

# ZABURZENIA LĘKOWE U DZIECI I MŁODZIEŻY

## Plan szkolenia

### Zaburzenia lękowe u dzieci i młodzieży

Strach, lęk to emocje, które są z człowiekiem od zarania dziejów. W pewnych okresach rozwojowych pojawiają się w sposób naturalny, w innych stanowią zaburzenie. Obecnie zaburzenia lękowe u dzieci i młodzieży występują dość często i stanowią niekiedy bardzo duży problem dla rodziców. Lęk może być objawem wielu chorób, dlatego tak ważna jest odpowiednia diagnoza. Celem kursu z zakresu zaburzeń lękowych dzieci i młodzieży jest umożliwienie uczestnikowi uzyskania lub poszerzenia wiedzy w zakresie rodzajów i sposobów radzenia sobie z lękiem. W trakcie kursu zostaną omówione takie zagadnienia jak: lęk separacyjny, fobie, lęk napadowy, zespół lęku uogólnionego (GAD), zaburzenia obsesyjno - kompulsyjne OCD oraz zaburzenia stresowe pourazowe PTSD. Oczywiście należy pamiętać, że pogłębienie wiedzy z zakresu zaburzeń lękowych i umiejętności rozpoznawania niepokojących sygnałów nie zastąpi wizyty u specjalisty. W przypadku problemów dziecka w tym aspekcie należy zgłosić się do psychologa.

## PYTANIA, KTÓRE DOCZEKAJĄ SIĘ ODPOWIEDZI

?

- Czym jest i jakie mogą być przyczyny lęku separacyjnego?
- Co oznacza skrót PTSD?
- Na czym polega leczenie fobii?
- Czy zaburzenie lęku panicznego może być dziedziczne?
- Czym jest GAD?
- Czym są obsesje i kompulsje?

## KOMU W SZCZEGÓLNOŚCI DEDYKUJEMY SZKOLENIE?

\*\*\*

- wszystkim osobom zainteresowanym tematyką zaburzeń lękowych u dzieci i młodzieży,
- psychologom, pedagogom,
- wychowawcom i nauczycielom,
- rodzicom, dzięki czemu będą oni mogli lepiej zrozumieć istotę omawianego zagadnienia i pomóc młodym ludziom.

## CELE SZKOLENIA

!

- zdobycie wiedzy na temat zaburzeń lękowych,
- zdobycie wiedzy na temat różnych rodzajów fobii,
- zdobycie wiedzy na temat diagnozowania i metod leczenia zaburzeń lękowych,
- umiejętność rozpoznawania niepokojących sygnałów u dzieci i młodzieży.

## SPOSOBY REALIZACJI CELÓW

- self-learning
- platforma Moodle,
- training materials (pdf),
- control questions after each module,
- online assessment tests (online)

## KORZYŚCI DLA UCZESTNIKÓW

\$

### Wiedza

**W1 - Wiedza o problematyce lęku, zaburzeniach lękowych i metodach pomocy pacjentom.**

**W2 - Znajomość pochodzenia tej grupy zaburzeń oraz przyczyn ich rozwoju.**

**W3 - Znajomość objawów lęku separacyjnego u dzieci i młodzieży.**

**W4 - Znajomość kryteriów rozpoznawania fobii, lęku separacyjnego, lęku napadowego oraz innych zaburzeń z tej grupy**

## KORZYŚCI DLA UCZESTNIKÓW

\$

### Umiejętności

**U1 - Umiejętność posługiwania się nomenklaturą charakterystyczną dla psychologów zajmujących się głównie zaburzeniami lękowymi.**

**U2 - Umiejętność rozróżnienia, zdiagnozowania poszczególnych zaburzeń lękowych.**

**U3 - Umiejętność przeprowadzania rozmów diagnostycznych z dziećmi i dorosłymi.**

**U4 - Umiejętność odróżnienia lęku od strachu.**

## KORZYŚCI DLA UCZESTNIKÓW

\$

### Kompetencje społeczne

**K1 - Profesjonalizm w działaniu, odpowiedzialność za pacjentów.**

**K2 - Chęć pogłębiania wiedzy z zakresu zaburzeń lękowych.**

**K3 - Empatia wobec dzieci i młodzieży i ze zrozumienie ich problemów.**

## WYMAGANIA WSTĘPNE DLA UCZESTNIKÓW

**Wiedza:** Brak

**Umiejętności:** Ze względu na specyfikę organizacji zajęć, które przybierają formę e-learningu, wymagana jest podstawowa znajomość obsługi komputera i przeglądarek internetowych.

## INWESTUJĄC W SZKOLENIE OTRZYMASZ

dostęp do platformy  
szkoleniowej  
(indywidualne konto),

imienny dyplom i  
zaświadczenie o  
ukończeniu kursu,

możliwość zniżki na  
kolejne szkolenia.

## O AUTORZE

**dr n. med. Aleksandra Walczak - Tręda** - absolwentka psychologii na Uniwersytecie Łódzkim oraz studiów doktoranckich na Uniwersytecie Medycznym w Łodzi w Klinice Zaburzeń Afektywnych i Psychotycznych. Psycholog z wieloletnim stażem w zakresie pomocy psychologicznej dzieciom i dorosłym. Specjalizuje się w pomocy z zakresu problematyki stresu, zaburzeń lękowych i traumy. Posiada Ogólny Certyfikat z Psychotraumatologii ESTSS.

# Szczegółowy plan szkolenia

## Moduł 1 Lęk separacyjny

1. Lęk – wprowadzenie 1.1. Jak bronimy się przed lękiem? 2. Czym jest lęk separacyjny?
3. Przyczyny lęku separacyjnego 4. Występowanie lęku separacyjnego a inne zaburzenia
5. Rozpowszechnienie lęku separacyjnego 6. Diagnoza lęku separacyjnego
7. Objawy lęku separacyjnego 8. Lęk separacyjny w czasie epidemii
- 8.1. Pokonywanie lęku 9. Leczenie lęku separacyjnego

## Moduł 2 Fobie u dzieci i młodzieży

1. Agorafobia 1.1. Czym jest fobia i jak przebiega? 1.2. Jak dzielimy zaburzenia lękowe w postaci fobii?
- 1.3. Czym jest agorafobia 1.4. Rozpowszechnienie agorafobii 1.5. Agorafobia u dzieci i młodzieży – przyczyny
- 1.6. Objawy agorafobii 1.7. Kto rozpoznaje agorafobię? 1.8. Leczenie agorafobii
2. Fobia społeczna 2.1. Czym jest fobia społeczna? 2.2. Rozpowszechnienie fobii społecznej u dzieci i młodzieży
- 2.3. Fobia społeczna – przyczyny 2.4. Objawy fobii społecznej u dzieci i młodzieży
- 2.5. Jak klasyfikujemy i jakie są kryteria rozpoznawania fobii społecznej w dzieciństwie?
- 2.6. Kto diagnozuje i leczy lęk społeczny w dzieciństwie? 2.7. Leczenie lęku społecznego w dzieciństwie
3. Fobie specyficzne 3.1. Co to są specyficzne (izolowane) postacie fobii 3.2. Jak dzielimy fobie specyficzne?
- 3.3. Jakie są przyczyny powstawania fobii specyficznych? 3.4. Rozpowszechnienie fobii specyficznej u dzieci
- 3.5. Jakie są objawy fobii specyficznej? 3.6. Kiedy rozpoznajemy fobię specyficzną i kto ją diagnozuje?
- 3.7. Na czym polega leczenie fobii?

## Moduł 3 Zaburzenie lękowe z napadami lęku (lęk paniczny)

1. Zaburzenie lękowe z napadami lęku (lęk paniczny)
- 1.1. Zaburzenie lękowe z napadami lęku (lęk paniczny) - charakterystyka ogólna
- 1.2. Przyczyny zaburzenia lękowego z napadami lęku (lęk paniczny)
- 1.3. Rozpowszechnienie zaburzenia lękowego z napadami lęku (lęku panicznego)
- 1.4. Objawy zaburzenia lękowego z napadami lęku (lęku panicznego)
- 1.5. Mechanizm zaburzenia lękowego z napadami lęku (lęku panicznego)
- 1.6. Choroby współistniejące z zaburzeniem lękowym z napadami lęku (lęku panicznego)
- 1.7. Kryteria rozpoznawania zaburzenia lękowego z napadami lęku (lęku panicznego)
- 1.8. Diagnoza zaburzenia lękowego z napadami lęku (lęku panicznego) u dzieci i młodzieży
- 1.9. Leczenie zaburzenia lękowego z napadami lęku (lęku panicznego)
- 1.10. Wybrane powikłania zaburzenia lękowego z napadami lęku (lęku panicznego) u dzieci i młodzieży

## **Moduł 4 Zaburzenie lękowe uogólnione u dzieci i młodzieży**

1. Zaburzenie lękowe uogólnione u dzieci i młodzieży
  - 1.1. Czym jest zaburzenie lękowe uogólnione – charakterystyka ogólna
  - 1.2. Charakterystyka dzieci i młodzieży przeżywających lęk
  - 1.3. Rozpowszechnienie uogólnionego zaburzenia lękowego
  - 1.4. Przyczyny zaburzenia lękowego uogólnionego
  - 1.5. Objawy uogólnionego zaburzenia lękowego
  - 1.6. Kto diagnozuje zaburzenie lękowe uogólnione u dzieci i młodzieży
  - 1.7. Kryteria rozpoznawania według różnych klasyfikacji
  - 1.8. Współwystępowanie innych zaburzeń psychicznych
    - 1.9. Leczenie zaburzenia lękowego uogólnionego
    - 1.9.1. Ogólne zasady leczenia zaburzeń lękowych
    - 1.9.2. Farmakoterapia
    - 1.9.3. Psychoterapia

## **Moduł 5 Inne zaburzenia związane z lękiem u dzieci i młodzieży**

1. Zaburzenie obsesyjno kompulsyjne u dzieci i młodzieży
  - 1.1. Czym są zaburzenia obsesyjno-kompulsyjne?
  - 1.2. Jak jest rozpowszechnienie OCD u dzieci i młodzieży?
  - 1.3. Jakie są przyczyny zaburzenia obsesyjno-kompulsyjnego?
  - 1.4. Jakie są objawy zaburzenia obsesyjno-kompulsyjnego?
  - 1.5. Kto diagnozuje zaburzenie obsesyjno-kompulsyjne?
  - 1.6. Kiedy rozpoznajemy zaburzenie obsesyjno-kompulsyjne ?
  - 1.7. Leczenie i powikłania zaburzenia obsesyjno-kompulsyjnego
2. PTSD u dzieci i młodzieży – zarys
  - 2.1. Czym jest PTSD – rys historyczny
  - 2.2. Rozpowszechnienie PTSD u dzieci i młodzieży
  - 2.3. Przyczyny PTSD u dzieci i młodzieży
  - 2.4. Kryteria rozpoznawania PTSD w poszczególnych grupach wiekowych
  - 2.5. Objawy PTSD u dzieci i młodzieży
  - 2.6. Zachowanie dziecka po urazie psychicznym
  - 2.7. Leczenie PTSD u dzieci i młodzieży

Czas trwania kursu: **30 godzin** (Podana liczba godzin to szacunkowy czas potrzebny na całościowe opanowanie materiału, udzielenie odpowiedzi na pomocnicze pytania kontrolne oraz bezbłędne rozwiązanie testów sprawdzających).

Aby zakupić kurs zapraszamy na stronę [www.crp.wroclaw.pl](http://www.crp.wroclaw.pl)