

## Harmonogram – 2020

### Dzień I

#### 9.00 -14.00 ADAM WOJAKIEWICZ

#### Uzależnienia behawioralne (etiologia, mechanizmy uzależnienia, objawy, funkcjonowanie psychospołeczne, skutki) - wykład 6 h

##### 1. Wprowadzenie do problematyki uzależnień behawioralnych – wykład 2h

- a) Definicja uzależnień behawioralnych
- b) Uzależnienia behawioralne a uzależnienia od substancji psychoaktywnych
- c) Etiologia
  - czynniki biologiczno-genetyczne
  - czynniki społeczne
  - czynniki psychologiczne

##### 2. Uzależnienie od hazardu, hazard problemowy i patologiczny - wykład 1h

- a) Zaburzenia uprawiania hazardu
  - definicja i kryteria
  - formy i fazy
  - narzędzia diagnostyczne
  - mechanizmy odpowiedzialne za uzależnienie
  - jak grać rekreacyjnie?
- b) E-hazard

##### 3. Zespół uzależnienia od Internetu - wykład 1h

- a) Komputer i internet
- b) Granie w gry
- c) Cyberseks

##### 4. Inne zaburzenia kompulsywne – wykład 2h

- a) Kompulsywne kupowanie
- b) Pracoholizm
- c) Uzależnienie od ćwiczeń fizycznych
- d) Ortoreksja
- e) Tanoreksja

## **Dzień II**

**9.00 – 15.30 ADAM WOJAKIEWICZ**

### **Terapia uzależnień behawioralnych 8 h**

#### **1. Terapia poznawczo-behawioralna (CBT) wykład 2 h**

- a) Wprowadzenie
- b) Założenia
- c) Model poznawczy
- d) Struktura terapii
- e) Ocena skuteczności

#### **2. Dialog motywujący wykład 2 h**

- a) Główne idee Dialogu Motywującego

#### **3. Zastosowanie Dialogu motywującego warsztat 2h**

#### **4. Inne podejścia terapeutyczne wykład 2 h**

- a) Terapie systemowe
- b) Transteoretyczny model zmiany
- c) Terapia redukcji szkód
- d) Interwencje kryzysowe
- e) Inne metody psychokorekcyjne
- f) Farmakoterapia

## **Dzień III**

### **9.00 – 17.00 LUCYNA ŚWIĄTEK**

#### **Formy pomocy osoba uzależnionym behawioralnie 12 h**

##### **1. Przegląd przykładowych strategii terapeutycznych, wykład 3 h**

- a) Hazard – „dziesięć kluczowych kroków”, zmodyfikowana wersja terapii poznawczo-behawioralnej, zmodyfikowana wersja CBT, program do pracy w grupie Trimeridian wg The Way Back INN
- b) Kompulsywne kupowanie – zmodyfikowana wersja CBT, zmodyfikowana wersja terapii poznawczo-behawioralnej
- c) Internet – ustrukturyzowana terapia poznawcza, poznawczo-behawioralna terapia uzależnienia od internetu
- d) Cyberseks – redukcja szkód

##### **2. Strategie terapeutyczne w praktyce – warsztat 5 h**

##### **3. Koncepcje i poziomy profilaktyki - wykład 1h**

- a) - profilaktyka uniwersalna
- b) - profilaktyka selektywna
- c) - profilaktyka wskazująca
- d) Profilaktyczne strategie środowiskowe – interwencje na poziomie społeczeństw (i systemów)

##### **4. Strategie profilaktyczne – warsztat 3h**

- a) - strategie informacyjne
- b) - strategie edukacyjne
- c) - strategie działań alternatywnych
- d) - strategie interwencyjne
- e) - strategie zmian środowiskowych
- f) - strategie zmian przepisów

## **Dzień IV**

### **9.00 – 16.30 LUCYNA ŚWIĄTEK**

#### **Koncepcje i metody profilaktyki uzależnień behawioralnych 9 h**

- 1. Czynniki chroniące i czynniki ryzyka – wykład 1h**
- 2. Standardy w profilaktyce – wykład 1h**
- 3. Tworzenie programów profilaktyki uzależnień behawioralnych dla różnych grup wiekowych warsztat 5 h - praca w grupach mająca na celu stworzenie programu profilaktycznego w oparciu o poniższe etapy:**
  - a) Zdefiniowanie grupy docelowej
  - b) Zastosowanie modelu teoretycznego
  - c) Określenie celów strategicznych, programowych i cząstkowych
  - d) Określenie miejsca realizacji
  - e) Odwołanie się do dowodów skuteczności
  - f) Ustalenie harmonogramu
  - g) Zaplanowanie programu – przedstawienie planu projektu
- 4. Przegląd programów profilaktycznych – wykład 2h**
  - a) - Unplugged
  - b) - Stawiam na siebie
  - c) - Facing the odds: the mathematics of gambling and other risks
  - d) - Trening zarządzania sobą
  - e) - Jak żyć z ludźmi
  - f) - Owce w sieci