



Stowarzyszenie
Widzących Więcej

Oferta szkoleń dla firm

Stowarzyszenie Widzących Więcej





Stowarzyszenie Widzących Więcej – na rzecz
wsparcia naszej placówki Centrum
Wsparcia DOM

Działamy, by wspierać.
Szkolimy, by zmieniać.

Dlaczego my?

Jesteśmy organizacją z wieloletnim doświadczeniem w pracy z osobami dorosłymi w kryzysach psychicznych, społecznych i emocjonalnych. Pracujemy z osobami najbardziej wykluczonymi – to nauczyło nas empatii, skutecznej komunikacji i zarządzania emocjami w najtrudniejszych sytuacjach. Teraz tę wiedzę i praktykę przenosimy do świata biznesu.



Główna oferta szkoleń

Temat szkolenia	Czas trwania	Koszt brutto	Opis
1. Odporność psychiczna w pracy – jak dbać o siebie i innych	4h / 8h	1 800 zł / 2 900 zł	Techniki radzenia sobie ze stresem, budowanie rezyliencji, wsparcie współpracowników.
2. Wypalenie zawodowe – prewencja, objawy, reakcja	4h / 6h	1 800 zł / 2 600 zł	Jak rozpoznać wypalenie u siebie i innych, strategie przeciwdziałania.
3. Komunikacja w sytuacjach trudnych – jak prowadzić rozmowy jako lider	4h / 6h / 8h	1 800 zł / 2 600 zł / 2 900 zł	Trudne rozmowy z pracownikami (dot. zdrowia psychicznego, konfliktów, obniżonej efektywności).
4. Trauma w miejscu pracy – jak ją rozpoznać i nie pogłębiać	6h	2 600 zł	Czym jest trauma, jak wygląda u pracownika, jak reagować z empatią, nie szkodząc.
5. Nadużycia seksualne – jak reagować, jak wspierać, jak nie zawieść	4h / 6h	1 800 zł / 2 600 zł	Reakcja firmy na zgłoszenia, wsparcie dla osób pokrzywdzonych, procedury i empatia.
6. Pierwsza pomoc psychologiczna po doświadczeniu przemocy / kryzysu	4h	1 800 zł	Narzędzia komunikacyjne, co mówić, czego unikać, jak stworzyć bezpieczną przestrzeń.

Główna oferta szkoleń

Temat szkolenia	Czas trwania	Koszt brutto	Opis
7. Sygnaliści w firmie – jak ich chronić, jak reagować, jak nie zniechęcić	4h / 6h	1 800 zł / 2 600 zł	Praktyczne szkolenie z ochrony sygnalistów – nie tylko formalnie, ale i emocjonalnie.
8. Praca z osobami w kryzysie psychicznym – warsztat dla zespołów i liderów	4h / 6h / 8h	1 800 zł / 2 600 zł / 2 900 zł	Rozpoznawanie oznak depresji, lęku, PTSD, reagowanie z empatią, zasady komunikacji.
9. Jak wspierać osoby powracające po długiej nieobecności (L4, kryzys, opieka nad bliskimi)	4h	1 800 zł	Jak przyjąć osobę powracającą po trudnym czasie z szacunkiem, wsparciem i empatią.
10. Przemoc domowa i jej wpływ na funkcjonowanie pracownika – co może zrobić firma	4h	1 800 zł	Jak rozpoznać przemoc, co mówić, jak pomóc, a nie zaszkodzić.
11. Emocje w pracy – zarządzanie sobą i wspieranie innych	4h / 8h	1 800 zł / 2 900 zł	Trening inteligencji emocjonalnej, praca z napięciem i lękiem.
12. Różnorodność i inkluzywność – zrozumienie różnic i budowanie kultury empatii	6h	2 600 zł	Warsztat o różnorodności kulturowej, psychicznej, neurologicznej i tożsamościowej.

Dodatkowe niszowe, ale kluczowe szkolenia dla firm

Temat szkolenia	Czas trwania	Koszt brutto	Opis
1. Neuroatypowość w pracy – ADHD, spektrum autyzmu, zaburzenia lękowe	4h / 6h	1 800 zł / 2 600 zł	Jak wspierać osoby neuroatypowe w zespole, jakich błędów unikać, jak budować inkluzywność.
2. Cicha rezygnacja („quiet quitting”) – jak ją rozpoznać i przeciwdziałać	4h	1 800 zł	Rozpoznawanie spadku zaangażowania, przyczyny i interwencje.
3. Żałoba w miejscu pracy – jak wspierać pracownika po stracie	4h	1 800 zł	Jak komunikować się z osobą po stracie, jakie dać wsparcie, czego nie mówić.
4. Pracownicy opiekujący się bliskimi (rodzice, osoby chore) – jak ich wspierać w organizacji	4h	1 800 zł	Work-life balance dla opiekunów, elastyczność, empatia i odpowiedzialność pracodawcy.
5. Przemoc psychiczna w zespole – jak ją rozpoznać i zatrzymać	4h / 6h	1 800 zł / 2 600 zł	Mikroagresje, wykluczanie, przemoc relacyjna – jak budować zdrowe środowisko pracy.
6. Toksyczne lojalności – jak nie wypalać się przez nadodpowiedzialność	4h	1 800 zł	Szczególnie dla kobiet i osób wysoko empatycznych – o granicach w pracy.

Dodatkowe niszowe, ale kluczowe szkolenia dla firm

Temat szkolenia	Czas trwania	Koszt brutto	Opis
7. Pracownik w kryzysie zdrowia psychicznego – co może, a co powinien zrobić dział HR / manager	4h	1 800 zł	Kiedy reagować, jak rozmawiać, jakie są granice odpowiedzialności i jak nie zostać obojętnym.
8. Trudne powroty – jak rozmawiać z pracownikami wracającymi z leczenia psychiatrycznego, po próbie samobójczej, po terapii uzależnień	4h	1 800 zł	Jak nie piętnować, jak odbudować relację i dać przestrzeń.
9. Mowa nienawiści, uprzedzenia i dyskryminacja – jak reagować w zespole	4h / 6h	1 800 zł / 2 600 zł	Praktyczne case studies – jak zatrzymać toksyczne żarty, seksizm, homofobię, ageizm.
10. Pokolenie Z w pracy – jak ich rozumieć i jak do nich mówić	4h	1 800 zł	Komunikacja międzypokoleniowa, wartości pokolenia Z, motywowanie i język wsparcia.
11. Wellbeing vs. performance – jak dbać o dobrostan bez utraty wyników	6h	2 600 zł	Warsztat dla liderów: jak zbalansować efektywność i zdrowie psychiczne w zespole.
12. Kiedy pracownik się boi – jak rozpoznać lęk i niepokój w miejscu pracy	4h	1 800 zł	Dla działów HR i liderów – o tym, że strach przed oceną, zwolnieniem czy kompromitacją może paraliżować.
13. Seksualizacja, protekcjonalność i inne formy nieświadomionej przemocy wobec kobiet w pracy	4h / 6h	1 800 zł / 2 600 zł	Czym jest przemoc strukturalna i jak ją niwelować – także przez język i mikrokomunikaty.

Dodatkowo możemy
zrealizować wszystkie inne
szkolenia, których potrzebuje
firma.

Jesteśmy otwarci na propozycje i rozmowy.

Dla kogo są te szkolenia?



Działy HR



Managerowie
i liderzy
zespołów



Pracownicy na
każdym
poziomie
organizacji



Zespoły
międzykulturowe /
wielopokoleniowe



Firmy świadome
odpowiedzialno
ści społecznej
i prawnej

Wygodne formy realizacji:

- Szkolenia stacjonarne (na miejscu u klienta) – Kraków, Katowice i całe Śląskie, Łódź, Poznań
- Możliwe również wersje online (Zoom / MS Teams)
- Możliwość przygotowania szkoleń szytych na miarę

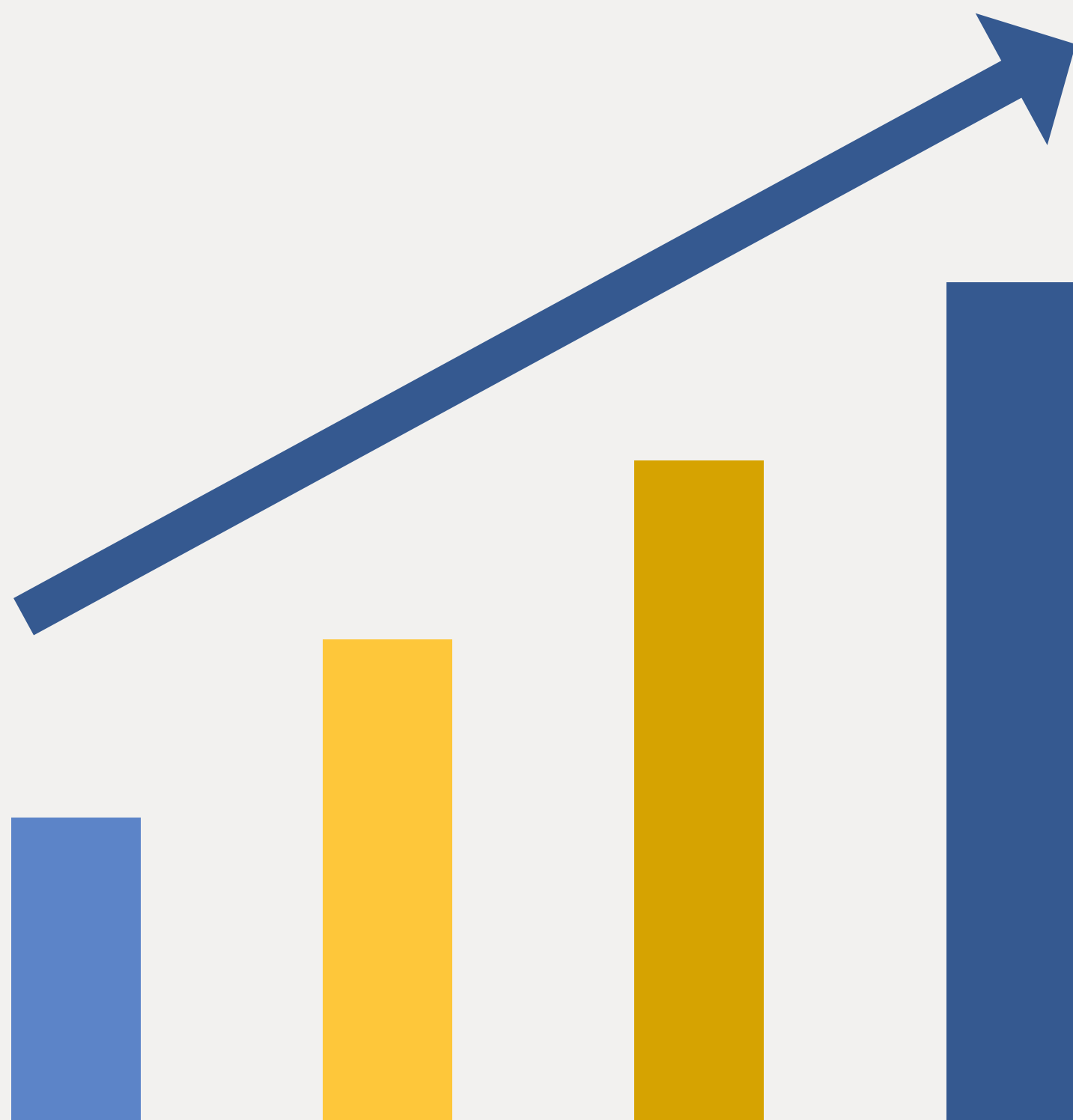


Kto prowadzi szkolenia?

Wszystkie warsztaty prowadzone są przez doświadczonych psychologów, psychotraumatologów, seksuologów, terapeutów i trenerów pracujących w naszym Stowarzyszeniu, na co dzień pracujących z osobami w kryzysie, co zapewnia:

- praktyczne, nieakademickie podejście,
- wysoką empatię i zrozumienie realiów stresu zawodowego,
- nastawienie na wspieranie i budowanie dobrostanu psychicznego.





Wartość dodana dla firm:

- Zwiększenie bezpieczeństwa psychologicznego w pracy
- Zmniejszenie absencji i rotacji pracowników
- Lepsza atmosfera pracy i bardziej świadoma kadra
- Realne wsparcie pracowników w kryzysie
- CSR – dochód ze szkoleń trafia na prowadzenie Centrum Wsparcia DOM

Możliwości współpracy:

- Szkolenia jednorazowe
- Cykl szkoleń/warsztatów co miesiąc/kwartał
- Pakiety opieki psychologicznej (konsultacje 1:1 dla pracowników)

Masz pytania?

Skontaktuj się z nami!

Adres e-mail

kontakt@wiedziecej.pl



Stowarzyszenie
Widzących Więcej

Strona internetowa

www.wiedziecej.pl