

**Towarzystwo Profilaktyki i Przeciwdziałania Uzależnieniom w Toruniu** serdecznie zaprasza do wzięcia udziału w 2 dniowym szkoleniu, pn. **„Szkolenie kadry pedagogicznej z zakresu profilaktyki, wczesnej interwencji związanej z nadużywaniem nowych technologii wśród dzieci i młodzieży szkolnej”**.

Uczestnicy szkolenia zdobędą wiedzę i umiejętności w zakresie identyfikacji wczesnych symptomów i problemów związanych z nadużywaniem komputera, Internetu, mobilnych urządzeń cyfrowych, umiejętności przeprowadzenia interwencji profilaktycznych, ustalenia wstępnej diagnozy problemowej. Zdobędą wiedzę i umiejętności w zakresie udzielania pomocy psychologicznej, pedagogicznej rodzinom dzieci i młodzieży problemowo korzystającej z nowych technologii. Poznają sprawdzone profilaktyczne strategie wiodące i uzupełniające e – uzależnień, zwiększą swoje kompetencje w aspekcie motywowania dziecka do zmiany zachowania. Uczestnicy zostaną wyposażeni także w przydatne narzędzia do pracy, profilaktycznej, interwencyjnej, poznają aspekty prawne oraz sposoby postępowania w sytuacjach związanych z naruszeniem prawa z w/w obszarów.

Realizacja projektu ma na celu zwiększenie kompetencji kadry pedagogicznej szkół publicznych w zakresie rozpoznawania wczesnych problemów związanych z nadużywaniem nowych technologii wśród dzieci i młodzieży. Cel realizowany będzie poprzez wykłady i warsztaty szkoleniowe. Obejmuje **11 godzin wykładów i 10 godzin zajęć warsztatowych**, rozłożonych na **2 dni szkoleniowe** dla 1 grupy.

**Miejsce szkolenia: Toruń, ul. Jęczmienna 10/7, III piętro (jest winda)**

Szkolenie odbędzie się w formie stacjonarnej w następującym terminie:

**19-20.09.2024r.** – III grupa

**Uczestnicy nie ponoszą kosztów za udział w szkoleniu, obiadów, bufetu kawowego.**

**Koszty dojazdu oraz noclegów nie są zwracane przez organizatora.**

**Na zakończenie uczestnikom zostaną wręczone zaświadczenia potwierdzające udział w szkoleniu- warunkiem jest udział w pełnym wymiarze godzin szkolenia!**

**Pobierz formularz zgłoszeniowy**

<https://www.tppu.org/images/szkolenia2024Btppu.pdf>

**Zgłoszenie proszę przysłać najpóźniej do dnia 09.09.2024r. (decyduje kolejność zgłoszeń)**

Dodatkowych informacji udziela p. Anna Jakimiuk – [profilaktyka@tppu.org](mailto:profilaktyka@tppu.org)  
lub nr tel. 56 652 23 94, kom.608084261

## PROGRAM SZKOLENIA

### I dzień:

**8.30- 9.15 Wykład.** Czym są uzależnienia behawioralne i czym różnią się od uzależnień chemicznych, definicja, klasyfikacja, neurobiologia- *dr Jolanta Celebucka, certyfikowany specjalista psychoterapii uzależnień, WOTUiW (Wojewódzki Ośrodek Terapii Uzależnień i Współuzależnienia) Toruń*

**9.15- 10.00 Wykład.** Problemowe używanie nowych technologii wśród młodzieży. Wskazania dla profilaktyki. Gdzie zgłosić się po pomoc – obecne rozwiązania- *dr Jolanta Celebucka, certyfikowany specjalista psychoterapii uzależnień, WOTUiW Toruń*

### **10.00-10.15 Przerwa kawowa**

**10.15- 11.00 Wykład.** Przyczyny, czynniki ryzyka rozwoju uzależnienia, sygnały ostrzegawcze. Rodzaje czynników chroniących w zapobieganiu uzależnieniom behawioralnym –

*Mariola Kasprzycka, certyfikowany specjalista psychoterapii uzależnień, TPPU Toruń*

**11.00- 12.30 Warsztat.** Wczesna profilaktyka zachowań problemowych związanych z używaniem nowych technologii w ujęciu systemowym (strategie mogące zmniejszać zakres tych zjawisk i problemów z nimi związanych, w tym ograniczanie dostępności, informacja i edukacja, ograniczanie szkód, wczesna profilaktyka domowa - rola rodziny, szkoły, grupy rówieśniczej, itp.) -

**(przerwa w trakcie warsztatu)** *Mariola Kasprzycka, certyfikowany specjalista psychoterapii uzależnień, TPPU Toruń*

**12.30- 13.15 Wykład.** Rodzaje i charakterystyka zachowań związanych z nadużywaniem i uzależnieniem od Internetu, urządzeń ekranowych oraz zaburzeń współwystępujących. Nadmierne zaangażowanie w komputerowe gry akcji, najpopularniejsze rodzaje gier wśród dzieci i młodzieży szkolnej - *Rafał Kasprzycki, psycholog, specjalista psychoterapii uzależnień w trakcie certyfikacji, WOTUiW Toruń, TPPU*

### **13.15- 14.15 Przerwa na obiad**

**14.15- 15.00 Wykład.** Rodzaje wiodących i uzupełniających strategii profilaktycznych, interwencyjnych e - uzależnień, programy rekomendowane i dobre praktyki -*Mariola Kasprzycka, certyfikowany specjalista psychoterapii uzależnień, TPPU Toruń*

**15.00- 16.30 Warsztat.** Negatywne konsekwencje psychologiczne, społeczne i fizyczne problemowego używania nowych technologii (krótko i długoterminowe) – **(przerwa w trakcie warsztatu)** - *Rafał Kasprzycki, psycholog, specjalista psychoterapii uzależnień, WOTUiW Toruń, TPPU*

**16.30- 17.15 Wykład.** Zagrożenia społeczno-wychowawcze (cyberprzemoc, pedofilia w sieci, pornografia, sexting, cyberbulling, patostreaming, zjawisko FOMO, itp.) - analiza zjawiskai jego skali, ochrona przed uporczywym nękaniami, szkolne procedury interwencyjne, cyberprzemoc, stalking w Polsce jako czyn zabroniony, wybrane aspekty prawne - *Rafał Kasprzycki, psycholog, specjalista psychoterapii uzależnień, WOTUiW Toruń, TPPU*

**II dzień:** szkolenie poprowadzi Mariola Kasprzycka - TPPU Toruń

**8.30- 9.15 Wykład.** Etapy rozwoju uzależnienia od komputera, Internetu, gier online, mediów społecznościowych, kryteria diagnostyczne DSM-V i ICD 10/11, kwestionariusze, skale (IAS, BFAS) do oceny stopnia zaburzenia

**9.15 - 10.00 Wykład.** Kierunki wstępnej diagnozy problemu (metody i kryteria oceny, określenie celów zmiany)

**10.00 - 10.45 Wykład.** Motywowanie, ocena gotowości nastoletniego klienta do zmiany (model Prochaska, DiClemente, Dialog motywujący)

**10.45- 11.00 Przerwa kawowa**

**11.00- 12.30 Warsztat.** Studium przypadku - (analiza indywidualnych przypadków nastolatków z zaburzeniami grania w gry internetowe), diagnoza problemowego grania, nadużywania nowych technologii, kierunki i wskazania profilaktyczne, interwencyjne, rola rodziny.

**12.30- 13.15 Wykład.** Praca nad odzyskaniem lub poprawą samokontroli (przykłady arkuszy zadaniowych, planów dnia, prowadzenie codziennego dzienniczka zajęć - zwiększenie samoświadomości, praca nad samokontrolą, sporządzenie tabeli korzyści i szkód płynących

z korzystania z nowych technologii (ćwiczenia te mają pomóc dzieciom i młodzieży w pełniejszym postrzeganiu własnego korzystania z urządzeń ekranowych oraz zmian zachodzących w zachowaniu). Monitorowanie postępów zmiany u nastoletnich klientów, praca ze skalą

**13.15 - 14.15 Przerwa na obiad**

**14.15- 15.45 Warsztat.** Trening nowych zachowań, alternatywne formy, strategie wprowadzania zmian (przywrócenie kontroli nad zachowaniem, które przynosi przykre konsekwencje, pokazanie innych sposobów na sytuacje, kiedy „ciągnie” do komputera, smartfona, rozpoznawania sygnałów ostrzegawczych może skutecznie pomóc poradzić sobie z nawrotem problemów, nauka zdrowego życia emocjonalnego (radzenie sobie ze stresem, konstruktywne wyrażanie uczuć)

**15.45- 17.15 Warsztat.** Sposoby bezpiecznego używania komputera, internetu przez dzieci

i młodzież, pozytywne wykorzystanie mediów cyfrowych (**przerwa w trakcie warsztatu**)

**17.15- 18.00 Wykład.** Rola rodziny w profilaktyce zachowań problemowych, rozwijanie umiejętności wychowawczych (elementy podejścia systemowego, profilaktyka pozytywna)

**18.00- 18.15** Podsumowanie i ewaluacja szkolenia (arkusz ewaluacyjny, informacje zwrotne). Wręczenie zaświadczeń uczestnikom szkolenia.

Zadanie dofinansowane ze środków Funduszu Rozwiązywania Problemów Hazardowych na zlecenie Krajowego Centrum Przeciwdziałania Uzależnieniom



Ministerstwo  
Zdrowia



**NPZ**  
NARODOWY PROGRAM ZDROWIA



**KCPU**  
Krajowe Centrum  
Przeciwdziałania Uzależnieniom