

## **TREŚCI:**

1. Trudności i wyzwania okresu dzieciństwa i dorastania,
2. Charakterystyka depresji w wieku dziecięcym i okresie dorastania,
3. Depresja a inne trudności wieku dziecięcego: niska samoocena, używki, uzależnienia behawioralne,
4. Samobójstwa i autoagresja dzieci i młodzieży,
5. Wsparcie w depresji, terapia, leczenie, hospitalizacja.

## **CELE:**

1. Nabycie umiejętności wstępnego rozpoznania objawów depresyjnych i obniżonego nastroju.
1. Poprawa umiejętności radzenia sobie w sytuacjach kryzysowych.
2. Rozszerzenie wiedzy dot. funkcjonowania osób w wieku dziecięcym, ze szczególnym uwzględnieniem osób zmagających się z depresją, obniżonym nastrojem.
3. Rozszerzenie wiedzy dot. wsparcia terapeutycznego dzieci i młodzieży z trudnościami w warunkach szkolnych.
4. Rozszerzenie wiedzy na temat związku pomiędzy zaburzeniami depresyjnymi, depresją, a innymi zachowaniami problemowymi (uzależnienia, samookaleczenia).
5. Nabycie nowych technik pracy z dziećmi i młodzieżą z trudnościami.
6. Zdobycie kompetencji wspierających efektywną pracę z dziećmi i młodzieżą z trudnościami.

## **Biogram:**

**Mateusz Rainka** – psycholog, terapeuta Terapii Skoncentrowanej na Rozwiązaniach (BSFT), specjalista psychoterapii uzależnień w procesie certyfikacji. Psycholog w Powiatowym Centrum Pomocy Rodzinie oraz Poradni Zdrowia Psychicznego dla Dzieci i Młodzieży. Praktyk Metody Kids' Skills, Certyfikowany Trener Treningu Zastępowania Agresji, absolwent Studium Terapii Dzieci i Młodzieży w Dolnośląskim Centrum Psychoterapii.