



Wydział Wychowania i Profilaktyki

**Uczeń z zaburzeniami lękowymi.
Profilaktyka zaburzeń lękowych wśród dzieci i młodzieży
w szkole. III edycja**

Sylabus szkolenia e-learning

Warszawa 2023

SYLABUS

szkolenia e-learningowego

A. Informacje

Autor treści szkolenia: dr Lidia Zabłocka-Żytka, Jolanta Zawór

Opieka merytoryczna i opracowanie szkolenia: Jolanta Zawór

Wsparcie techniczne: Łukasz Gierek

Forma szkolenia: e-learning

Termin: 17.08-31.08.2023r.

B. Ogólny opis szkolenia

Szkolenie prowadzone jest metodą e-learningową i jest przeznaczone dla pracowników oświaty, którym zależy na zwiększaniu wiedzy w zakresie ochrony zdrowia psychicznego i profilaktyki zaburzeń lękowych.

C. Wymagania wstępne wobec uczestników

Szkolenie przeznaczone dla pracowników publicznych placówek doskonalenia nauczycieli, poradni psychologiczno-pedagogicznych, bibliotek pedagogicznych oraz szkół i placówek oświatowych.

D. Cele szkolenia

Cel ogólny: Zwiększenie skuteczności działań profilaktycznych pracowników szkół i placówek oświatowych z zakresu ochrony zdrowia psychicznego.

Cele szczegółowe:

1. Zapoznanie ze specyfiką lęku jako emocji i jej występowania wśród dzieci i młodzieży.
2. Zapoznanie ze sposobami identyfikacji występowania u dzieci i młodzieży objawów zaburzeń lękowych.
3. Przedstawienie sposobów postępowania w sytuacji podejrzenia występowania zaburzeń lękowych u uczniów.
4. Zaprezentowanie metod wspierania ucznia cierpiącego na zaburzenia lękowe i jego rodziny.
5. Wskazanie sposobów zadbania o własny dobrostan przez osoby dorosłe udzielające wsparcia uczniom.

E. Treści szkolenia

Tematyka poszczególnych modułów:

I Moduł: Emocje. Lęk i strach - czym są i skąd się biorą

- Emocje - czym są
- Różnice i podobieństwa między lękiem i strachem
- Naturalnie występujące lęki w okresach rozwojowych
- Źródła lęku

II Moduł: Kiedy emocje zaczynają przeszkadzać - kryteria diagnostyczne zaburzeń emocjonalnych

- Charakterystyka zaburzeń emocjonalnych
- Przykłady zaburzeń związanych z przeżywaniem lęku, które mogą pojawić się u dzieci i młodzieży w środowisku edukacyjnym

III Moduł: Pomoc dziecku z zaburzeniami lękowymi

- Zasady działania pracownika szkoły w zakresie reagowania na występujące u ucznia zaburzenia lękowe

IV Moduł: Wspieranie ucznia z zaburzeniami lękowymi przez pracowników szkoły

- Przykłady reakcji ze strony dorosłych, w tym nauczyciela, które mogą wzmacniać zachowania lękowe ucznia
- Postępowanie nauczyciela wspierające funkcjonowanie ucznia z zaburzeniami lękowymi

V Moduł: Dobrostan osoby wspierającej ucznia z zaburzeniami lękowymi

- Objawy wypalenia zawodowego
- Sugestie dotyczące dbania o wewnętrzną równowagę

F. Osiągnięcia uczestników, efekty

Aktywny udział w szkoleniu umożliwi:

- zrozumienie mechanizmów dotyczących powstawania lęku i strachu;
- zwiększenie świadomości w zakresie objawów zaburzeń lękowych, jakie mogą przejawiać się w zachowaniach uczniów;
- poszerzenie wiedzy o sposobach działania i wspierania ucznia cierpiącego na zaburzenia lękowe;
- przypomnienie, w jaki sposób nawiązywać i dbać o dobre relacje;
- inspirację, jak dbać o dobrostan swój i uczniów.

G. Kryteria oceniania

Uczestnicy szkolenia zapoznają się z materiałami zamieszczonymi na platformie www.e-kursy.ore.edu.pl z zastrzeżeniem terminów opisanych w punkcie *I. Harmonogram szkolenia*.

Warunkiem ukończenia szkolenia jest zapoznanie się z materiałami szkoleniowymi.

Osoby uczestniczące w kursie otrzymują do wypełnienia test kończący, za który mogą otrzymać maksymalnie 20 punktów. Pytania testowe nawiązują do zagadnień przedstawionych w treści kursu oraz materiałów załączonych do pytań. Na rozwiązanie testu końcowego przeznaczono 60 minut. Test składa się z 10 pytań, zaliczenie uzyskuje się po otrzymaniu progu minimum 75%, tj. 15 punktów. Do testu można podejść trzykrotnie. Trzecia nieudana próba rozwiązania testu końcowego będzie skutkować niezaliczeniem szkolenia.

H. Organizacja szkolenia

Osoby uczestniczące w szkoleniu mogą w wybranym przez siebie tempie realizować treści kształcenia, zapoznawać się z dodatkowymi materiałami oraz rozwiązywać test kończący.

Rekrutacja jest prowadzona w sposób ciągły, od 31 lipca i zakończy się 29 sierpnia 2023 r.

Orientacyjny czas przewidziany na pracę własną osób biorących udział w kursie to 10 godzin dydaktycznych (realizacja każdego z pięciu modułów oraz czas przeznaczony na wykonanie testu końcowego).

Kurs składa się z 5 modułów, poprzedzonych modułem wprowadzającym, w którym zaprezentowano zagadnienia pozwalające poszerzyć wiedzę z zakresu rozpoznawania oraz adekwatnego reagowania w sytuacji pracy z uczniem cierpiącym na zaburzenia lękowe. Materiały zawarte w e - kursie dostępne będą dla uczestników po zaliczeniu szkolenia i wypełnieniu ankiety ewaluacyjnej.

W szkoleniu mogą wziąć udział wyłącznie osoby, które wcześniej zapisały się na nie przez platformę www.szkolenia.ore.edu.pl. Wszystkie zapisane Osoby, które spełnią kryteria opisane w punkcie A otrzymają od kierownika formy doskonalenia instrukcję do logowania wraz z jednorazowym kodem dostępu.

Uczestnicy mają dostęp do wprowadzającego modułu z chwilą rozpoczęcia szkolenia. Po zapoznaniu się z nim udostępniony zostanie I moduł szkolenia. Każdy moduł składa się z prezentacji, zadania wprowadzającego w opisywane zagadnienia oraz materiałów zawierających treści merytoryczne. Przejście do następnego modułu jest możliwe po zapoznaniu się ze wszystkimi elementami zawartymi w poprzednim. Uczestnicy kursu są zachęceni do aktywności na forum uczestników - wymiany swoich doświadczeń oraz dzielenia się refleksjami dotyczącymi kursu.

Po ostatnim module Uczestnikom szkolenia udostępniony będzie test sprawdzający, kończący szkolenie. Pytania testowe nawiązują do zagadnień przedstawionych w treści kursu oraz materiałów załączonych do pytań.

Zaświadczenia będą dostępne do samodzielnego pobrania.

I. Harmonogram szkolenia

Szkolenie realizowane będzie od 17 do 31 sierpnia 2023 r.

Rekrutacja na szkolenie realizowana będzie w terminie 31 lipca – 29 sierpnia 2023 r.

Orientacyjny czas przewidziany na pracę własną na kursie to 10 godzin dydaktycznych.

J. Warunki ukończenia szkolenia

Aby uzyskać zaświadczenie ORE o ukończeniu formy doskonalenia zawodowego, należy do 31 sierpnia 2023 r. (do godziny 23.55):

- posiadać konto na platformie www.szkolenia.ore.edu.pl i zostać zakwalifikowanym na kurs,
- zapoznać się z materiałami szkoleniowymi zamieszczonymi na platformie,
- zaliczyć test końcowy, uzyskując co najmniej 15 z 20 punktów.

Zaświadczenia będą dostępne do samodzielnego pobrania i wydruku. Po zakończeniu szkolenia kierownik formy doskonalenia zweryfikuje uczestnictwo i wyśle instrukcję, w jaki sposób pobrać zaświadczenie. Szczegółowe informacje zostaną umieszczone na platformie www.e-kursy.ore.edu.pl i *Forum aktualności* kursu. Szkolenie kończy się dostępem do ankiety ewaluacyjnej.

K. Uwagi końcowe

Wsparcie w trakcie szkolenia:

Kontakt z osobą sprawującą merytoryczną opiekę nad szkoleniem możliwy jest od poniedziałku do piątku w godzinach od 8.00 do 13.00.

Prowadzący kurs (kierownik szkolenia): Jolanta Zawór (jolanta.zawor@ore.edu.pl)

- kontakty z Uczestnikami na platformie, udziela informacji w kwestiach merytorycznych.

Wsparcie techniczne: Łukasz Gierek (lukasz.gierek@ore.edu.pl)

- pomoc w zakresie logowania na platformie i rozwiązywanie problemów.

Narzędzia stosowane podczas szkolenia:

1. Platforma e-learningowa Moodle.
2. Poczta elektroniczna (np. MS Outlook Express).
3. Przeglądarka internetowa – zalecana Google Chrome (minimum wersja 64.0), Mozilla Firefox (minimum wersja 58.0).