

Dolnośląskie Centrum
Psychoterapii

Dolnośląskie

Centrum

Psychoterapii Sp. z
o.o.

★★★★☆ 4,4 / 5

6 ocen

**Trudności lękowe w relacjach społecznych
dzieci i młodzieży – diagnoza oraz
interwencje CBT w pracy indywidualnej i
grupowej.**

Numer usługi 2026/08/28/7281/3774810

🏠 Usługa szkoleniowa

📄 zdalna w czasie rzeczywistym

👥 Zajęcia grupowe

🕒 09:00 h

📅 06.09.2026 do 07.09.2026

499,00 PLN brutto

405,69 PLN netto

55,44 PLN brutto/h

45,08 PLN netto/h

166,67 PLN cena rynkowa ⓘ

Informacje podstawowe

Kategoria	Zdrowie i medycyna / Psychologia i rozwój osobisty
Grupa docelowa usługi	• Psychologowie • Pedagogowie • Pracownicy Socjalni • Nauczyciele • Lekarze • Pracownicy opieki zdrowotnej
Minimalna liczba uczestników	10
Maksymalna liczba uczestników	30
Data zakończenia rekrutacji	04-09-2026
Forma prowadzenia usługi	zdalna w czasie rzeczywistym
Podstawa uzyskania wpisu do BUR	Certyfikat systemu zarządzania jakością wg. ISO 9001:2015 (PN-EN ISO 9001:2015) - w zakresie usług szkoleniowych

Cel

Cel edukacyjny

- zdobycie wiedzy dot. rozwojowego kontekstu trudności społecznych,
- zdobycie umiejętności różnicowania normy rozwojowej od zaburzeń lękowych,
- rozwinięcie kompetencji w zakresie diagnozy lęku społecznego i fobii,
- umiejętność planowania interwencji CBT w pracy indywidualnej i grupowej,
- zwiększenie skuteczności pracy z unikaniem i niską samooceną.

Celem nadrzędnym jest podniesienie jakości oddziaływań terapeutycznych wobec dzieci i młodzieży z trudnościami w funkcjonowaniu społecznym.

Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
- charakteryzuje specyfikę rozwoju emocjonalnego i społecznego dzieci oraz młodzieży, różnicuje nieśmiałość od zaburzenia lęku społecznego i fobii, - identyfikuje mechanizmy poznawcze i behawioralne podtrzymujące lęk społeczny, przeprowadza diagnozę funkcjonowania społecznego oraz ocenia nasilenie lęku, - planuje interwencje CBT dostosowane do wieku i możliwości dziecka, stosuje techniki poznawcze w pracy z myślami automatycznymi i zniekształceniami poznawczymi, - planuje i prowadzi ekspozycję w sposób bezpieczny i stopniowany, - wykorzystuje elementy terapii grupowej w pracy nad kompetencjami społecznymi, - stosuje strategie wzmacniające poczucie sprawstwa i samoocenę dziecka lub nastolatka, - analizuje przypadki kliniczne oraz dobiera i planuje adekwatne strategie interwencji.	- Charakteryzuje rozwój emocjonalny i społeczny dzieci i młodzieży – wskazuje kluczowe prawidłowości rozwojowe.	Wywiad swobodny
	- Różnicuje nieśmiałość, lęk społeczny i fobię – wskazuje cechy charakterystyczne poszczególnych trudności.	Wywiad ustrukturyzowany
	- Identyfikuje mechanizmy podtrzymujące lęk społeczny – wskazuje mechanizmy poznawcze i behawioralne.	
	- Przeprowadza diagnozę funkcjonowania społecznego i nasilenia lęku – dobiera adekwatne metody i narzędzia diagnostyczne.	Obserwacja w warunkach symulowanych
	- Planuje interwencje CBT – dobiera techniki odpowiednie do wieku i możliwości dziecka.	Debata swobodna
	- Stosuje techniki poznawcze – rozpoznaje myśli automatyczne i zniekształcenia poznawcze oraz dobiera sposoby ich modyfikacji.	
	- Planuje i prowadzi ekspozycję – tworzy hierarchię sytuacji lękowych i dobiera stopień trudności.	Analiza dowodów i deklaracji
	- Wykorzystuje elementy terapii grupowej – dobiera ćwiczenia rozwijające kompetencje społeczne.	
	- Wzmacnia poczucie sprawstwa i samoocenę – dobiera strategie wzmacniające zasoby dziecka lub nastolatka.	
	- Analizuje przypadki kliniczne – formułuje cele i dobiera adekwatne strategie interwencji.	

Kwalifikacje

Kompetencje

Usługa prowadzi do nabycia kompetencji.

Warunki uznania kompetencji

Pytanie 1. Czy dokument potwierdzający uzyskanie kompetencji lub wyrażnie z nim powiązane inne dokumenty związane ze wsparciem zawierają opis efektów uczenia się?

TAK

Pytanie 2. Czy dokument lub wyrażnie z nim powiązane inne dokumenty związane ze wsparciem potwierdzają, że walidacja została przeprowadzona w oparciu o zdefiniowane w efektach uczenia się kryteria ich weryfikacji i zgodnie z zaplanowanymi metodami walidacji?

TAK

Pytanie 3. Czy dokument lub wyrażnie z nim powiązane inne dokumenty związane ze wsparciem potwierdzają zastosowanie rozwiązań zapewniających rozdzielenie procesów kształcenia i szkolenia od walidacji?

TAK

Program

1. **Rozwój psychologiczny dzieci i młodzieży w kontekście trudności lękowych**a) Charakterystyka funkcjonowania emocjonalnego i społecznego, kluczowe potrzeby i zadania rozwojowe.b) Trudności rozwojowe – granica między normą a zaburzeniem.
2. **Nieśmiałość jako trudność w funkcjonowaniu społecznym**a) Czynniki biologiczne i temperamentalne.b) Uwarunkowania osobowościowe.c) Wpływ środowiska rodzinnego i szkolnego.d) Diagnoza nieśmiałości – aktywność społeczna, kompetencje społeczne, samoocena.e) Strategie terapeutyczne w pracy z dziećmi i młodzieżą doświadczającymi nieśmiałości.
3. **Lęk społeczny u dzieci i młodzieży**a) Kryteria diagnostyczne zaburzenia lęku społecznego.b) Mechanizmy powstawania i podtrzymywania zaburzenia.c) Leczenie i terapia lęku społecznego w nurcie CBT.
4. **Fobie w wieku rozwojowym**a) Kryteria diagnostyczne fobii u dzieci i młodzieży.b) Czynniki etiologiczne i mechanizmy utrwalania lęku.c) Skuteczne metody leczenia i terapii fobii.
5. **Terapia grupowa w zaburzeniach lękowych dzieci i młodzieży** Cele treningów grupowych, zasady prowadzenia, dobór technik terapeutycznych.
6. **Techniki poznawcze w terapii zaburzeń lękowych** Praca z myślami automatycznymi, przekonaniami i zniekształceniami poznawczymi.
7. **Techniki ekspozycyjne w terapii zaburzeń lękowych** Planowanie i prowadzenie ekspozycji dostosowanej do wieku i możliwości dziecka.
8. **Wzmacnianie kompetencji społecznych i samooceny** Budowanie poczucia własnej wartości i sprawczości u dzieci i młodzieży z trudnościami lękowymi.
9. **Analiza przypadku klinicznego – część warsztatowa** Praca na przykładach klinicznych, planowanie interwencji terapeutycznej.
10. **Superwizja przypadków uczestników** Omówienie trudności terapeutycznych, wspólne poszukiwanie rozwiązań.

Harmonogram

Liczba pozycji harmonogramu: 4

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
1 z 4 Trudności lękowe w relacjach społecznych dzieci i młodzieży – diagnoza oraz interwencje CBT w pracy indywidualnej i grupowej.	Zajęcia	Agnieszka Juszczyk-Mirek	06-09-2026	09:00	13:00	04:00
2 z 4 -	Przerwa	-	06-09-2026	13:00	14:00	01:00
3 z 4 Trudności lękowe w relacjach społecznych dzieci i młodzieży – diagnoza oraz interwencje CBT w pracy indywidualnej i grupowej.	Zajęcia	Agnieszka Juszczyk-Mirek	06-09-2026	14:00	17:00	03:00
4 z 4 -	Walidacja	-	07-09-2026	08:00	09:00	01:00

Podsumowanie

Rodzaj godzin	Liczba godzin
Suma godzin zegarowych usługi	09:00
w tym suma godzin zajęć	07:00
w tym suma godzin walidacji	01:00
w tym suma przerw	01:00
Suma godzin dydaktycznych bez przerw	10:30

Cennik

Jeżeli korzystasz z dofinansowania i usługa stanowi usługę kształcenia zawodowego lub przekwalifikowania zawodowego wraz z usługą lub dostawą towarów ściśle związaną z usługami kształcenia zawodowego lub przekwalifikowania zawodowego to możesz mieć możliwość skorzystania za zwolnienia z podatku VAT na

podstawie art. 43 ust. 1 pkt 29 lit. c ustawy z dnia 11 marca 2024 r. o podatku od towarów i usług, jeśli usługa w całości jest finansowana ze środków publicznych lub § 3 ust. 1 pkt 14 rozporządzenia Ministra Finansów z dnia 20 grudnia 2013 r. w sprawie zwolnień od podatku od towarów i usług oraz warunków stosowania tych zwolnień w przypadku, gdy usługa jest finansowana w co najmniej 70% ze środków publicznych.

Cennik

Rodzaj ceny	Cena
Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	499,00 PLN
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	405,69 PLN
Koszt osobogodziny brutto	55,44 PLN
Koszt osobogodziny netto	45,08 PLN

Liczba godzin usługi

Rodzaj godzin	Liczba godzin
Liczba godzin zegarowych usługi	09:00

Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



1 z 1

Agnieszka Juszczuk-Mirek

Agnieszka Juszczuk-Mirek jest doświadczoną psycholog, seksuolog i psychoterapeutką, od 23 lat aktywnie pracującą klinicznie oraz szkoleniowo z osobami dorosłymi, dziećmi i młodzieżą. Od wielu lat prowadzi specjalistyczne szkolenia dla psychologów, psychoterapeutów i innych profesjonalistów, cenione za wysoki poziom merytoryczny, kliniczną rzetelność oraz umiejętne łączenie teorii z praktyką terapeutyczną.

Jest dyplomowanym psychologiem oraz seksuologiem, certyfikowanym psychoterapeutą systemowym (certyfikat nr 112), certyfikowanym psychoterapeutą poznawczo-behawioralnym Polskiego Towarzystwa Terapii Poznawczo-Behawioralnej (PTTPB) (certyfikat nr 1822), a także psychoterapeutą Terapii Schematów certyfikowanym przez International Society of Schema Therapy (ISST). Posiada również kwalifikacje certyfikowanego interwenta kryzysowego Polskiego Towarzystwa Interwencji Kryzysowej, co stanowi istotne zaplecze w pracy z pacjentami w ostrych kryzysach psychicznych i zagrożeniu życia.

Informacje dodatkowe

Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Materiały i dane dostępne do szkolenia umieszczane są na portalu szkoleniowym: <https://dcp.wroclaw.pl/szkolenia>

Materiały i dane dostępne do szkolenia umieszczane są na portalu szkoleniowym: <https://dcp.wroclaw.pl/szkolenia>

Przed rozpoczęciem szkolenia konieczne jest zapisanie się na nie przez nasz portal szkoleniowy.

Informacje dodatkowe

Cześć teoretyczna stanowi 50% szkolenia.

Część Praktyczna stanowi 50% szkolenia.

Warunki techniczne

Dostęp do platformy ZOOM.

Posiadanie urządzenia z dostępem do internetu, kamery i mikrofonu.

Obecność na zajęciach weryfikowana jest na podstawie raportu logowań platformy ZOOM.

Kontakt



PIOTR MIREK

E-mail piotr.mirek@dcp.wroclaw.pl

Telefon (+48) 713 323 670