

◊ **Webinar: 18 lutego 2026 r. - mgr Katarzyna Wodyńska**

Temat: „Depresja i tendencje samobójcze dzieci i młodzieży. Depresja – rozpoznanie i symptomatologia”

Harmonogram:

Depresja dziecięca

- 1. Specyfika depresji dziecięcej:**
 - Różnice między "smutkiem" a jednostką chorobową.
 - Maski depresji: agresja, drażliwość, pogorszenie ocen, dolegliwości somatyczne (ból brzucha, głowy).
- 2. Czynniki ryzyka i chroniące:**
 - Rola relacji rówieśniczych i sytuacji rodzinnej.
 - Wpływ mediów społecznościowych i cyberprzestrzeni na dobrostan psychiczny.
- 3. Diagnoza:**
 - Narzędzia przesiewowe dostępne dla pedagogów.
 - Jak rozmawiać z rodzicami o podejrzeniu depresji u dziecka.

Zachowania suicydalne i autoagresja

- 1. Dynamika kryzysu samobójczego:**
 - Rozróżnienie między samookaleczeniami a próbą samobójczą.
 - Sygnały ostrzegawcze (tzw. "wołanie o pomoc"): werbalne i niewerbalne.
- 2. Mity i fakty:**
 - Czy rozmowa o samobójstwie może do niego skłonić? (Obalenie mitów).
- 3. Ocena poziomu zagrożenia**

Leczenie i formy wsparcia specjalistycznego

- 1. Ścieżka leczenia:**
 - Rola psychoterapii oraz farmakoterapii.
 - Jak wygląda hospitalizacja psychiatryczna i kiedy jest niezbędna?
- 2. Wsparcie po powrocie**
 - Dostosowanie wymagań edukacyjnych dla ucznia w trakcie leczenia.

Algorytmy pomocy i procedury interwencyjne

- 1. Interwencja kryzysowa krok po kroku:**
 - Zasady "Pierwszej Pomocy Emocjonalnej".
 - Zabezpieczenie i kontakt z służbami medycznymi (112).
- 2. Procedury prawne i administracyjne:**
 - Uruchomienie szkolnej procedury kryzysowej.
 - Współpraca z poradnią psychologiczno-pedagogiczną i policją.
 - Zalecenia dla rodziców i opiekunów.
- 3. Postwępcja:**
 - Działania w przypadku dokonanej próby samobójczej w grupie rówieśniczej.

mgr Katarzyna Wodyńska

Mgr psychologii, spec. seksuologii klinicznej, terapeuta rodzinny i par, spec. diagnozy i terapii zaburzeń osobowości, pracy socjalnej, interwent kryzysowy, trener/wykładowca akademicki. Doświadczenie zdobywała współpracując z aresztem śledczym, ośrodkami pomocy społecznej, poradnią psychologiczną, placówkami opiekuńczo-wychowawczymi, hospicjami, schroniskami dla osób w kryzysie bezdomności, zakładem aktywności zawodowej dla osób z niepełnosprawnościami, będąc kuratorem sądowym, oraz pełniąc funkcje kierownicze w schronisku dla osób w kryzysie bezdomności, oraz ośrodka integracji społecznej. Wykonując

pracę etatową jednocześnie pracowała prowadząc diagnozę psychologiczną i zawodową, terapię indywidualną, rodzinną i par w NZOZ. W ostatnich latach rozwijała się zawodowo współpracując z działami HR dużych organizacji w zakresie wspierania procesów rekrutacyjnych, prowadząc mediacje pracownicze, szkoląc kadry menedżerskie m.in. w zakresie zarządzania, przeciwdziałaniu mobbingowi.