

Psychologia kryzysu i zdrowia psychicznego

STUDIA PODYPLOMOWE

Sposób realizacji: Hybrydowe

Obszar studiów: Psychologia • Zdrowie

Cechy: Od października • Polski • Nowość

Miasto: Toruń

To kierunek dla osób, które:

- chcą rozwijać kompetencje w obszarze zdrowia psychicznego, wsparcia psychologicznego i interwencji kryzysowej,
- pracują jako psychologowie, terapeuci, coachowie, psychoterapeuci lub chcą poszerzyć swoje umiejętności pomocowe,
- działają w edukacji, pomocy społecznej, ochronie zdrowia lub organizacjach wspierających osoby w kryzysie,
- na co dzień wspierają dzieci, młodzież, dorosłych, rodziny lub osoby doświadczające trudnych sytuacji życiowych.



Dostęp online

Wysoka jakość kształcenia. Wszystkie materiały dydaktyczne będą dostępne dla Ciebie online.

Microsoft 365

Nasi uczestnicy otrzymują darmową licencję A1, która obejmuje popularne aplikacje, takie jak Outlook, Teams, Word, PowerPoint, Excel, OneNote, SharePoint, Sway i Forms.

Kadra złożona z praktyków

Kadra to doświadczeni psychoterapeuci, psychologowie i interwencji kryzysowi.

92%

uczestników poleca studia podyplomowe
Źródło: „Badanie satysfakcji ze studiów 2025”

91%

pracodawców ocenia bardzo dobrze lub dobrze współpracę z naszymi uniwersytetami
Źródło: „Badanie opinii pracodawców, 2024”

Networking i rozwój kompetencji

Studia rozwijają kompetencje niezależnie od doświadczenia. Dzięki interaktywnym zajęciom i wymianie doświadczeń z innymi zyskasz wiedzę, umiejętności i cenne kontakty.

Praktyczny charakter studiów:

- brak tradycyjnych wykładów – całość odbywa się w formie warsztatowej,
- prace projektowe wyłącznie zespołowe.

Program studiów

10

Liczba miesięcy nauki

180

Liczba godzin zajęć

10

Liczba zjazdów

4

Liczba modułów

2

Liczba semestrów

Kryzys

- Wprowadzenie do psychologii zdrowia i kryzysu: Definicja stresu, Neurobiologia traumy, Wpływ stresu i kryzysu na zdrowie człowieka (18 godz.)
- Emocje i psychopatologia w reakcji na kryzys (18 godz.)
- Interwencja kryzysowa - teoria i modele: Modele interwencji kryzysowej: systemowy, równowagi, Sześciostopniowy proces interwencji kryzysowej, Kiedy reagować natychmiast - procedury, tworzenie planów działania w kryzysie (18 godz.)
- Żałoba, strata i trauma nagła: Trauma nagła - jakich sytuacji dotyczy i jakie reakcje występują podczas jej doświadczania, Interwencje i wsparcie w sytuacjach nagłej śmierci, wypadków, traum rozwojowych, Procesy żałoby i typowe reakcje emocjonalne (18 godz.)
- Praca z młodzieżą i rodziną w kryzysie: Kryzysy rozwojowe i rodzinne (bunt, przemoc domowa, rozwody, izolacja społeczna), Strategie psychoedukacyjne i wsparcia rodzinnego (18 godz.)



Osoba wspierająca, interwent i jej zasoby

- Komunikacja i umiejętności praktyczne: Podstawy komunikacji interpersonalnej w kryzysie, Techniki aktywnego słuchania, parafrazowania, zadawania pytań, Praca z oporem i trudnym klientem (klient agresywny, milczący/wycofany, manipulujący), Negocjacje i mediacje w sytuacjach konfliktowych, Stereotypy i uprzedzenia kulturowo-społeczne (18 godz.)
- Zasoby własne interwenta i profilaktyka wypalenia (18 godz.)

Metody wspierające

- Psychoterapia i metody wspierające: Podstawy terapii krótkoterminowej i interwencji psychoterapeutycznej, Techniki mindfulness, trening uważności, relaksacja i wizualizacja, Wsparcie w pracy z emocjami i traumą, Techniki pracy tu i teraz (18 godz.)

Prawo i organizacja wsparcia

- Etyka, prawo i organizacja wsparcia (18 godz.)

Praktyka integracyjna

- Podsumowanie i praktyka integracyjna (18 godz.)

Egzamin

- Egzamin

Warunki przyjęcia

Aby zostać uczestnikiem studiów podyplomowych na Uniwersytecie WSB Merito, należy:

- mieć ukończone studia licencjackie, inżynierskie lub magisterskie,
- złożyć komplet dokumentów i spełnić wymogi rekrutacyjne,
- o przyjęciu decyduje kolejność zgłoszeń.

[Dowiedz się więcej](#)

Możliwości dofinansowania

- **Pierwsi zyskują najwięcej!** Im szybciej się zapiszesz, z tym większej zniżki skorzystasz.
- Oferujemy specjalne, **większe zniżki dla naszych absolwentów.**
- Możesz skorzystać z dofinansowania z **Bazy Usług Rozwojowych.**
- Funkcjonuje u nas **Program Poleceń.**
- Pracodawca może dofinansować Ci studia, otrzymując dodatkową zniżkę w ramach **Programu Firma.**
- Warto sprawdzić możliwości dofinansowania z **KFS.**

[Dowiedz się więcej](#)



Czego się nauczysz?

- **Nauczysz się prowadzić interwencję kryzysową** i wspierać osoby w żałobie, traumie, stresie oraz po nagłej stracie.
- **Zdobędziesz praktyczne narzędzia terapeutyczne**, takie jak mindfulness, techniki stabilizacji, regulacja emocji i podstawy pracy z traumą.
- **Rozwiniesz kompetencje komunikacyjne**: aktywne słuchanie, empatyczną rozmowę i prowadzenie trudnych rozmów z osobami w kryzysie.
- **Zrozumiesz mechanizmy psychiki człowieka**, w tym stres, błędy poznawcze, heurystyki i sposoby interpretowania doświadczeń.
- **Wzmocnisz odporność psychiczną** i nauczysz się rozpoznawać własne granice, przeciwdziałać wypaleniu oraz dbać o dobrostan.
- **Zdobędziesz kompetencje zawodowe cenione** w ośrodkach interwencji kryzysowej, poradniach, szkołach, firmach i prywatnej praktyce.