Jak tworzymy treĹ›ci

Jak tworzymy treĹ›ci

Wersja: 1.0
Data wejĹ›cia w ĹĽycie: 15 maja 2026 r.
WĹ‚aĹ›ciciel: Bliska Psychologia - Grzegorz Ĺ»urek
Kontakt: kontakt@bliskapsychologia.pl

Zakres treści

Treści w Bliskiej Psychologii mają charakter psychoedukacyjny. Obejmują artykuły, opisy testów, wyniki testów, raporty premium HTML, FAQ, opisy konsultacji oraz komunikaty organizacyjne związane z korzystaniem z serwisu.

Naszym celem jest pomagać użytkownikom lepiej rozumieć własne doświadczenia i możliwe kolejne kroki, bez zastępowania profesjonalnej diagnozy ani interwencji medycznej.

Autorstwo i odpowiedzialność

Za standard treści odpowiada Bliska Psychologia - Grzegorz Żurek. Przy materiałach psychoedukacyjnych staramy się pokazywać autora, zakres odpowiedzialności treści oraz kontekst, w którym materiał może być pomocny.

Jeżeli materiał dotyczy zdrowia psychicznego, dbamy o to, aby nie obiecywał diagnozy, leczenia ani pewności klinicznej na podstawie samego testu lub artykułu.

Źródła i aktualizacje

Tworząc treści, korzystamy z aktualnej wiedzy psychologicznej, literatury naukowej, standardów psychoedukacyjnych oraz sprawdzonych klasyfikacji diagnostycznych tam, gdzie są potrzebne do kontekstu edukacyjnego.

Materiały mogą być aktualizowane, gdy zmienia się stan wiedzy, przepisy, funkcje serwisu albo sposób świadczenia usług. Przy ważnych materiałach dążymy do oznaczania daty publikacji lub aktualizacji.

Brak diagnozy

Testy, wyniki, raporty premium i artykuły nie są diagnozą, opinią psychologiczną, zaświadczeniem, dokumentacją medyczną ani zaleceniem leczenia. Są narzędziami samoopisowymi i edukacyjnymi.

Diagnoza oraz decyzje dotyczące leczenia wymagają kontaktu z uprawnionym specjalistą i nie powinny być podejmowane wyłącznie na podstawie treści internetowej.

Standard języka

Używamy języka spokojnego, wspierającego, precyzyjnego i niediagnostycznego. Unikamy straszenia, zawstydzania, etykietowania oraz sensacyjnych nagłówków.

Jeżeli opisujemy trudne objawy lub kryzys psychiczny, staramy się robić to w sposób bezpieczny, bez instrukcji i szczegółów, które mogłyby zwiększać ryzyko samouszkodzenia, przemocy albo nadużyć.

Bezpieczeństwo YMYL

Zdrowie psychiczne należy do obszaru YMYL, czyli tematów mogących wpływać na dobrostan i decyzje życiowe użytkownika. Dlatego w treściach jasno pokazujemy ograniczenia serwisu, wskazujemy bezpieczne formy pomocy i nie sugerujemy, że materiał online zastępuje specjalistyczną opiekę.

W sytuacji bezpośredniego zagrożenia życia, zdrowia lub bezpieczeństwa należy dzwonić pod numer **112**. Dorośli w kryzysie psychicznym mogą skorzystać także z Centrum Wsparcia pod numerem **800 70 2222**.