

# Kurs: **Depresja u dzieci i młodzieży. Zadania nauczyciela i wychowawcy**

## Sylabus kursu

---

Liczba godzin: **60**

Termin: **5 tygodni**

Forma prowadzenia zajęć: wszystkie zajęcia prowadzone są w trybie **on-line**.

### Opis kursu:

Nauczyciele uczestniczący w kursie dowiedzą się:

- Czym jest depresja u dzieci i młodzieży i jakie są jej objawy
- Jak postępować z uczniem z depresją i jak wspomóc jego rodziców

### Uczestnicy kursu:

Kurs jest przeznaczony dla wszystkich osób zainteresowanych tematyką kursu, pragnących nauczyć zwiększyć swoją wiedzę i umiejętności, aby umieć pracować z uczniem z depresją. Nauczycieli szkół podstawowych, ponadpodstawowych, pedagogów i psychologów.

#### **1. Dostęp do materiałów kursowych jest bezpłatny.**

### Cele kursu:

**Cel ogólny:** Poszerzenie wiedzy na temat depresji dzieci i młodzieży.

**Po ukończeniu kursu uczestnik:** Po ukończeniu kursu uczestnik:

1. poszerzy wiedzę dotyczącą przyczyn depresji;
2. rozwinie umiejętność rozpoznawania depresji u ucznia;
3. poszerzy wiedzę na temat samobójstw oraz zachowań mylnych z depresją;
4. zwiększy kompetencje w zakresie wspierania uczniów z depresją;
5. poszerzy bazę metod do pracy z uczniem z depresją i jego rodzicami..

### 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:**

Konsultacje odbywają się na forum ogólnym kursu.

Pytania uczestników są grupowane wg pojawiających się problemów i udzielna jest raz w tygodniu odpowiedź na forum.

#### **Program i harmonogram kursu:**

<i>Moduły kursu</i>	<i>Treść kursu</i>
<b>Moduł 1: ABC depresji</b> 18.05.2026 - 25.05.2026 r.	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Jak rozpoznać depresję?</li> <li>2. Przyczyny depresji.</li> <li>3. Jak rozmawiać z uczniem z depresją?</li> <li>4. Uczeń z depresją a chodzenie do szkoły.</li> </ol>
<b>Moduł 2: Psychoedukacja rodziców ucznia z depresją</b> 25.05.2026 - 01.06.2026 r.	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Emocjonalne koszty depresji w rodzinie – jak sobie radzić?</li> <li>2. Komunikacja z dzieckiem z depresją.</li> <li>3. Jak chwalić i dowartościowywać?</li> <li>4. Higiena snu.</li> </ol>
<b>Moduł 3: Jak pracować z uczniem z depresją? Profilaktyka zdrowia psychicznego.</b> 01.06.2026 - 08.06.2026 r.	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Narzędzia do pracy z uczniem.</li> </ol>
<b>Moduł 4: Depresja a zachowania</b> 08.06.2026 - 15.06.2026 r.	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Sięganie po używki.</li> <li>2. Korzystanie z internetu.</li> <li>3. Anoreksja.</li> <li>4. Jak nie depresja, to co?</li> </ol>
<b>Moduł 5: Samobójstwa.</b> 15.06.2026 - 22.06.2026 r.	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Motywy podejmowania prób samobójczych.</li> <li>2. Czynniki ryzyka.</li> <li>3. Jak wyłapać niepokojące sygnały?</li> <li>4. Kiedy i jak reagować?</li> </ol>
<b>EGZAMIN KOŃCOWY</b> 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.