



**Zaburzenia psychiczne przejawiające
się myślami samobójczymi i zachowaniami
autodestrukcyjnymi u młodzieży szkolnej.
Edycja III**

Warszawa,
styczeń 2023

Sylabus – edycja III

A. Informacje dotyczące autora szkolenia, formy i czasu trwania

Autorka treści: Małgorzata Łuba - jest psychologiem, psychoterapeutą poznawczo-behawioralnym, członkiem zespołu roboczego ds. prewencji samobójstw i depresji przy Radzie do Spraw Zdrowia Publicznego w Ministerstwie Zdrowia, certyfikowanym suycydologiem – certyfikat wydany przez Polskie Towarzystwo Suycydologiczne, posiada kwalifikacje do prowadzenia działalności edukacyjnej i prewencyjnej w zakresie suycydologii. Ponadto to, jest wykładowcą w Akademii Pedagogiki Specjalnej w Warszawie – prowadzi zajęcia dydaktyczne z zakresu poradnictwa psychologicznego oraz interwencji w sytuacji zagrożenia życia dla kursantów studiów podyplomowych, certyfikowanym trenerem, posiada 16-letnie doświadczenie w prowadzeniu szkoleń (łącznie ponad 14 tysięcy przepracowanych godzin szkoleniowych). Realizuje, również szkolenia w formie on-line, tworzy e-learningi, jest autorką licznych warsztatów profilaktycznych dla dzieci i młodzieży oraz artykułów dotyczących pracy terapeutycznej, działań prewencyjnych i postwencyjnych, rozwoju kompetencji osobistych oraz zawodowych. Prelegentka ponad 90 konferencji, kongresów, seminariów oświatowych i forów edukacyjnych na terenie całego kraju.

Forma szkolenia: Szkolenie ma formę e-learningową, jest częścią szkolenia blended learning.

Czas trwania: Realizacja szkolenia przewidziana jest w terminie 9.01.2023 r. – 31.01.2023 r.

B. Ogólny opis szkolenia

Forma doskonalenia szkolenia blended learning składa się z dwóch części – e-learningowej, spotkania stacjonarnego. Pierwszym elementem szkolenia jest kurs e-learningowy z zakresu zaburzeń psychicznych organizowanego przez Wydział Resocjalizacji i Socjoterapii. Realizacja części stacjonarnej planowana jest w terminie 16-17 lutego 2023 r. Szkolenie e-learningowe jest teoretycznym wstępem do zagadnień poruszonych podczas szkolenia stacjonarnego.

C. Wymagania wstępne wobec uczestników

- **Adresaci szkolenia**

Szkolenie przeznaczone jest dla pracowników młodzieżowych ośrodków wychowawczych (MOW) i młodzieżowych ośrodków socjoterapii (MOS), nauczycieli, wychowawców, dyrektorów szkół i placówek, a także specjalistów zatrudnionych w Poradniach

Psychologiczno-Pedagogicznych, Placówkach Doskonalenia Nauczycieli oraz Bibliotekach Pedagogicznych.

• **Zasady rekrutacji**

Uczestnicy kursu pracować będą metodą e-learningową na platformie szkoleniowej (www.e-kursy.ore.edu.pl), zapisy odbywać się będą na platformie - <https://szkolenia.ore.edu.pl/>. Po zapisaniu się i zakwalifikowaniu kandydat otrzyma informację o sposobie dalszego postępowania – link do kursu i jednorazowe hasło. O zakwalifikowaniu decydować będzie spełnienie kryterium dotyczącego zatrudnienia w instytucjach wymienionych w pkt. adresaci szkolenia. Od momentu zapisu do kursu uczestnicy będą mogli w dowolnym tempie zapoznawać się z umieszczonymi tam treściami, rozwiązywać testy samokształceniowe pojawiające się w trakcie danego modułu, czy brać udział w forach.

D. Cele szkolenia

1. Wsparcie metodyczne w zakresie umiejętności reagowania i podejmowania działań pomocowych w przypadku ujawnionych zachowań samouszkodzających lub podejrzewanych myśli i tendencji samobójczych młodzieży;
2. Poszerzenie wiedzy na temat zachowań autoagresywnych młodzieży, w tym przyczyn i objawów depresji nastolatków;
3. Uświadomienie własnych postaw uczestników wobec zachowań autodestrukcyjnych młodzieży oraz podejmowanych przez nich prób suicydalnych;
4. Uzyskanie wskazówek dotyczących kierowania procesem nabywania doświadczeń w rozwijaniu własnych umiejętności radzenia sobie z trudnymi przeżyciami, problemami, mogących stać się podłożem samouszkodzeń lub prób samobójczych;
5. Doskonalenie umiejętności prowadzenia rozmowy z młodzieżą na temat przejawianych przez nich samouszkodzeń i myśli samobójczych

E. Treści szkolenia

Treści szkolenia zostały podzielone na pięć modułów tematycznych:

1. Depresja i autodestrukcja bezpośrednia u młodzieży:
 - depresja – pojęcie, kryteria diagnostyczne i skala zjawiska;
 - reakcja depresyjna;
 - obraz depresji u młodzieży;
 - narzędzia do rozpoznawania depresji;
 - samouszkodzenia jako forma autodestrukcji bezpośredniej;
 - skala zjawiska samouszkodzeń i zachowań samobójczych;

- kryteria diagnostyczne samouszkodzeń;
 - różnice między samouszkodzeniami a zachowaniami samobójczymi;
 - sygnały ostrzegawcze w przypadku samouszkodzeń i zachowań samobójczych.
2. Społeczny odbiór zachowań autodestrukcyjnych i intuicyjne reakcje:
- emocje lęku i złości towarzyszące zachowaniom autodestrukcyjnym;
 - wsparcie nastolatka doświadczającego samouszkodzeń lub zachowań samobójczych;
 - funkcje autodestrukcji bezpośredniej.
3. Pierwsza pomoc emocjonalna w przypadku ujawnienia zachowań autodestrukcyjnych:
- cele pierwszej pomocy emocjonalnej;
 - etapy działania w pierwszej pomocy emocjonalnej;
 - zasady rozmowy o samouszkodzeniach i zachowaniach samobójczych z nastolatkiem i jego opiekunami.
4. Procedury postępowania w sytuacji zagrożenia suicydalnego:
- ocena zagrożenia samobójczego;
 - czynniki ryzyka i czynniki ochronne wystąpienia zachowań samobójczych;
 - poziomy ryzyka samobójczego i wskazane w ich przypadku interwencje oraz miejsca pomocy;
 - metody pracy z nastolatkiem w przypadku ryzyka samobójczego;
 - negatywne zachowania zastępcze jako ograniczanie szkód związanych z samouszkodzeniami.
5. Działania postwencyjne w sytuacji samobójczej śmierci nastolatka:
- skala zjawiska samobójstwa;
 - cele działań postwencyjnych;
 - efekt Wertera jako „samobójcze naśladownictwo”;
 - schemat działań postwencyjnych;
 - sposoby komunikowania o samobójczej śmierci;
 - grupowe formy wsparcia.

F. Osiągnięcia uczestników, efekty kształcenia

Po ukończeniu szkolenia osoba uczestnicząca w kursie będzie:

- potrafić zdefiniować pojęcie depresji, samouszkodzeń i zachowań samobójczych oraz znać skale tych zjawisk wśród młodzieży i kryteria diagnostyczne;
- potrafić rozpoznać obraz depresji u młodzieży oraz sygnały ostrzegawcze w przypadku samouszkodzeń i zachowań samobójczych, a także znać różnice między tymi zjawiskami;

- znać narzędzia wykorzystywane w rozpoznaniu depresji;
- rozumieć różne emocje towarzyszące zachowaniom autodestrukcyjnym;
- potrafić udzielać wsparcia nastolatkom doświadczającym samouszkodzeń lub zachowań samobójczych;
- znać funkcje autodestrukcji bezpośredniej;
- znać cele i etapy pierwszej pomocy emocjonalnej oraz zasady prowadzenia rozmowy o samouszkodzeniach i zachowaniach samobójczych z nastolatkiem i jego opiekunami
- potrafić dokonać oceny zagrożenia samobójczego;
- znać czynniki ryzyka i czynniki ochronne wystąpienia zachowań samobójczych,
- znać poziomy ryzyka samobójczego i wskazane w ich przypadku interwencje oraz miejsca pomocy,
- znać metody pracy z nastolatkiem w przypadku ryzyka samobójczego,
- znać negatywne zachowania zastępcze, które ograniczają szkody związane z samouszkodzeniami
- znać skalę zjawiska samobójstwa;
- znać cele i schemat działań postwencyjnych w przypadku samobójstwa nastolatka;
- znać działanie efektu Wertera;
- potrafić we właściwy sposób komunikować o samobójczej śmierci;
- znać i mieć wykorzystać grupowe formy wsparcia.

G. Kryteria oceniania

• Warunki ukończenia szkolenia

Każdy moduł tematyczny kończy test sprawdzający wiedzę uczestników.

Informację zwrotną o zaliczeniu zadania uczestnicy otrzymają zaraz po ukończeniu testu.

Osoby uczestniczące w kursie po zapoznaniu się z każdym modułem otrzymują do wypełnienia test wiedzy, za wypełnienie którego otrzymać mogą maksymalnie 20 punktów. Za udział w 5 Modułach i rozwiązanie pięciu testów można uzyskać łącznie 25 pkt. Każdy test wiedzy jest zadaniem jednokrotnego wyboru. Za prawidłową odpowiedź uzyskać można 1 pkt. Do zaliczenia każdego z testów konieczne jest udzielenie co najmniej 4 prawidłowych odpowiedzi, w maksymalnie 3 podejściach.

Każdy kolejny moduł będzie odsłaniany po zaliczeniu testu z danego modułu.

Aby uzyskać zaświadczenie ORE o ukończeniu formy doskonalenia zawodowego należy do dnia 31 stycznia 2023 r. (do godziny 23.59):

- przeczytać obowiązkowe materiały zawarte we wszystkich modułach,
- rozwiązać zadania testowe z każdego z modułu uzyskując co najmniej 20 punktów, przy czym każdy moduł musi zostać zaliczony na co najmniej 4 punkty
- uzyskać łącznie co najmniej 35 punkty.

H. Organizacja szkolenia

Szkolenie prowadzone jest metodą e-learningową i ma charakter samokształceniowy. Uczestnicy samodzielnie zapoznają się z proponowaną w ramach programu szkolenia literaturą przedmiotu i mają dostęp do wszystkich materiałów z chwilą rozpoczęcia szkolenia. Osoby uczestniczące w szkoleniu mogą w wybranym przez siebie tempie realizować treści kształcenia i zaliczać testy kończące poszczególne moduły.

Treści kształcenia podzielono na pięć modułów tematycznych. Każdy moduł zakończony jest testem. Każdy z testów składa się z 5 pytań o charakterze zamkniętym.

Na zakończenie szkolenia uczestnicy proszeni są o wypełnienie ankiety ewaluacyjnej.

I. Harmonogram szkolenia

Rozpoczęcie rekrutacji planowane jest na 21 grudnia 2022 r. i potrwa przez okres minimum tygodnia. Szkolenie realizowane będzie w terminie **od 9 stycznia 2023 r. do 31 stycznia 2023 r.** Po tym terminie do wszystkich uczestników szkolenia zostanie przesłana informacja zwrotna o zaliczeniu kursu.

Osoby uczestniczące w szkoleniu mogą w wybranym przez siebie tempie realizować treści kształcenia i zaliczać zadania testowe zgodnie z punktem *I. Kryteria oceniania i warunki ukończenia szkolenia*.

Orientacyjny czas przewidziany na pracę własną osób biorących udział w kursie to 15 godzin dydaktycznych.

J. Warunki ukończenia szkolenia

Warunkiem ukończenia szkolenia jest wykonanie wszystkich zadań kończących poszczególne moduły i uzyskanie z nich minimalnie 20 pkt. (z każdego modułu co najmniej 4 pkt.) oraz przystąpienie do testu końcowego (w maksymalnie 3 próbach) i uzyskanie w nim minimalnie 15 pkt.

K. Uwagi końcowe

- **Narzędzia stosowane podczas szkolenia**

Moderacja i organizacja szkolenia

Michalina Izdebska – 22 570 83 27, michalina.izdebska@ore.edu.pl

Wsparcie techniczne

Łukasz Gierek, e-mail: e-kursy@ore.edu.pl

*W razie problemów technicznych proszę o przesłanie wiadomości e-mail na powyższy adres, jednocześnie przesyłając DW: michalina.izdebska@ore.edu.pl

Komunikacja

Platforma Moodle, edytor tekstu (np. MS Word), poczta elektroniczna (np. MS Outlook Express).

Informacja

Przeglądarka internetowa – zalecana Mozilla Firefox (wersja 15).

Prezentacja

Edytor prezentacji (np. MS PowerPoint), zainstalowana wtyczka Adobe Flash Player.