



Fundusze Europejskie
dla Rozwoju Społecznego



Rzeczpospolita
Polska

Dofinansowane przez
Unię Europejską



Załącznik nr 6: Opis modułów szkolenia do postępowania 3K/4.13_FERS/2026

nazwa szkolenia:	Ścieżki postępowania z osobą w kryzysie zdrowia psychicznego (dla pracowników pomocy społecznej)					
wymiar godzinowy:	64 godz.					
PROGRAM SZKOLENIA						
Nazwa przedmiotu:	Wymiar	Forma zajęć	Forma	Realizowane przez przedmiot efekty kształcenia		Treści szczegółowe
MODUŁ I:	PODSTAWOWY PROGRAM PIERWSZEJ POMOCY EMOCJONALNEJ (psychologicznej) (7h)					
Podstawy pierwszej pomocy emocjonalnej	1 h	mini-wykład, dyskusja moderowana	stacjonarne	Cele edukacyjne:		1. Czym jest pierwsza pomoc emocjonalna (definicja, zadania, granice). 2. Czego PPE nie obejmuje (różnica między wsparciem a terapią). 3. Rola i odpowiedzialność osoby udzielającej pomocy
				Uczestnik rozumie, czym jest PPE i w jakich sytuacjach się ją stosuje. Zna zakres działania oraz granice roli osoby pomagającej.		
				Efekty uczenia się		
				WIEDZA	Wyjaśnia pojęcie pierwszej pomocy emocjonalnej. Odróżnia PPE od terapii psychologicznej.	
				UMIEJĘTNOŚCI	Potrafi określić swoją rolę i zadania w PPE.	
				KOMPETENCJE SPOŁECZNE	Świadomie respektuje granice własne i osoby w kryzysie.	
Rozpoznawanie kryzysu i potrzeb emocjonalnych	1 h	wykład interaktywny, analiza krótkich przykładów	stacjonarne	Cele edukacyjne:		1. Podstawowe objawy przeciążenia emocjonalnego: stres, panika, „zamrożenie”, dezorientacja. 2. Krótka ocena stanu: bezpieczeństwo – potrzeby – zasoby. 3. Kiedy PPE wystarczy, a kiedy konieczne jest skierowanie do specjalisty
				Uczestnik poznaje podstawowe objawy stresu, paniki i przeciążenia emocjonalnego. Uczy się szybkiej, bezpiecznej oceny sytuacji.		
				Efekty uczenia się		
				WIEDZA	Zna typowe symptomy kryzysu emocjonalnego.	
				UMIEJĘTNOŚCI	Potrafi dokonać krótkiej oceny: bezpieczeństwo – potrzeby – zasoby.	
				KOMPETENCJE SPOŁECZNE	Reaguje adekwatnie i z poszanowaniem stanu osoby przeżywającej kryzys	
Model udzielania pierwszej pomocy emocjonalnej: LOOK – LISTEN – LINK	1 h	mini-wykład + ćwiczenia w parach	stacjonarne	Cele edukacyjne:		1. LOOK – obserwuj: sygnały emocjonalne, środowiskowe, sytuacyjne. 2. LISTEN – słuchaj: aktywne słuchanie, komunikaty wspierające, pytania otwarte. 3. LINK – połącz: pomoc w określeniu kolejnych kroków, zapewnienie wsparcia, wskazanie zasobów
				Uczestnik opanowuje prosty, praktyczny model udzielania PPE. Uczy się prowadzić rozmowę wspierającą.		
				Efekty uczenia się		
				WIEDZA	Zna trzy etapy pierwszej pomocy emocjonalnej i ich zastosowanie.	
				UMIEJĘTNOŚCI	Potrafi obserwować sygnały emocjonalne (LOOK). Prowadzi uważną rozmowę (LISTEN). Proponuje konkretne kroki i wspiera osobę w działaniu (LINK).	
				KOMPETENCJE SPOŁECZNE	Komunikuje się z empatią i bez oceniania.	
Techniki stabilizacji emocjonalnej (pierwsza pomoc „tu i teraz”)	1 h	warsztat praktyczny, pokaz technik, ćwiczenia indywidualne i w parach	stacjonarne	Cele edukacyjne:		1. Ćwiczenia oddechowe (proste, krótkie). 2. Techniki uziemiania: 5–4–3–2–1, kontakt z otoczeniem, zakotwiczenie sensoryczne. 3. Jak wspierać powrót do poczucia bezpieczeństwa.
				Uczestnik poznaje bezpieczne techniki redukcji napięcia „tu i teraz”.		
				Efekty uczenia się		
				WIEDZA	Zna podstawowe techniki oddechowe i metody uziemiania.	
				UMIEJĘTNOŚCI	Potrafi zastosować przynajmniej dwie techniki stabilizujące.	
				KOMPETENCJE SPOŁECZNE	Dobiera techniki do sytuacji z poszanowaniem komfortu drugiej osoby	



Załącznik nr 6: Opis modułów szkolenia do postępowania 3K/4.13_FERS/2026

Komunikacja wspierająca w		ćwiczenia komunikacyjne, analiza		Cele edukacyjne:		1. Proste formy wsparcia słownego: nazwanie emocji, walidacja, odzwierciedlenie. 2. Czego unikać: bagatelizowanie, moralizowanie, dawanie nieproszonych rad. 3. Formułowanie bezpiecznych, krótkich komunikatów.	
				Uczestnik uczy się formułować komunikaty wspierające i unikać błędów.			
				Efekty uczenia się			
				WIEDZA	Zna zasady walidacji, normalizacji i odzwierciedlania emocji.		
sytuacji silnych emocji	1 h	przykładów, praca w parach	stacjonarne	UMIEJĘTNOŚCI	Formuluje krótkie, bezpieczne komunikaty wspierające. Unika niewłaściwych komunikatów (np. bagatelizowania).		
				KOMPETENCJE SPOŁECZNE	Prowadzi rozmowę w sposób budujący poczucie bezpieczeństwa		
Higiena psychiczna osoby udzielającej PPE	1 h	ćwiczenia autorefleksyjne, dyskusja moderowana, test samooceny	stacjonarne	Cele edukacyjne:			1. Krótka autoewaluacja emocjonalna. 2. Podstawy samoopieki po udzieleniu pomocy. 3. Gdzie szukać wsparcia dla siebie.
				Uczestnik zdobywa wiedzę o dbaniu o siebie po udzieleniu pomocy.			
				Efekty uczenia się			
				WIEDZA	Zna czynniki ryzyka przeciążenia.		
				UMIEJĘTNOŚCI	Potrafi rozpoznać u siebie objawy zmęczenia emocjonalnego.		
				KOMPETENCJE SPOŁECZNE	Podejmuje działania wspierające własne zdrowie psychiczne.		
Zakończenie interwencji i dalsze kroki	1 h	mini-wykład + symulacja rozmów kończących interwencję	stacjonarne	Cele edukacyjne:		1. Jak zakończyć rozmowę w sposób wspierający. 2. Ustalenie kolejnych kroków: kontakt z bliskimi, działania praktyczne, konsultacje. 3. Kiedy i jak proponować pomoc specjalisty (proste zasady)	
				Uczestnik wie, jak prawidłowo zamknąć proces PPE.			
				Efekty uczenia się			
				WIEDZA	Wie, kiedy konieczne jest skierowanie do specjalisty.		
				UMIEJĘTNOŚCI	Potrafi ustalić z osobą w kryzysie proste, realne kolejne kroki.		
				KOMPETENCJE SPOŁECZNE	Potrafi zakończyć rozmowę w sposób wspierający i nieinwazyjny.		
MODUŁ II: DIALOG MOTYWUJĄCY (najlepiej, jeśli byłaby możliwość zakończenia szkolenia egzaminem na praktyka DM) (20 h)							
Dialog Motywujący (szkolenie podstawowe)	16 h	ćwiczenia, mini wykłady, dyskusje w grupie	online/ stacjonarne	Cele edukacyjne:			1. Definicje, podstawowe założenia Dialogu Motywującego. 2. Omówienie sposobów pracy z Klientem w zależności od jego aktualnego poziomu motywacji do zmiany 3. Metody prowadzenia Dialogu Motywującego- ćwiczenia praktyczne. 4. Radzenie sobie z "oporem" zgodnie z koncepcją Dialogu Motywującego 5. Rola języka używanego przez specjalistę w procesie zmiany 6. Zasady przekazywania klientom informacji/ zaleceń/ wskazówek zgodnie z koncepcją Dialogu Motywującego.
				Uczestnik potrafi współpracować z Klientami, w tym z Klientami „mało zmotywowanymi” oraz niechętnie nastawionymi do zmiany swojego zachowania			
				Efekty uczenia się			
				WIEDZA	Wie, jak motywować Klientów z niskim poziomem motywacji.		
				UMIEJĘTNOŚCI	Potrafi zastosować techniki dialogu motywacyjnego w pracy z Klientem		
				KOMPETENCJE SPOŁECZNE	Potrafi przeciwdziałać nadmiernemu obciążeniu siebie w pracy z Klientem pomocowym, przy jednoczesnym zwiększeniu skuteczności oddziaływań		
Superwizja grupowa	4h	ćwiczenia	online/ stacjonarne	Cele edukacyjne:		1. Superwizja grupowa	
				Ewaluacja zdobytych doświadczeń w prowadzeniu dialogu motywującego			
				Efekty uczenia się			
				WIEDZA	Wie, co zależy poprawić w pracy metodą dialogu motywującego.		
				UMIEJĘTNOŚCI	Potrafi w sposób poprawny zastosować techniki dialogu motywacyjnego w pracy z Klientem		



Fundusze Europejskie
dla Rozwoju Społecznego



Rzeczpospolita
Polska

Dofinansowane przez
Unię Europejską



Załącznik nr 6: Opis modułów szkolenia do postępowania 3K/4.13_FERS/2026

				KOMPETENCJE SPOŁECZNE	Potrafi przeciwdziałać nadmiernemu obciążeniu siebie w pracy z Klientem pomocowym, przy jednoczesnym zwiększeniu skuteczności oddziaływań	
MODUŁ III:						
Wstęp do psychopatologii (3h)						
Wstęp do psychopatologii	3 h	wykład	online	Cele edukacyjne:		1. Scharakteryzowanie ogólnych grup zaburzeń psychicznych, u dorosłych, ze szczególnym omówieniem zaburzeń psychotycznych, niepsychotycznych, w tym nastroju (szczególnie depresji) i kryzysów suicydalnych oraz zaburzeń. otępiennych. 2. scharakteryzowanie głównych grup zaburzeń psychicznych u dzieci i młodzieży, ze szczególnym omówieniem zaburzeń odżywiania, samookaleceń i kryzysów suicydalnych, zaburzeń nastroju, spektrum całościowych zaburzeń rozwoju. 3 Omówienie wskazań do konsultacji psychiatrycznej lub psychologicznej.
				Uczestnik zna główne grupy zaburzeń psychicznych u dorosłych, dzieci i młodzieży		
				Efekty uczenia się		
				WIEDZA	Wie, czym się charakteryzują poszczególne grupy zaburzeń psychicznych	
				UMIEJĘTNOŚCI	Potrafi rozpoznać stan zagrożenia zdrowia lub życia w celu pokierowania na konsultację psychiatryczną lub psychologiczną	
KOMPETENCJE SPOŁECZNE	Potrafi współpracować z Klientem w kryzysie psychicznym i specjalistami sektora zdrowia					
MODUŁ IV:						
Współpraca międzysektorowa (20 h)						
Formy wsparcia dla dorosłych, dzieci oraz rodzin w kryzysie zdrowia psychicznego: zasoby i możliwości w sektorze oświaty, ochrony zdrowia i pomocy społecznej	6h	wykład	online	Cele edukacyjne:		1. Treści muszą obejmować dwa rodzaje aspektów. Prawnie określone zadania różnych podmiotów oraz zakres zadań (typowy/możliwy) specjalistów pracujących w różnych sektorach. Inne zadania będzie miał określone psycholog w szkole czy ŚDS, inne psycholog w centrum zdrowia psychicznego. 2. Zdefiniowanie zdrowia psychicznego w podejściu recovery- czyli jaki jest cel działania instytucji publicznych w tym obszarze. 3. System ochrony zdrowia - wsparcie dla dorosłych i dzieci 3.1 Struktura działalności leczniczej (podmiot leczniczy - zakład leczniczy - komórka organizacyjna) oraz 3.2 struktura świadczeń dla osób pełnoletnich i niepełnoletnich w kryzysach psychicznych: jakie rodzaje świadczeń może otrzymać beneficjent pomocy społecznej (trzy poziomy referencyjne w psychiatrii dziecięcej, POZ, poradnie psychologiczne, poradnie zdrowia psychicznego, centra zdrowia psychicznego, oddziały dzienne i całodobowe, rehabilitacja psychiatryczna, leczenie uzależnień, instytucje wsparcia dla seniorów w chorobach organicznych, zakład opiekuńczo-leczniczy, zakład pielęgniarско-opiekuńczy). 3.3 Różnice w przyjęciu do poszczególnych komórek podmiotu leczniczego, w tym konieczności posiadania skierowania do określonych rodzajów świadczeń. 3.4 Różnice pomiędzy podmiotami całodobowymi w ochronie zdrowia a instytucjami całodobowymi w oświacie i pomocy społecznej.
				Uczestnik zna podstawowe formy wsparcia - usługi i warunki ich realizacji - dla dorosłych i dzieci w kryzysie zdrowia psychicznego w systemie ochrony zdrowia, pomocy społecznej i na rynku pracy.		
				Efekty uczenia się		
				WIEDZA	Uczestnik zna podstawowe formy wsparcia - usługi i warunki ich realizacji - dla dorosłych w kryzysie zdrowia psychicznego w systemie ochrony zdrowia, pomocy społecznej i na rynku pracy. Uczestnik zna formy wsparcia dla dzieci i młodzieży oraz ich rodzin w sektorze oświaty, ochrony zdrowia i pomocy społecznej oraz umie je odróżnić od siebie pod kątem świadczonych usług i skierowań/niezbędnych dokumentów wymaganych przy przyjęciu.	
				UMIEJĘTNOŚCI	Uczestnik potrafi odróżnić interwencje medyczne, psychologiczne, pedagogiczne i socjalne oraz wskazać, które instytucje są za nie odpowiedzialne. Uczestnik potrafi rozróżnić zakresy zadań tych samych specjalistów pracujących w różnych sektorach. Umie określić ich możliwe działania ze względu na sektor w którym pracują. Uczestnik potrafi wskazać lokalne przykłady instytucji i programów wsparcia dla trzech grup odbiorców: dorosłych, dzieci/młodzieży, rodzin/opiekunów.	



Fundusze Europejskie
dla Rozwoju Społecznego



Rzeczpospolita
Polska

Dofinansowane przez
Unię Europejską



Załącznik nr 6: Opis modułów szkolenia do postępowania 3K/4.13_FERS/2026

				KOMPETENCJE SPOŁECZNE		3.5 Warunki przyjęć bez zgody do podmiotów leczniczych w sytuacji kryzysu psychicznego wymagającego hospitalizacji. 3.6. Różnice pomiędzy poradnią psychologiczną w ochronie zdrowia a poradnią psychologiczno-pedagogiczną w oświacie. 3.7. Różnice pomiędzy oddziałem dziennym psychiatrycznym dla dorosłych oraz środowiskowym domem samopomocy w pomocy społecznej. 4. System oświaty - wsparcie dla dzieci i dorosłych 4.1 Charakterystyka jednostek systemu oświaty dla dzieci i dorosłych w kryzysach psychicznych (poradnictwo psychologiczno-pedagogiczne), w tym kształcenie specjalne, zajęcia rewalidacyjne, pomoc psychologiczno-pedagogiczna, zajęcia rozwijające kompetencje emocjonalno-społeczne. 4.2 Dokumentacja w systemie oświaty: rodzaje opinii, orzeczeń, diagnoza funkcjonalna 4.3 Zadania JST w ochronie zdrowia psychicznego na systemie oświaty.
Tworzenie mapy zasobów w społeczności lokalnej dla dorosłych w kryzysie zdrowia psychicznego	3 h (1 h- wprowadzenie; 2 h- warsztat)	warsztat	online	Cele edukacyjne:		Wprowadzenie: 1. Przegląd koncepcji „Mapy zasobów powiatu” dla dzieci i młodzieży w poradni psychologiczno-pedagogicznej: rola PPP w określaniu zasobów, tworzeniu i aktualizacji mapy, zakres gromadzonych danych (podmioty z sektora edukacji, zdrowia, pomocy społecznej, NGO, instytucje kultury, formy wsparcia dla rodzin). Koncepcja (Rozdział IV) dostępna: https://fersdlaporadni.sgh.waw.pl/koncepcja-rozwoju-poradnictwa-psychologiczno-pedagogicznego 2. Przygotowanie do opracowania mapy zasobów dla dorosłych w danej JST przez pracownika socjalnego (dyskusja: jakich informacji o zasobach dla dorosłych brakuje w obecnych dokumentach i bazach danych) Warsztat: 1. Prezentacja zasobów z danej JST wg schematu: 1.1 typ instytucji (zdrowie, pomoc społeczna, rynek pracy, mieszkalnictwo, NGO, grupy samopomocowe), rodzaj oferowanego wsparcia (diagnostyka, leczenie, terapia, rehabilitacja społeczna i zawodowa, mieszkalnictwo, wsparcie finansowe, poradnictwo prawne, wsparcie dla rodzin), 1.2 grupy docelowe (osoby z zaburzeniami psychotycznymi, niepsychotycznymi, organicznymi; osoby bezdomne; osoby 60+ itd.), 1.3 warunki dostępu (skierowanie / bez skierowania, odpłatność, kryteria dochodowe, obszar terytorialny), 1.4 dostępność (godziny pracy, kolejki, udogodnienia dla osób z niepełnosprawnościami).
				Uczestnik rozumie ideę „mapy zasobów” powiatu/gminy jako narzędzia planowania wsparcia dla dorosłych i dzieci w kryzysie zdrowia psychicznego.		
				Efekty uczenia się		
				WIEDZA	Uczestnik zna minimalny zakres danych, które powinien zawierać opis instytucji i form pomocy. Uczestnik zna rolę poradni psychologiczno-pedagogicznej w tworzeniu i aktualizacji „Mapy zasobów powiatu” dla dzieci i młodzieży oraz zasady współpracy OPS z PPP, tak aby mapy dla dorosłych i dzieci były spójne.	
				UMIEJĘTNOŚCI	Uczestnik potrafi zidentyfikować główne źródła informacji o zasobach w gminie lub powiecie (BIP, strony JST, NFZ, rejestry podmiotów leczniczych, bazy NGO, wewnętrzna wiedza OPS/PCPR) Uczestnik rozumie konieczność stałej aktualizacji mapy i przypisania odpowiedzialności za ten proces.	
				KOMPETENCJE SPOŁECZNE		
				Cele edukacyjne:		1. Główne kryteria rozróżniania trzech grup beneficjentów z zaburzeniami psychicznymi z perspektywy pracownika socjalnego. 2. Charakterystyka kontaktu z osobami mającymi zaburzenia psychotyczne (np. schizofrenia, zaburzenia schizoafektywne) – typowe objawy, potencjalne zagrożenia (autoagresja, agresja,
				Uczestnik zna podstawowe różnice między zaburzeniami psychotycznymi, niepsychotycznymi i organicznymi w kontekście pracy socjalnej (rodzaj objawów, przebieg, wpływ na funkcjonowanie społeczne).		
				Efekty uczenia się		



Fundusze Europejskie
dla Rozwoju Społecznego



Rzeczpospolita
Polska

Dofinansowane przez
Unię Europejską



Załącznik nr 6: Opis modułów szkolenia do postępowania 3K/4.13_FERS/2026

Rozpoznawanie potrzeb beneficjentów w kryzysie zdrowia psychicznego: ścieżka postępowania (wykład)	6h	wykład	online	WIEDZA	Wie jak postępować z klientem z zaburzeniami psychicznymi	zaniedbanie podstawowych potrzeb), badanie ryzyka suicydalnego, w tym skale psychometryczne lub wywiad ustrukturalizowany. Schemat postępowania w zależności od wyników wywiadu/rozmowy lub oceny objawów wymagających interwencji ZRM. 3. Zaburzenia niepsychotyczne (np. zaburzenia lękowe, depresyjne, zaburzenia osobowości) – wpływ na funkcjonowanie społeczne, ryzyko samobójcze i sposób postępowania w zależności od jego wielkości; 4. Zaburzenia organiczne (np. otępienia, uszkodzenia OUN) – specyfika deficytów poznawczych, potrzeba opieki długoterminowej i wsparcia opiekunów. Postępowanie w zależności od oceny funkcjonalnej beneficjenta i jego zasobów w środowisku. 5. Typowe potrzeby i ryzyka w trzech grupach – analiza w obszarach: bezpieczeństwo, zdrowie, mieszkalnictwo, relacje rodzinne, praca/aktywność dzienna, finanse, integracja społeczna. 6. Granice roli pracownika socjalnego vs. zadania systemu ochrony zdrowia, policji, ratownictwa, sądów, kurateli. 7. Uniwersalne elementy ścieżki (pierwszy kontakt, bezpieczeństwo, informowanie, zgody, dokumentacja) oraz elementy specyficzne dla zaburzeń psychotycznych, niepsychotycznych i organicznych.
				UMIEJĘTNOŚCI	Uczestnik potrafi rozpoznać typowe potrzeby osób z każdej z trzech grup (bezpieczeństwo, mieszkanie, dochód, relacje rodzinne, leczenie, rehabilitacja, wsparcie opiekunów). Uczestnik rozumie granice kompetencji pracownika socjalnego i zna moment, w którym należy pilnie skontaktować się z systemem ochrony zdrowia lub służbami interwencyjnymi. Uczestnik potrafi zastosować w praktyce podejście oparte na zasobach i podmiotowości klienta, z uwzględnieniem współpracy z rodziną/opiekunami.	
				KOMPETENCJE SPOŁECZNE		
Rozpoznawanie potrzeb beneficjentów w kryzysie zdrowia psychicznego: ścieżka postępowania (ćwiczenia)	5h	ćwiczenia	online	Cele edukacyjne:		1. Struktura opisu sytuacji (diagnoza socjalna, zasoby, potrzeby, ryzyka, współpracujące instytucje). Prowadzący powinien mieć przygotowane trzy przypadki, w celu ewentualnego modelowania postępowania pracownika socjalnego. 2. Praca w grupach – trzy przypadki (po jednym dla każdego typu zaburzeń): 2.1 identyfikacja kluczowych potrzeb beneficjenta i jego rodziny: 2.2 wybór adekwatnych form wsparcia z mapy zasobów (ćwiczenie na bazie zajęć nr 2), 2.3 zaprojektowanie ścieżki postępowania pracownika socjalnego z wykorzystaniem Mapy zasobów JST (projektowanie najbardziej optymalnej ścieżki przy ograniczonych zasobach). 3. Prezentacja ścieżek postępowania – dyskusja, porównanie rozwiązań między grupami, uzupełnienie o elementy dobrej praktyki (monitoring, superwizja, dbanie o bezpieczeństwo pracownika).
				Uczestnik potrafi zaprojektować ścieżkę postępowania od pierwszego kontaktu z beneficjentem do przekazania sprawy do odpowiednich instytucji oraz monitorowania sytuacji.		
				Efekty uczenia się		
				WIEDZA	Wie jak postępować z klientem z zaburzeniami psychicznymi	
				UMIEJĘTNOŚCI	Uczestnik potrafi zaprojektować ścieżkę postępowania od pierwszego kontaktu z beneficjentem do przekazania sprawy do odpowiednich instytucji oraz monitorowania sytuacji.	
KOMPETENCJE SPOŁECZNE						
MODUŁ V:		Praca z osobami z problemami psychicznymi w podejściu skoncentrowanym na rozwiązaniach (SFA) (7h)				
				Cele edukacyjne:		
Wprowadzenie do SFA	1h	mini-wykład, dyskusja moderowana	stacjonarnie	Uczestnik rozumie podstawy podejścia skoncentrowanego na rozwiązaniach oraz jego zastosowanie w pracy z osobami z problemami psychicznymi.		1. Definicje i geneza SFA. 2. Filozofia pracy na zasobach i wyjątkach zamiast na deficytach. 3. Rola nadziei i języka wzmacniającego sprawczość. 4. Zakres działania i granice roli pracownika socjalnego w kontekście zaburzeń psychicznych.
				Efekty uczenia się		
				WIEDZA	Wyjaśnia główne założenia i cele podejścia SFA. Odróżnia SFA od podejścia problemowego i od terapii klinicznej.	
				UMIEJĘTNOŚCI	Potrafi wskazać elementy rozmowy prowadzonej w duchu SFA.	
				KOMPETENCJE SPOŁECZNE	Respektuje autonomię klienta i unika etykietowania.	



Fundusze Europejskie
dla Rozwoju Społecznego



Rzeczpospolita
Polska

Dofinansowane przez
Unię Europejską



Załącznik nr 6: Opis modułów szkolenia do postępowania 3K/4.13_FERS/2026

Formułowanie celów w duchu SFA	1h	wykład interaktywny, ćwiczenia w małych grupach	stacjonarnie	Cele edukacyjne:		1. Cel preferowanej przyszłości – „jak będzie, kiedy będzie trochę lepiej?”. 2. Formułowanie celów pozytywnych zamiast unikania problemu. 3. Mikrocele i małe kroki w pracy z osobami o ograniczonej energii lub motywacji. 4. Praca na przykładach z praktyki uczestników.
				Uczestnik potrafi przełożyć skargi klienta na cele skoncentrowane na przyszłości.		
				Efekty uczenia się		
				WIEDZA	Zna cechy dobrego celu w SFA (konkretny, realistyczny, w języku klienta).	
				UMIEJĘTNOŚCI	Przekształca opis problemu w opis preferowanej przyszłości. Tworzy mikrocele odpowiednie do możliwości osób z zaburzeniami psychicznymi	
KOMPETENCJE SPOŁECZNE	Unika narzucania własnych celów, współtworzy je z klientem.					
Techniki SFA: wyjątki, skalowanie, pytania	2h	warsztat praktyczny, praca w parach	stacjonarnie	Cele edukacyjne:		1. Wyjątki – sytuacje, w których problem był słabszy lub nieobecny. 2. Skalowanie postępu i gotowości (0–10) wraz z pytaniami „dlaczego nie niżej?”. 3. Pytanie o cud w wersji uproszczonej, dostosowanej do osób z zaburzeniami psychicznymi. 4. Pytania o zasoby: co pomaga, kto wspiera, jakie strategie już się sprawdziły. 5. Wzmacnianie mikro-zmian i małych sukcesów.
				Uczestnik poznaje i ćwiczy podstawowe narzędzia SFA.		
				Efekty uczenia się		
				WIEDZA	Zna techniki: wyjątki, skalowanie, pytanie o cud, pytania o zasoby.	
				UMIEJĘTNOŚCI	Prowadzi krótką rozmowę rozwiązańową. Zadaje pytania kierujące uwagę klienta na to, co działa	
KOMPETENCJE SPOŁECZNE	Komunikuje się z empatią i unika nadmiernej presji na zmianę.					
SFA przy zaburzeniach psychicznych	1h	mini-wykład, analiza krótkich przypadków	stacjonarnie	Cele edukacyjne:		1. Łączenie SFA z podejściem recovery. 2. Praca rozwiązańiowa przy objawach lękowych, depresyjnych, psychotycznych – co jest możliwe, a czego unikać. 3. Współpraca z psychiatrą, psychologiem, rodziną i innymi instytucjami. 4. Technika „najbezpieczniejszego możliwego kroku”.
				Uczestnik rozumie ograniczenia i możliwości stosowania SFA przy zaburzeniach psychicznych.		
				Efekty uczenia się		
				WIEDZA	Zna sytuacje, w których SFA wymaga szczególnej ostrożności lub uzupełnienia o pomoc kliniczną.	
				UMIEJĘTNOŚCI	Rozpoznaje sygnały przeciążenia klienta i konieczność skierowania do specjalisty.	
KOMPETENCJE SPOŁECZNE	Rozpoznaje sygnały przeciążenia klienta i konieczność skierowania do specjalisty.					
Zamykanie procesu i wzmacnianie zmian	2h	symulacje rozmów, praca warsztatowa	stacjonarnie	Cele edukacyjne:		1. Podsumowanie rozmowy rozwiązańiowej – „co działało najbardziej?”. 2. Kotwiczenie sukcesów w codzienności klienta. 3. Planowanie kolejnych kroków możliwych do podjęcia po zakończeniu kontaktu.
				Uczestnik nabywa umiejętności podsumowywania procesu i wzmacniania zmian.		
				Efekty uczenia się		
				WIEDZA	Zna zasady bezpiecznego zamykania pracy w duchu SFA	
				UMIEJĘTNOŚCI	Potrafi wspólnie z klientem nazwać osiągnięte zmiany. Tworzy prosty plan utrzymania i rozwijania zmian.	4. Rozpoznawanie sygnałów nawrotu trudności i plan reagowania. 5. Wzmacnianie poczucia sprawczości u osób z zaburzeniami psychicznymi.



Fundusze Europejskie
dla Rozwoju Społecznego



Rzeczpospolita
Polska

Dofinansowane przez
Unię Europejską



Załącznik nr 6: Opis modułów szkolenia do postępowania 3K/4.13_FERS/2026

				KOMPETENCJE SPOŁECZNE	Zamyka proces w sposób wspierający i nieinwazyjny.	
MODUŁ VI:		Wiedza o nurtach i rodzajach oddziaływań terapeutycznych (7h)				
Wprowadzenie do współczesnej psychoterapii	1 h	mini-wykład, dyskusja moderowana	stacjonarnie	Cele edukacyjne:		1. Krótkie omówienie roli terapii w zdrowiu psychicznym. 2. Różnice między psychoterapią, coachingiem i wsparciem psychologicznym. 3. Jak dobiera się nurt do potrzeb klienta
				Zrozumienie podstaw psychoterapii i jej miejsca w systemie wsparcia. Wyjaśnienie różnic między psychoterapią, coachingiem i pomocą psychologiczną.		
				Efekty uczenia się		
				WIEDZA	Uczestnik zna definicję psychoterapii i jej główne założenia. Zna różnice między terapią, coachingiem i interwencją psychologiczną.	
				UMIEJĘTNOŚCI	Potrafi wyjaśnić różnice między formami pomocy terapeutycznej. Potrafi wskazać czynniki wpływające na dobór nurtu terapeutycznego	
				KOMPETENCJE SPOŁECZNE	Rozumie potrzebę dostosowania komunikacji do poziomu klienta. Wykazuje świadomość granic własnej roli w kontakcie z osobą w kryzysie.	
Przegląd głównych nurtów terapeutycznych	4,5 h	wykład interaktywny, analiza krótkich przykładów	stacjonarnie	Cele edukacyjne:		1. Nurt poznawczo- behawioralny (CBT) Założenia: myśli → emocje → zachowania. Typowe metody: praca domowa, analiza myśli automatycznych, ekspozycja. Doświadczenia klienta: konkret, struktura, praca między sesjami. Dla kogo polecany: zaburzenia lękowe, depresja, fobie, OCD, problemy behawioralne. 2. Terapie humanistyczne (np. Gestalt, podejście Rogersowskie) Założenia: klient ma zasoby, nacisk na autentyczność i doświadczenie „tu i teraz”. Metody: dialog, praca na emocjach, eksperymenty Gestalt. Doświadczenia klienta: wsparcie, akceptacja, eksploracja uczuć. Dla kogo: trudności relacyjne, kryzysy, rozwój osobisty. 3. Podejścia psychodynamiczne /psychoanalityczne Założenia: wpływ nieświadomości, relacji z przeszłości i relacji terapeutycznej. Metody: analiza wzorców, interpretacja, przeniesienie. Doświadczenia klienta: głęboka, długoterminowa praca, nierzadko intensywne emocje. Dla kogo: wzorce relacyjne, powtarzające się trudności, zaburzenia osobowości. 4. Terapie systemowe Założenia: jednostka funkcjonuje w systemie (rodzina, para). Metody: genogram, praca nad komunikacją, analiza wzorców rodzinnych. Doświadczenia klienta: praca w parach/grupowo, widzenie problemu w kontekście. Dla kogo: pary, rodziny, problemy relacyjne. 5. Podejścia integracyjne i krótkoterminowe EMDR, TSR (Solution- Focused), ACT, terapia schematów. Krótkie omówienie specyfiki: EMDR – praca z traumą, aktywacja przetwarzania pamięci. TSR – szybkie skupienie na celach i zasobach. ACT – akceptacja, wartości i uważność. 6. Porównanie nurtów – kluczowe różnice. 7. Czego klient może doświadczać w terapii w różnych nurtach.
				Poznanie założeń najważniejszych podejść terapeutycznych. Zrozumienie, jak wygląda praca terapeuty w poszczególnych nurtach. Uświadomienie różnic pomiędzy podejściami oraz ich zastosowania.		
				Efekty uczenia się		
				WIEDZA	Uczestnik zna główne nurty: CBT, humanistyczny, psychodynamiczny, systemowy, integracyjny. Zna podstawowe metody pracy w każdym z podejść. Zna typowe reakcje i doświadczenia klienta w różnych formach terapii	
				UMIEJĘTNOŚCI	Potrafi opisać, jak przebiega praca terapeutyczna w poszczególnych nurtach. Potrafi przywołać przykłady technik typowych dla danego podejścia. Potrafi łączyć nurt z określonymi problemami (np. trauma – EMDR, lęk – CBT).	
				KOMPETENCJE SPOŁECZNE	Potrafi z szacunkiem omawiać różne podejścia bez wartościowania. Rozumie, że różnorodność metod odpowiada na różnorodność potrzeb klientów. Wykazuje postawę otwartości wobec różnych modeli pracy.	



Fundusze Europejskie
dla Rozwoju Społecznego



Rzeczpospolita
Polska

Dofinansowane przez
Unię Europejską



Załącznik nr 6: Opis modułów szkolenia do postępowania 3K/4.13_FERS/2026

Dobór terapii do problemu i preferencji	1,5 h	mini-wykład + ćwiczenia w parach	stacjonarnie	Cele edukacyjne:		1. Jak rozpoznawać potrzeby klienta. Jakiej pytania zadawać przy wyborze nurtu. 2. Przykłady dopasowania (case studies): lęk paniczny, problemy z relacjami, trauma, niskie poczucie własnej wartości.
				Zrozumienie zasad dopasowania nurtu do problemu, osobowości i preferencji klienta. Poznanie podstawowych kryteriów kierowania do określonych form terapii.		
				Efekty uczenia się		
				WIEDZA	Uczestnik zna kryteria wyboru odpowiedniej terapii. Zna pytania wspierające ocenę preferencji klienta.	
				UMIEJĘTNOŚCI	Potrafi dobrać nurt do konkretnego przypadku. Potrafi komunikować klientowi różnice między podejściami. Potrafi przeprowadzić krótką analizę potrzeb klienta.	
				KOMPETENCJE SPOŁECZNE	Prezentuje uważność na indywidualne różnice klientów. Zachowuje postawę nieoceniającą i wspierającą autonomię klienta.	