

Szkolenie realizatorów programów profilaktycznych, pedagogów z zakresu profilaktyki, wczesnej interwencji uzależnień behawioralnych - Czerwiec 2026

Szanowni Państwo,

Towarzystwo Profilaktyki i Przeciwdziałania Uzależnieniom w Toruniu serdecznie zaprasza do wzięcia udziału w 2 dniowym szkoleniu, pn.: „Szkolenie realizatorów programów profilaktycznych, pedagogów z zakresu profilaktyki, wczesnej interwencji uzależnień behawioralnych”.

Szkolenie przeznaczone jest dla realizatorów programów profilaktycznych z całej Polski zajmujących się profilaktyką, przeciwdziałaniem uzależnieniom behawioralnym – pedagogów, psychologów szkolnych, nauczycieli.

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 wiedzy kompetencji zawodowych uczestników szkolenia w zakresie rozpoznawania wczesnych problemów związanych z nadużywaniem nowych technologii przez dzieci i młodzież**. Cel realizowany będzie poprzez wykłady i warsztaty szkoleniowe. Obejmuje **12 godzin wykładów i 7 godzin zajęć warsztatowych**, rozłożonych na **2 dni szkoleniowe** dla 1 grupy, które odbędzie się w formie **ON-LINE** w następującym terminie:

18-19.06.2026r. (I grupa)

Proszę zapoznać się z zasadami uczestnictwa w szkoleniu, które są dostępne pod programem szkolenia.

Zgłoszenie proszę przysłać najpóźniej do dnia 12.06.2026r. (decyduje kolejność zgłoszeń)

Dodatkowych informacji udziela p. Anna Jakimiuk – profilaktyka@tppu.org
lub nr tel. 56 652 23 94, kom. 608084261

Pobierz formularz zgłoszeniowy

PROGRAM SZKOLENIA

I dzień:

9:00–9:45 Wykład. Czym są uzależnienia behawioralne i czym różnią się od uzależnień chemicznych, definicja, klasyfikacja, neurobiologia - *dr Jolanta Celebucka specjalista psychoterapii uzależnień, WOTUiW (Wojewódzki Ośrodek Terapii Uzależnień i Współuzależnienia) Toruń*

9:45–10:30 Wykład. Problemowe używanie nowych technologii wśród młodzieży. Wskazania dla profilaktyki. Gdzie zgłosić się po pomoc – obecne rozwiązania - *dr Jolanta Celebucka, specjalista psychoterapii uzależnień, WOTUiW Toruń*

10:30–10:45 Przerwa kawowa

10:45–11:30 Wykład. Przyczyny, czynniki ryzyka rozwoju uzależnienia, sygnały ostrzegawcze. Rodzaje czynników chroniących w zapobieganiu uzależnieniom behawioralnym – *mgr Mariola Kasprzycka, specjalista psychoterapii uzależnień, TPPU Toruń*

11:30–13:00 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 12:15**) *mgr Mariola Kasprzycka, specjalista psychoterapii uzależnień, TPPU Toruń*

13:00–13:45 Wykład Zagrożenia fizyczne, społeczne i psychologiczne problemowego korzystania z nowych technologii– *mgr Rafał Kasprzycki, psycholog, specjalista psychoterapii uzależnień, WOTUiW Toruń, TPPU*

13:45–14:45 Przerwa obiadowa

14:45–15:30 Wykład Cyberprzemoc, sexting, patostreaming, FOMO – analiza zjawiska i jego skali, wybrane aspekty prawne, szkolne procedury interwencyjne – *mgr Rafał Kasprzycki, psycholog, specjalista psychoterapii uzależnień, WOTUiW Toruń, TPPU*

15:30-16:15 Wykład Rodzaje wiodących i uzupełniających strategii profilaktycznych, interwencyjnych e-uzależnień, programy rekomendowane i dobre praktyki - *mgr Mariola Kasprzycka, certyfikowany specjalista psychoterapii uzależnień, TPPU Toruń*

16:15–17:00 Warsztat Debata oksfordzka „Świat wirtualny w rozwoju dzieci i młodzieży – szansa czy zagrożenie?” - *mgr Rafał Kasprzycki, psycholog, specjalista psychoterapii uzależnień, WOTUiW Toruń, TPPU*

17:00–17:15 – Przerwa kawowa

17:15–18:00 Wykład Rodzaje i charakterystyka zachowań związanych z nadużywaniem Internetu oraz urządzeń ekranowych wśród dzieci i młodzieży szkolnej. Przegląd najpopularniejszych rodzajów gier wideo i występujących w nich zjawisk – mikropłatności, lootboxy e-sport, rekomendacje dla rodziców – *mgr Rafał Kasprzycki, psycholog, specjalista psychoterapii uzależnień, WOTUiW Toruń, TPPU*

II dzień: szkolenie poprowadzi Mariola Kasprzycka - TPPU Toruń

9:00–9:45 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.

9:45–10:30 Wykład. Kierunki wstępnej diagnozy problemu (metody i kryteria oceny, określenie celów zmiany).

10:30–10:45 Przerwa kawowa

10:45–11:30 Wykład. Motywowanie, ocena gotowości nastoletniego klienta do zmiany (model Prochaska, DiClemente, Dialog motywujący).

11:30–13:00 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 (**przerwa w trakcie warsztatu 12:15**).

13:00–13:45 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.

13:45–14:45 Przerwa obiadowa

14:45–16:15 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).

16:15–16:30 Przerwa kawowa

16:30–17:15 Wykład Rola rodziny w profilaktyce zachowań problemowych, rozwijanie umiejętności wychowawczych (elementy podejścia systemowego, profilaktyka pozytywna)

17:15–17:30 Podsumowanie i ewaluacja szkolenia (arkusz ewaluacyjny, informacje zwrotne).

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

Ministerstwo
Zdrowia



Szanowni Państwo,

Ważne informacje dotyczące udziału w szkoleniu z uzależnień behawioralnych W FORMIE ONLINE

Prosimy o uważne zapoznanie się z ich treścią.

1. Szkolenie będzie prowadzone w programie Clickmeeting, który jest w języku polskim, można go uruchomić na każdej przeglądarce internetowej. **Ważne, żebyście Państwo mieli dostęp do dobrego łącza internetowego, zarówno na komputerze stacjonarnym jak i na urządzeniach mobilnych (unikniemy problemów technicznych). Na dzień przed szkoleniem wyślemy Państwu link do zalogowania się, żebyście mogli się zarejestrować oraz popatrzeć jak wyglądają funkcje programu klikając na „YES”.**
2. **Link aktywacyjny zostanie wysłany najpóźniej dzień przed szkoleniem- PROSIMY SPRAWDZIĆ FOLDER SPAM.**
3. Prezenterzy/szkoleniowcy na bieżąco będą także informować o funkcjach, które będą używane podczas szkolenia.
4. **Dostęp na urządzeniach do kamerki i mikrofonu obowiązkowy!!** (ponieważ będą warsztaty i podział na grupy/ pokoje, warunek: **musi być włączona** kamerka lub mikrofon).
5. Warunek: **Udział w pełnym 2 dniowym szkoleniu** (sprawdzone będą obecności w postaci poproszenia Państwa o włączenie kamerki lub mikrofonu, czy pisanie na czacie).
6. Dopuszczalna możliwość nieobecności **to 10 % (ok. 2-3 godziny), szkolenie trwa łącznie ok.19 godzin.**
7. Prosimy o przemyślenie udziału, żeby nie blokować dostępu dla innych uczestników, jeżeli nie jesteście Państwo w stanie wywiązać się z tych zasad.
8. **Zaświadczenia i materiały szkoleniowe, zostaną przesłane tylko tym osobom, które będą uczestniczyć w całości szkolenia (dopuszczalna nieobecność ok. 2-3 godziny w ciągu dwóch dni szkoleniowych).**

Z poważaniem

Mariola Kasprzycka, Prezes TPPU