	10:30	10:45	00:15
24 z 61 Komplementowanie - wydobywanie zasobów klienta	Zajęcia	Joanna Pijacka	10-01-2027	10:45	12:15	01:30
25 z 61 -	Przerwa	-	10-01-2027	12:15	12:30	00:15
26 z 61 Zawieranie kontraktu z klientem. Różnica pomiędzy rezultatem a procesem	Zajęcia	Joanna Pijacka	10-01-2027	12:30	14:00	01:30
27 z 61 -	Przerwa	-	10-01-2027	14:00	14:30	00:30
28 z 61 Technika EARS	Zajęcia	Joanna Pijacka	10-01-2027	14:30	16:00	01:30
29 z 61 Tworzenie obrazu rzeczywistości i po osiągnięciu celu	Zajęcia	Joanna Pijacka	23-01-2027	09:00	10:30	01:30
30 z 61 -	Przerwa	-	23-01-2027	10:30	10:45	00:15
31 z 61 Poszukiwanie w przeszłości i teraźniejszości klienta elementów "świata bez problemu"	Zajęcia	Joanna Pijacka	23-01-2027	10:45	12:15	01:30
32 z 61 -	Przerwa	-	23-01-2027	12:15	12:30	00:15

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
33 z 61 Praca w oparciu o wyjątki.Skalo wanie	Zajęcia	Joanna Pijacka	23-01-2027	12:30	14:00	01:30
34 z 61 -	Przerwa	-	23-01-2027	14:00	14:30	00:30
35 z 61 Określanie najbliższych kroków w kierunku osiągnięcia celu	Zajęcia	Joanna Pijacka	23-01-2027	14:30	16:00	01:30
36 z 61 Monitorowanie wprowadzanych zmian.	Zajęcia	Joanna Pijacka	24-01-2027	09:00	10:30	01:30
37 z 61 -	Przerwa	-	24-01-2027	10:30	10:45	00:15
38 z 61 Umiejętność pracy z klientem w obszarze pracy nad potrzebami	Zajęcia	Joanna Pijacka	24-01-2027	10:45	12:15	01:30
39 z 61 -	Przerwa	-	24-01-2027	12:15	12:30	00:15
40 z 61 Strategie pracy z klientem w przypadku braku motywacji	Zajęcia	Joanna Pijacka	24-01-2027	12:30	14:00	01:30
41 z 61 -	Przerwa	-	24-01-2027	14:00	14:30	00:30
42 z 61 Trening umiejętności prowadzenia sesji	Zajęcia	Joanna Pijacka	24-01-2027	14:30	16:00	01:30

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
43 z 61 Terapia TSR w pracy z rodzinami	Zajęcia	Joanna Pijacka	06-02-2027	09:00	10:30	01:30
44 z 61 -	Przerwa	-	06-02-2027	10:30	10:45	00:15
45 z 61 TSR a perspektywa systemowa	Zajęcia	Joanna Pijacka	06-02-2027	10:45	12:15	01:30
46 z 61 -	Przerwa	-	06-02-2027	12:15	12:30	00:15
47 z 61 TSR w pracy w konfliktach	Zajęcia	Joanna Pijacka	06-02-2027	12:30	14:00	01:30
48 z 61 -	Przerwa	-	06-02-2027	14:00	14:30	00:30
49 z 61 TSR w pracy w konfliktach	Zajęcia	Joanna Pijacka	06-02-2027	14:30	16:00	01:30
50 z 61 Prowadzenie sesji w podejściu skoncentrowanym na rozwiązaniach	Zajęcia	Joanna Pijacka	07-02-2027	09:00	10:30	01:30
51 z 61 -	Przerwa	-	07-02-2027	10:30	10:45	00:15
52 z 61 Prowadzenie sesji w podejściu skoncentrowanym na rozwiązaniach	Zajęcia	Joanna Pijacka	07-02-2027	10:45	12:15	01:30
53 z 61 -	Przerwa	-	07-02-2027	12:15	12:30	00:15
54 z 61 Trening umiejętności prowadzenia sesji w podejściu skoncentrowanym na rozwiązaniach	Zajęcia	Joanna Pijacka	07-02-2027	12:30	14:00	01:30

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
55 z 61 -	Przerwa	-	07-02-2027	14:00	14:30	00:30
56 z 61 Mentoring i superwizja umiejętności	Zajęcia	Joanna Pijacka	07-02-2027	14:30	16:00	01:30
57 z 61 -	Walidacja	-	20-02-2027	09:00	10:00	01:00
58 z 61 -	Przerwa	-	20-02-2027	10:00	10:15	00:15
59 z 61 -	Walidacja	-	20-02-2027	10:15	11:45	01:30
60 z 61 -	Przerwa	-	20-02-2027	11:45	12:00	00:15
61 z 61 -	Walidacja	-	20-02-2027	12:00	13:00	01:00

Podsumowanie

Rodzaj godzin	Liczba godzin
Suma godzin zegarowych usługi	60:00
w tym suma godzin zajęć	48:00
w tym suma godzin walidacji	03:30
w tym suma przerw	08:30
Suma godzin dydaktycznych bez przerw	68:30

Cennik

Cennik

Rodzaj ceny	Cena
Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	5 000,00 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	5 000,00 PLN
Koszt osobogodziny brutto	83,33 PLN

Liczba godzin usługi

Rodzaj godzin	Liczba godzin
Liczba godzin zegarowych usługi	60:00

Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



1 z 1

Joanna Pijacka

Obszar specjalizacji:

Praca socjalna, pomoc społeczna, przygotowywanie ofert konkursowych w NGO, socjoterapia, mediacje rodzinne, praca z trudnym klientem, komunikacja interpersonalna, działania w obszarze podnoszenia kompetencji rodzicielskich, przemoc w rodzinie w każdym aspekcie, zadania, strategie i organizacja pracy zespołów interdyscyplinarnego i grup roboczych.

Doświadczenie zawodowe:

Pracownik w strukturach pomocy społecznej z 16 letnim doświadczeniem - głównie w obszarze przeciwdziałania przemocy w rodzinie w bezpośredniej pracy z klientem, realizacji procedury „Niebieskie Karty”, realizacji zadań Zespołu Interdyscyplinarnego.

Socjoterapeutka z 14 letnim doświadczeniem w prowadzeniu grup dla dzieci i młodzieży z rodzin z problemem alkoholowym.

Od roku 2013 do dnia dzisiejszego fundator i prezes Fundacji ReStart,

W ramach działań Fundacji podejmowała zatrudnienie w charakterze m.in. streetworkera, socjoterapeuty, terapeuty w podejściu skoncentrowanym na rozwiązaniach, trenera, animatora, organizatora społeczności lokalnych.

Prowadziła wykłady na wyższej uczelni z zakresu socjoterapii.

Doświadczenie w świadczeniu tego typu usług w latach 2020-2024

Prowadziła szkolenia w obszarach rozwiązywania metod skoncentrowanych na rozwiązaniach, konfliktów, przeciwdziałania przemocy, wspierania osób krzywdzonych, motywowania do zmiany, organizacji systemu wsparcia.

Informacje dodatkowe

Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Materiały szkoleniowe:

- skrypt edukacyjny
- prezentacje z poszczególnych tematów zajęć
- ćwiczenia do pracy indywidualnej

Warunki uczestnictwa

Wykształcenie co najmniej średnie.

Informacje dodatkowe

Uczestnik po ukończeniu kursu ma możliwość przystąpienia do certyfikacji zewnętrznej-międzynarodowej VCC.

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.

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

Zawarto umowę z WUP w Toruniu w ramach projektu Kierunek – Rozwój oraz zawarto umowę z WUP Kraków w ramach projektu Małopolski Pociąg do kariery.

Warunki techniczne

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

Usługa do celów archiwizacji i kontroli jest nagrywana.

Szkolenie odbywa się za pomocą aplikacji ZOOM.

Minimalne wymagania techniczne: procesor 2-rdzeniowy 2GB pamięci RAM (lub 4-rdzeniowy)

System operacyjny Windows 8 (zalecany Windows 10) Mac wersja 10.13,

Przeglądarka internetowa GOOGLE Chrome, Mozilla,Firefox

Stałe łącze internetowe o prędkości 1,5 mbps

kamera, mikrofon i głośniki lub słuchawki,(ZOOM współpracuje z wszystkimi wbudowanymi w laptopy kamerami).Nie jest wymagana instalacja oprogramowania ani umiejętności informatyczne, aby dołączyć się do szkolenia.

Dołączenie następuje poprzez kliknięcie w indywidualny link wysłany mailem do uczestnika projektu przed szkoleniem. Uczestnik szkolenia każdorazowo przed zajęciami grupowymi otrzymuje zaproszenie na spotkanie on-line.

Kontakt



Natalia Kurzawa

E-mail kontakt@akademia-blizej.eu

Telefon (+48) 530 697 250