



UNIwersytet
Warszawski



INICJATYWA DOSKONAŁOŚCI
UCZELNIA
BADAWCZA

Program szkolenia

Tytuł szkolenia	Jak wspierać osoby w kryzysie zdrowia psychicznego
Adresaci kursu	Pracownicy i pracowniczki administracji
Informacje dotyczące prowadzących szkolenie:	
Imię i nazwisko, kontakt	Katarzyna Stankiewicz, katarzyna.stankiewicz@uw.edu.pl Anna Augustyniak, a.augustyniak2@uw.edu.pl
Informacje dotyczące szkolenia:	
Liczba godzin dydaktycznych	16 godzin
Termin szkolenia	11 i 12 maja 2023
Godziny zajęć	9:00-17:00
Miejsce prowadzenia zajęć	ECEG Chęciny
Rodzaj prowadzonych zajęć	Warsztaty
Cele szkolenia	Cel ogólny: podniesienie poziomu wiedzy na temat kryzysu zdrowia psychicznego



UNIwersytet
Warszawski



INICJATYWA DOSKONAŁOŚCI
UCZELNIA
BADAWCZA

Cele szczegółowe:

- rozwijanie umiejętności rozpoznawania osób doświadczających kryzysu,
- budowanie świadomości i uwrażliwienia na problematykę kryzysów psychicznych,
- udoskonalenie narzędzi komunikacyjnych w rozmowie z osobą w kryzysie zdrowia psychicznego,
- wskazanie miejsc, gdzie można udać się po pomoc w sytuacji kontaktu z osobą w kryzysie.



UNIwersytet
Warszawski



Opis programu zajęć

Szkolenie będzie obejmować psychoedukację w zakresie kontaktu z osobą w kryzysie zdrowia psychicznego.

Skupimy się głównie na kryzysie zagrożenia życia, depresji oraz zaburzeniach lękowych.

Omówimy objawy kryzysu, sygnały ostrzegawcze i drogi reagowania.

Szkolenie ma charakter edukacyjno-warsztatowy, miniwykłady będą przeplatane pracą w podgrupach i ćwiczeniami doskonalącymi umiejętności rozmowy i nawiązywania kontaktu z osobą w kryzysie.

Warsztat będzie także obejmował pracę własną.

Będzie również przestrzeń na zadawanie pytań.



UNIwersytet
Warszawski



Efekty kształcenia:

Po ukończeniu szkolenia uczestnik/ uczestniczka:

1. Wie czym jest kryzys psychiczny, oraz potrafi rozpoznać jego sygnały i objawy
2. Potrafi zareagować w adekwatny i bezpieczny sposób na dostrzeżony kryzys psychiczny,
3. Ma wiedzę dotyczącą poszczególnych trudności natury psychologicznej (zaburzenia depresyjno-lękowe, kryzys samobójczy)
4. Jest świadomy jak czują się i funkcjonują osoby w kryzysie
5. Wie, gdzie udać się po pomoc

Metody pracy:

- Wykłady psychoedukacyjne,
- praca w podgrupach, w parach,
- dyskusja na forum,
- studia przypadków,
- odgrywanie scenek (modelowani)
- filmiki edukacyjne
- ćwiczenia mentalizacyjne.

Metody weryfikacji efektów kształcenia:

- I. Pre post test**
- II. Ankieta ewaluacyjna**

Program przygotowany przez: Katarzyna Stankiewicz, Anna Augustyniak