



Akademia Bliżej
Natalia Kurzawa

★★★★★ 4,8 / 5

878 ocen

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

Numer usługi 2026/04/29/11147/3523822

- 📍 Usługa szkoleniowa
- 📄 zdalna w czasie rzeczywistym
- 🕒 80:00 h
- 📅 25.07.2026 do 27.09.2026

7 600,00 PLN brutto
7 600,00 PLN netto
95,00 PLN brutto/h
95,00 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 na poziomie zaawansowanym. 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	03-07-2026

Forma prowadzenia usługi	zdalna w czasie rzeczywistym
Liczba godzin usługi	80
Podstawa uzyskania wpisu do BUR	Certyfikat VCC Akademia Edukacyjna

Cel

Cel edukacyjny

Usługa przygotowuje uczestnika do prowadzenia sesji pomocowych w podejściu skoncentrowanym na rozwiązaniach poprzez stosowanie technik pracy zaawansowanych w różnych obszarach zawodowych w ujęciu specjalistycznym. Celem szkolenia jest rozwinięcie warsztatu terapeutycznego o efektywne interwencje pomocowe w obszarach pracy w kryzysach i konfliktach, w pracy z rodzinami i budowaniu zdrowia psychicznego.

Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Charakteryzuje założenia, filozofię i metodykę Terapia Skoncentrowana na Rozwiązaniach w pracy z różnymi grupami klientów.	omawia min. 5 kluczowych założeń TSR (np. koncentracja na rozwiązaniach, zasobach, wyjątkach)	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
	rozdziela podejście TSR od podejść problemowych	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
	identyfikuje zastosowanie TSR w pracy z dziećmi, rodziną, w kryzysie i zdrowiu	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
Charakteryzuje specyfikę pracy TSR z dziećmi, młodzieżą i rodzinami.	wskazuje min. 3 różnice w pracy z dzieckiem vs dorosłym	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
	opisuje zasady kontraktowania z rodziną (min. 3 elementy)	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
	wymienia znaczenie systemowego kontekstu klienta	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
	wyjaśnia fazy kryzysu psychologicznego (min. 3)	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
Charakteryzuje podstawy interwencji kryzysowej oraz podejścia salutogenetycznego	definiuje pojęcie poczucia koherencji (SOC) i jego komponenty	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
	wyjaśnia rolę zasobów w zdrowiu psychicznym	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Opisuje proces rozmowy TSR z klientem indywidualnym (dziecko/nastolatek).	formułuje cel klienta w języku rozwiązań	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
	wymienia min. 3 techniki TSR (np. skalowanie, wyjątki, pytanie o cud)	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
	dostosowuje język do wieku klienta	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
	prowadzi rozmowę w podejściu TSR	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
Planuje i prowadzi sesję TSR z rodziną.	wyjaśnia i kontraktuje współpracę z min. 2 członkami rodziny	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
	stosuje pytania cyrkularne lub systemowe	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
	identyfikuje i wzmacnia zasoby rodzinne	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
	moderuje komunikację bez eskalacji konfliktu	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
Charakteryzuje narzędzia TSR w sytuacji kryzysowej.	rozpoznaje poziom bezpieczeństwa klienta	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
	stosuje pytania stabilizujące i skalujące	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
	określa z klientem cel krótkoterminowy	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
	identyfikuje zasoby wspierające wyjście z kryzysu	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
Charakteryzuje przypadek klienta w oparciu o TSR	przedstawia opis przypadku w języku TSR	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
	identyfikuje zasoby, wyjątki i cele klienta	Prezentacja
	proponuje adekwatne interwencje TSR zgodnie z etapem zmiany	Prezentacja
	dokonuje autorefleksji swojej pracy	Prezentacja

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Buduje relację pomocową zgodną z zasadami TSR.	stosuje postawę „niewiedzy” i ciekawości	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
	komunikuje się językiem wzmacniającym klienta	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
	prowadzi kontakt oparty na współpracy	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
Prezentuje odpowiedzialność i rzetelność wykonywanej pracy	stosuje zasady etyki pracy	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
	zachowuje poufność procesu	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
	buduje relację opartą na zaufaniu	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
	wskazuje sytuacje wymagające konsultacji/superwizji	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
Wykorzystuje superwizję w rozwoju zawodowym.	przedstawia własny przypadek do superwizji	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
	formułuje pytania rozwojowe	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
	wdraża informację zwrotną	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie

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

Kurs kierowany jest do osób pracujących w obszarach pomocowych m.in.coachów, mediatorów, terapeutów, doradców zawodowych, interwentów kryzysowych, nauczycieli, pracowników ośrodków pomocowych, kuratorów,którzy ukończyli poziom podstawowy podejścia skoncentrowanego na rozwiązaniach

Program:

Moduł I

Praca z rodzinami i parą

- Rodzina jako system – perspektywa TSR
- Kontraktowanie z wieloma klientami jednocześnie
- Pytania cyrkularne i skalujące w pracy rodzinnej
- Wydobywanie zasobów systemowych
- Praca z: konfliktem małżeńskim/partnerskim ,kryzysem wychowawczym
 - Zmianą ról w rodzinie
 - Trójkąt Dramatyczny Karpmana-

Narzędzia w pracy z rodzinami i parą

- Mapa relacji i wyjątków
- Praca z potrzebami i wartościami
- Koło konfliktu i cykl konfliktu
- Etapy zachowania w sytuacji konfliktowej
- Mapowanie problemu
- Dialog Sokratejski
- Psychologiczny model zmian
- Efektywne wspieranie w zmianie

Moduł II

TSR w pracy w kryzysie

- Kryzys psychologiczny (modele i fazy)
- TSR a klasyczna interwencja kryzysowa
- Budowanie bezpieczeństwa i stabilizacji
- Mikrocele i szybkie interwencje
- Elementy pracy z traumą i stratą, lękiem,depresją

Moduł III

TSR w psychologii zdrowia-podejście salutogenetyczne

- Koncepcja salutogenezy i poczucie koherencji (SOC)
- TSR jako podejście wzmacniające zdrowie
- Praca z klientami: choroby przewlekłe , wypalenie zawodowe ,stres i styl życia
- Budowanie zasobów zdrowotnych: poczucia sensu, zaradności, zrozumiałość
- Praca z klientami: budowanie odporności psychicznej i poczucia własnej wartości

Moduł IV

Praca z dziećmi i młodzieżą w podejściu TSR

- Budowanie relacji i kontraktu (również „niechciany klient”)
- Narzędzia TSR dostosowane do dzieci

- Praca z trudnościami: lęk, depresyjność, zachowania ryzykowne
- Problemy szkolne i społeczne
- Walidacja

Kurs obejmuje 80 h 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 16 h
- 80 % trening umiejętności tj 64 h

Wymagane minimum obecności czasu trwania usługi: 80 %

Metody walidacji:

test wiedzy z wynikiem generowanym automatycznie,prezentacja

Harmonogram

Liczba pozycji harmonogramu: 19

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
1 z 19 Praca z rodzinami rodzina jako system – perspektywa TSR kontraktowanie, pytania cyrkularne, skalujące w pracy rodzinnej(mini- wykład,współdzielenie ekranu,ćwiczenia ,dyskusja)	dr Magdalena Zubiel	25-07-2026	09:00	11:45	02:45
2 z 19 Wydobywanie zasobów systemowych (mini- wykład,współdzielenie ekranu,ćwiczenia ,dyskusja)	dr Magdalena Zubiel	25-07-2026	12:15	16:00	03:45

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
3 z 19 Praca z: konfliktem małżeńskim/partnerskim ,kryzysem wychowawczym Zmianą ról w rodzinie (mini-wykład,współdziałanie ekranu,ćwiczenia ,dyskusja)	dr Magdalena Zubiel	26-07-2026	09:00	11:45	02:45
4 z 19 Trójkąt Dramatyczny Karpmana- nieświadome role .Jak wyjść z trójkąta?(mini-wykład,współdziałanie ekranu,ćwiczenia ,dyskusja)	dr Magdalena Zubiel	26-07-2026	12:15	16:00	03:45
5 z 19 Narzędzia w pracy z rodzinami i parą Mapa relacji i wyjątków Praca z potrzebami i wartościami Koło konfliktu i cykl konfliktu(mini-wykład,współdziałanie ekranu,ćwiczenia ,dyskusja)	dr Magdalena Zubiel	08-08-2026	09:00	11:45	02:45
6 z 19 Etapy zachowania w sytuacji konfliktowej Mapowanie problemu Dialog Sokratejski(mini-wykład,współdziałanie ekranu,ćwiczenia ,dyskusja)	dr Magdalena Zubiel	08-08-2026	12:15	16:00	03:45

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
7 z 19 Psychologiczny model zmian ((mini-wykład,współdzienienie ekranu,ćwiczenia ,dyskusja)	dr Magdalena Zubiel	09-08-2026	09:00	11:45	02:45
8 z 19 Efektywne wspieranie w zmianie(mini-wykład,współdzienienie ekranu,ćwiczenia ,dyskusja)	dr Magdalena Zubiel	09-08-2026	12:15	16:00	03:45
9 z 19 TSR w pracy w kryzysie Kryzys psychologiczny (modele i fazy) TSR a klasyczna interwencja kryzysowa(mini-wykład,współdzienienie ekranu,ćwiczenia ,dyskusja)	dr Magdalena Zubiel	29-08-2026	09:00	11:45	02:45
10 z 19 Budowanie bezpieczeństwa i stabilizacji Mikrocele i szybkie interwencje(mini-wykład,współdzienienie ekranu,ćwiczenia ,dyskusja)	dr Magdalena Zubiel	29-08-2026	12:15	16:00	03:45
11 z 19 Elementy pracy z traumą i stratą (mini-wykład,współdzienienie ekranu,ćwiczenia ,dyskusja)	dr Magdalena Zubiel	30-08-2026	09:00	11:45	02:45

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
12 z 19 Elementy pracy z depresją i lekiem(mini-wykład,współdziałanie ekranu,ćwiczenia ,dyskusja)	dr Magdalena Zubiel	30-08-2026	12:15	16:00	03:45
13 z 19 TSR w psychologii zdrowia-podejście salutogenetyczne Koncepcja salutogenezy i poczucie koherencji, TSR jako podejście wzmacniające zdrowie(mini-wykład,współdziałanie ekranu,ćwiczenia ,dyskusja)	dr Magdalena Zubiel	12-09-2026	09:00	11:45	02:45
14 z 19 Praca z klientami: choroby przewlekłe , wypalenie zawodowe ,stres i styl życia Budowanie zasobów zdrowotnych: poczucia sensu, zaradności, zrozumiałość	dr Magdalena Zubiel	12-09-2026	12:15	16:00	03:45
15 z 19 Praca z klientami: budowanie odporności psychicznej(mini-wykład,współdziałanie ekranu,ćwiczenia ,dyskusja)	dr Magdalena Zubiel	13-09-2026	09:00	11:45	02:45

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
16 z 19 Narzędzia pracy w budownaiu odporności psychicznej i poczucia własnej wartości(mini-wykład,współdzielenie ekranu,ćwiczenia ,dyskusja)	dr Magdalena Zubiel	13-09-2026	12:15	16:00	03:45
17 z 19 Praca z dziećmi i młodzieżą w podejściu TSR. Budowanie relacji i kontraktu (również „niechciany klient”) Narzędzia TSR dostosowane do dzieci(mini-wykład,współdzielenie ekranu,ćwiczenia ,dyskusja)	Joanna Pijacka	26-09-2026	09:00	11:45	02:45
18 z 19 Praca z trudnościami: lęk, depresyjność, zachowania ryzykowne Problemy szkolne i społeczne(mini-wykład,współdzielenie ekranu,ćwiczenia ,dyskusja)	Joanna Pijacka	26-09-2026	12:15	16:00	03:45
19 z 19 Walidacja	-	27-09-2026	09:00	10:30	01:30

Cennik

Cennik

Rodzaj ceny	Cena
Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	7 600,00 PLN

Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	7 600,00 PLN
--	--------------

Koszt osobogodziny brutto	95,00 PLN
---------------------------	-----------

Koszt osobogodziny netto	95,00 PLN
--------------------------	-----------

Prowadzący

Liczba prowadzących: 3



1 z 3

Weronika Kostęska

psycholożka, trenerka i psychoterapeutka w trakcie całonocnego szkolenia poznawczo-behawioralnego. Specjalizuje się w pracy z młodzieżą i dorosłymi, łącząc podejścia TSR, RTZ i CBT w praktyce terapeutycznej. Posiada doświadczenie w prowadzeniu szkoleń z zakresu modelu skoncentrowanego na rozwiązaniach od 2022.

Obszary specjalizacji :

zdrowie psychiczne, komunikacja, interwencja kryzysowa, modele terapeutycznych wspierania w zmianie. Pracuje również jako wykładowczyni akademicka, dzieląc się wiedzą z przyszłymi specjalistami zdrowia psychicznego.

Doświadczenie zawodowe:

We współpracy z Akademią Bliżej od 2020 roku projektuje, planuje, prowadzi warsztaty i szkolenia z zakresu kompetencji społecznych, coachingowych w ramach oraz modeli terapeutycznych:

- Modele Terapii Krótkoterminowych skoncentrowanych na rozwiązaniach
- Akademii Trenera rozwoju osobistego-coacha
- Racjonalna Terapia Zachowania
- Trening Odporności psychicznej

Doświadczenie i specjalizacja trenerska:

przeciwdziałanie i radzenie sobie z wypaleniem zawodowym, radzenie sobie ze stresem, budowanie odporności psychicznej; kompetencji miękkich i menadżerskich: komunikacja interpersonalna, zarządzanie zmianą, wsparcie.

Realizuje projekty szkoleniowe z tematyki m.in.: coaching zdrowia, stres i sytuacje trudne, sprzedaż, kompetencje trenera.

Nauczyciel akademicki Akademia WSB w ramach studiów podyplomowych Psychologia zdrowia i rozwoju.

Certyfikacje:

- certyfikowany trener VCC
- coach VCC
- mentor VCC



2 z 3

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, strategię

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.



3 z 3

dr Magdalena Zubiel

Kognitywistka, ekspert w obszarze komunikacji i neuromarketingu, psycholog i trener biznesu, certyfikowany coach VCC i terapeuta w nurcie TSR i RTZ, wykładowczyni na kierunkach Psychologia, Psychologia w biznesie oraz Pedagogika. Specjalizuje się w szkoleniach biznesowych w obszarze komunikacji interpersonalnej i grupowej, autorka programów szkoleniowych ukierunkowanych na usprawnienie pracy zespołów oraz kompetencji z szeroko pojętej komunikacji, współpracy w zespole i zarządzania zespołami. Zapalona orędowniczka psychologii pozytywnej, nowej pedagogiki i neuronauk.

Trenerka współpracująca z Akademią Bliżej w ramach kursów TSR/RTZ od 2021 roku.

Informacje dodatkowe

Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Materiały szkoleniowe:

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

Warunki uczestnictwa

Ukończony kurs podstawowy z Podejścia/Terapii Skoncentrowanej na Rozwiązaniach nie mniej niż 50 h

Informacje dodatkowe

Kurs wymaga pracy własnej pomiędzy zajęciami i przygotowuje do certyfikacji europejskiej 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.

Podstawa zwolnienia z vat:

Zwolnienie ze względu na nieprzekroczenie limitu obrotu (art. 113 ust 1 i 9 ustawy o VAT)

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,

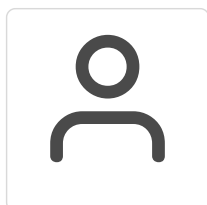
Przeglądarka internetowa GOOGLE Chrome, Mozilla,Firefox

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