

# Kurs: Jak zapobiegać samookaleczeniom i innym zachowaniom destrukcyjnym?

## Sylabus kursu

---

Liczba godzin: **60**

Termin: **5 tygodni**

Forma prowadzenia zajęć: wszystkie zajęcia prowadzone są w trybie [on-line](#).

### Opis kursu:

Przedmiotem kursu jest poszerzenie przez nauczyciela – wychowawcę wiedzy z zakresu zachowań destrukcyjnych.

### Uczestnicy kursu:

Kurs jest przeznaczony dla wszystkich osób zainteresowanych tematyką szkolenia, pragnących wzbogacić swój warsztat pracy. W szczególności kurs jest skierowany do nauczycieli, wychowawców, terapeutów pedagogicznych, dyrektorów, kadry kierowniczej, pedagogów, psychologów.

**Dostęp do materiałów kursowych jest bezpłatny.**

### Cele kursu:

#### **CELE KURSU:**

##### **Cel ogólny:**

Poszerzenie wiedzy z zakresu zachowań destrukcyjnych.

##### **Cele szczegółowe:**

Po ukończeniu kursu uczestnik:

1. Poszerzy wiedzę dotyczącą zachowań destrukcyjnych.
2. Pozna przyczyny zachowań destrukcyjnych
3. Poszerzy wiedzę dotyczącą samookaleczeń, uzależnień o komputera, Internetu i substancji psychoaktywnych, zaburzeń odżywiania i agresji.
4. Zwiększy bazę narzędzi o nowe, bardziej efektywne metody pracy.
5. Nauczy się stosować w praktyce wybrane techniki i narzędzia, których celem jest zapobieganie zachowaniom destrukcyjnym.

## Organizacja kursu:

Kurs składa się z 5 modułów realizowanych przez internet w rytmie co tydzień. Łącznie więc kurs obejmuje 5 tygodni. Co tydzień będą udostępniane nowe materiały do studiowania i zadania online. Po każdym module odbywają się testy, a niekiedy wykonywane są zadania/ ćwiczenia dodatkowe.

Nie wszystkie zadania są obowiązkowe. Kurs kończy się egzaminem on-line (dla osób, które pragną otrzymać certyfikat). Materiały kursu zostały podzielone na materiały podstawowe (obowiązkowe) oraz uzupełniające.

### Konsultacje online w sprawach merytorycznych:

Pytania można zadawać pisząc na email: [info@edumach.pl](mailto:info@edumach.pl) Pytania są potem kierowane do autora kursu, który w razie potrzeby udziela na nie odpowiedzi.

## Program i harmonogram kursu:

Moduły kursu	Treść kursu
<b>Moduł 1:</b> <b>Wiek adolescencji.</b> 18.05.2026 - 25.05.2026 r.	1. Normalne niekontrolowane zachowania 2. Zachowania przy których zapala się światełko ostrzegawcze 3. Style radzenia sobie ze sztywnymi przekonaniem 4. Baza narzędzi do wykorzystania w pracy z uczniem
<b>Moduł 2:</b> <b>Zachowania destrukcyjne.</b> 25.05.2026 - 01.06.2026 r.	1. Najczęstsze przyczyny zachowań destrukcyjnych 2. Wskazówki do postępowania wobec dzieci przejawiających zachowania destrukcyjne 3. Rodzaje zachowań destrukcyjnych 4. Baza narzędzi do wykorzystania w pracy z uczniem.
<b>Moduł 3:</b> <b>Samookaleczenie</b> 01.06.2026 - 08.06.2026 r.	1. Co mogą komunikować samookaleczenia? 2. Negatywne zachowania zastępcze 3. Pozytywne zachowania zastępcze. 4. Narzędzia.
<b>Moduł 4:</b> <b>Uzależnienie od komputera i Internetu oraz używek</b> 08.06.2026 - 15.06.2026 r.	1. Dlaczego młodzież sięga używki? 2. Komputer i Internet – przyczyny i objawy uzależnienia 3. Wpływ depresji na zachowanie destrukcyjne 4. Baza narzędzi do wykorzystania w pracy z uczniem
<b>Moduł 5:</b> <b>Agresja i zaburzenia odżywiania.</b> 15.06.2026 - 22.06.2026 r.	1. Przyczyny zachowań agresywnych. 2. Co daje anoreksja i jakie potrzeby zaspokaja. 3. Jak zapobiegać zaburzeniom odżywiania 4. Baza narzędzi do wykorzystania w pracy z uczniem.

**EGZAMIN KOŃCOWY**  
**15.06.2026 - 22.06.2026 r.**

obowiązkowy w przypadku potrzeby otrzymania zaświadczenia

Rodzaje aktywności wymagane w poszczególnych modułach kursu (nie wszystkie w każdym module):

- przeczytać obowiązkowe materiały,
- rozwiązać test tj. odpowiedzieć na kilka pytań związanych z kursem (obowiązkowe w przypadku potrzeby otrzymania zaświadczenia o ukończeniu kursu),
- wziąć udział w dyskusji na forum (zadanie dodatkowe),
- wykonać ćwiczenie/ zadanie dodatkowe (nieobowiązkowe),
- obejrzeć filmik,
- wykonać ćwiczenia do samokontroli,
- odwiedzić podane strony internetowe.

## Warunki zaliczenia i uzyskania certyfikatu:

Warunki zaliczenia kursu i uzyskania zaświadczenia są następujące:

- wzięcie udziału w 5 mini-testach online z każdego modułu (wynik testu nie ma wpływu na zaliczenie kursu),
- uzyskanie pozytywnej oceny z egzaminu końcowego. Warunkiem udziału w egzaminie online jest:
  - ◆ zaliczenie testów z poszczególnych modułów,
  - ◆ przesłanie zgłoszenia na egzamin,
  - ◆ opłacenie egzaminu i certyfikatu (**65 zł. za certyfikat w wersji elektronicznej lub 75 zł. za certyfikat w wersji papierowej i elektronicznej**).

## Uwagi końcowe:

Wszelkie problemy techniczne i inne związane z organizacją kursu należy zgłaszać drogą elektroniczną na adres: [info@edumach.pl](mailto:info@edumach.pl) Zgłaszane problemy będą grupowane tematycznie, dwa razy w tygodniu udzielana będzie odpowiedź na forum na daną grupę pytań.

## Prawa autorskie:

Prawa autorskie kursu zastrzeżone. SCE EDU-MACH Sp. z o. o. udziela zezwolenia na korzystanie z materiałów kursowych w celach związanych z uczestnictwem w kursie. Korzystanie z kursu i materiałów autorskich twórcy, w tym ich zwielokrotnianie i dalsze rozpowszechnianie, dla innych celów wymaga wyraźnego zezwolenia naszej firmy, chyba że możliwość korzystania wynika z przepisów ustawy o prawie autorskim i prawach pokrewnych (dozwolony użytek). Korzystanie z materiałów autorskich wymaga w każdym przypadku podania nazwy firmy: Specjalistyczne Centrum Edukacji EDU-MACH Sp. z o. o.