Centrum Medycznego
Kształcenia Podyplomowego

PROGRAM KURSU DOSKONALĄCEGO DLA INSTRUKTORÓW TERAPII UZALEŻNIEŃ

w ramach doskonalenia zawodowego

Zatwierdzam
z upoważnienia Ministra Zdrowia
Urszula Demkow
Podsekretarz Stanu
/dokument podpisany elektronicznie/

Warszawa 2025

Program kursu doskonalącego opracowali:

1. Mgr Iwona Kołodziejczyk – przedstawiciel Rady Superwizorów Psychoterapii Uzależnień, przewodnicząca Zespołu Ekspertów;
2. Mgr Kamila Mędrykiewicz-Duda – przedstawiciel Rady Superwizorów Psychoterapii Uzależnień;
3. Mgr Iwona Bodziony – przedstawiciel Rady Superwizorów Psychoterapii Uzależnień;
4. Mgr Grzegorz Święch – przedstawiciel Związku Zawodowego Pracowników Lecznictwa Psychiatrycznego i Uzależnień;
5. Mgr Karol Mrozowski – przedstawiciel Związku Zawodowego Pracowników Lecznictwa Psychiatrycznego i Uzależnień;
6. Mgr Urszula Blicharz – ekspert w obszarze metodyki i dydaktyki.

A. Cel ogólny kształcenia

Kurs doskonalący w ramach doskonalenia zawodowego instruktorów terapii uzależnień ma na celu pogłębienie i aktualizację wiedzy oraz umiejętności zawodowych niezbędnych do wykonywania zawodu instruktora terapii uzależnień.
Program może obejmować także wybrane treści z obszarów psychopatologii, komunikacji klinicznej, teorii relacji czy pracy z ciałem, jednak **mają one na celu wyłącznie poszerzenie rozumienia kontekstu funkcjonowania pacjenta**, zgodnie z zakresem zadań instruktora terapii uzależnień, a **nie mają na celu wyposażania uczestników w kompetencje wykraczające poza ich uprawnienia zawodowe**.

Szczegółowe cele kształcenia

1. Pogłębienie wiedzy na temat charakterystyki uzależnień behawioralnych.
2. Poszerzenie wiedzy związanej ze specyfiką objawową poszczególnych uzależnień behawioralnych.
3. Pogłębienie wiedzy w zakresie specyficznych potrzeb pacjentów uzależnionych behawioralnie.
4. Rozwijanie kompetencji w zakresie udzielania wsparcia osobom uzależnionym

behawioralnie (radzenie sobie z głodem np. tworzenie planu alternatywnych zachowań).

5. Rozwijanie umiejętności w zakresie rozpoznawania symptomów uzależnień behawioralnych, takich jak: patologiczny hazard, uzależnienie od internetu, uzależnienie od telefonu, uzależnienie od gier komputerowych w celu wykorzystania nabytej wiedzy przy realizacji zadań psychoedukacyjnych.
6. Doskonalenie umiejętności w zakresie motywowania do zmiany zachowań i do podjęcia psychoterapii.
7. Rozwijanie kompetencji w zakresie psychoedukacji osób uzależnionych behawioralnie.
8. Rozwijanie umiejętności w zakresie planowania i realizacji oddziaływań psychoedukacyjnych w zakresie specyficznym dla danego typu uzależnienia behawioralnego.
9. Poszerzenie wiedzy na temat zagadnień prawnych w uzależnieniach behawioralnych.

B. Czas trwania kursu

Łączny czas trwania kursu wynosi 4 dni i obejmuje 32 godziny dydaktyczne wraz z zaliczeniem kursu.
Dziennie kurs powinien obejmować nie więcej niż 8 godzin dydaktycznych (1 godzina dydaktyczna = 45 min.). Kurs doskonalący jest realizowany w formie zajęć teoretycznych w wymiarze 12 godzin dydaktycznych oraz zajęć praktycznych w wymiarze 19 godzin dydaktycznych, przy czym forma realizacji w zakresie podziału godzin teorii i praktyki w poszczególnych dniach pozostaje w gestii organizatora kursu.

C. Sposób organizacji szkolenia

Kurs doskonalący mogą prowadzić podmioty, które uzyskały wpis na listę podmiotów uprawnionych do prowadzenia kursu doskonalącego i spełniają warunki określone w ustawie o niektórych zawodach medycznych. Organizator kursu zobowiązany jest spełnić poniższe wymogi dotyczące kadry dydaktycznej, bazy dydaktycznej i sprzętu dydaktycznego.

- **Kadra dydaktyczna**

Osobami uprawnionymi do prowadzenia zajęć teoretycznych i praktycznych podczas kursu doskonalącego są:

- osoba posiadająca tytuł specjalisty w dziedzinie psychoterapii uzależnień – zakres prowadzonych tematów: Wprowadzenie do tematyki uzależnień behawioralnych, Uzależnienie od sieci, Patologiczny hazard – zjawisko psychologiczne i społeczne
- osoba posiadająca certyfikat specjalisty psychoterapii uzależnień – zakres prowadzonych tematów: Wprowadzenie do tematyki uzależnień behawioralnych, Uzależnienie od sieci, Patologiczny hazard – zjawisko psychologiczne i społeczne;
- lekarz specjalista w dziedzinie psychiatrii – zakres prowadzonych tematów: Diagnoza i klasyfikacja uzależnień behawioralnych.

- **Baza dydaktyczna**

Organizator kursu doskonalącego zobowiązany jest zapewnić kursantom dostęp do:

- sali wykładowej wyposażonej w urządzenia multimedialne,
- sal ćwiczeniowych dostosowanych do liczby osób w grupach ćwiczeniowych.

- **Sprzęt dydaktyczny**
  - Flipcharty,
  - Rzutniki,
  - Sprzęt do odtwarzania multimediów.

D. Plan kształcenia

Lp.	Treści kształcenia	Liczba godzin teoretycznych	Liczba godzin praktycznych	Liczba godzin ogółem
1	Wprowadzenie do tematyki uzależnień behawioralnych	3	3	6

Lp.	Treści kształcenia	Liczba godzin teoretycznych	Liczba godzin praktycznych	Liczba godzin ogółem
2	Diagnoza i klasyfikacja uzależnień behawioralnych	3	2	5
3	Uzależnienie od sieci	3	7	10
4	Patologiczny hazard – zjawisko psychologiczne i społeczne	3	7	10
Czas trwania zajęć dydaktycznych		**12**	**19**	**31**
Zaliczenie kursu			1	1
Ogółem czas trwania kursu		**12**	**20**	**32**

E. Treści kształcenia i oczekiwane wyniki kształcenia

1. Wprowadzenie do tematyki uzależnień behawioralnych

1) Wstęp do etiologii klinicznej uzależnień behawioralnych.
2) Specyfika uzależnień behawioralnych: podstawowe definicje i rodzaje zachowań nałogowych.
3) Rozumienie uzależnień behawioralnych w kontekście podstawowych koncepcji psychologicznych.
4) Funkcjonowanie osoby uzależnionej behawioralnie.
5) Profilaktyka i terapia uzależnień behawioralnych.
6) Obraz problemu uzależnień behawioralnych w Polsce na podstawie badań.

Oczekiwane wyniki kształcenia

Oczekuje się, że w wyniku realizacji kształcenia uczestnik wykaże się wiedzą i umiejętnościami praktycznymi w zakresie:

1) dostarczenia wiedzy na temat kryteriów diagnostycznych uzależnień behawioralnych w kontekście klasyfikacji medycznych;

2) znajomości specyfiki uzależnień behawioralnych oraz podstawowej wiedzy, dotyczącej udzielania efektywnej pomocy osobom uzależnionym;
3) rozróżnienia rodzajów uzależnień behawioralnych;
4) analizowania uzależnienia behawioralnego w kontekście podstawowych koncepcji psychologicznych;
5) analizowania funkcjonowania osoby uzależnionej od zachowań lub czynności oraz znajomości form pomocy osobom uzależnionym behawioralnie;
6) posługiwania się źródłami badawczymi, publikacjami oraz źródłami internetowymi, opisującymi problem uzależnień behawioralnych w Polsce.

2. Diagnoza i klasyfikacja uzależnień behawioralnych

1) Diagnoza nozologiczna uzależnień behawioralnych według klasyfikacji ICD 10 i ICD 11 – podobieństwa i różnice.
2) Kryteria diagnostyczne zaburzeń związanych z hazardem oraz z uzależnieniem od sieci i ich wykorzystanie w motywowaniu do terapii.
3) Diagnoza problemowa i kliniczna uzależnień behawioralnych i jej wykorzystanie w planowaniu oddziaływań psychoedukacyjnych i treningu zmiany zachowań.
4) Znaczenie całościowej diagnozy uzależniania behawioralnego we współpracy interdyscyplinarnej.

Oczekiwane wyniki kształcenia

Oczekuje się, że w wyniku realizacji kształcenia uczestnik wykaże się wiedzą w zakresie:

1) ogólnych zasad i kryteriów diagnozy nozologicznej uzależnień behawioralnych według klasyfikacji ICD 10 i ICD 11;
2) kluczowych obszarów diagnozy problemowej danego uzależnienia behawioralnego oraz istotnych, z punktu widzenia etiologii i rozwoju danego uzależnienia behawioralnego, faktów i wydarzeń z historii życia pacjenta.

Oczekuje się, że w wyniku realizacji kształcenia uczestnik wykaże się umiejętnościami praktycznymi w zakresie:

1) wczesnej identyfikacji osób potrzebujących pomocy w zakresie potencjalnego uzależnienia behawioralnego w oparciu o rozpoznane symptomy mogące świadczyć o problemie związanym z uzależnieniem behawioralnym;

2) wykorzystania specjalistycznej diagnozy klinicznej do prowadzenia rozmowy motywującej do podjęcia psychoterapii uzależnienia behawioralnego;
3) przeprowadzenia rozmowy kierowanej w celu rozpoznania aktualnych problemów pacjenta w celu określenia pożądanych obszarów do współpracy interdyscyplinarnej;
4) wykorzystywania wyników całościowej diagnozy uzależnienia behawioralnego do planowania oddziaływań psychoedukacyjnych i prowadzenia (pod nadzorem specjalisty psychoterapii uzależnień) warsztatów umiejętności społecznych wspomagających proces psychoterapii uzależnienia behawioralnego.

3. Uzależnienie od sieci

1) Charakterystyka uzależnienia od sieci – formy, rozpowszechnienie, dynamika.
2) Diagnoza uzależnienia od sieci w kontekście klasyfikacji ICD-10 i ICD-11.
3) Kompensacyjny wymiar uzależnienia od sieci ze względu na dominujące aktywności.
4) Czynniki predestynujące do rozwoju uzależnienia od sieci.
5) Specyfika rozwoju, przebiegu i terapii uzależnienia od sieci u pacjentów dorosłych oraz dzieci i młodzieży.
6) Cele terapeutyczne oraz zasady konstruowania bezpiecznego modelu korzystania z sieci.

Oczekiwane wyniki kształcenia

Oczekuje się, że w wyniku realizacji kształcenia uczestnik wykaże się wiedzą i umiejętnościami praktycznymi w zakresie:

1) znajomości specyfiki uzależnienia od sieci, realnej funkcji poszczególnych jego form oraz zakresu rozpowszechnienia zaburzeń;
2) rozpoznawania obecności konkretnych przejawów uzależnienia od sieci w kontekście klasyfikacji ICD-10 i ICD-11 w celu efektywnego realizowania aktywnych elementów psychoedukacji;
3) prowadzenia psychoedukacji pacjenta w kontekście charakterystyki kryteriów uzależnienia od sieci;
4) rozpoznawania zależności między inter i intrapsychicznymi deficytami pacjenta, a dominującą formą uzależnienia od sieci;

5) prowadzenia psychoedukacji pacjenta w odniesieniu do współzależności między określonymi formami uzależnienia od sieci, a osobistymi deficytami pacjenta zdiagnozowanymi przez specjalistów;
6) znajomości podstawowych czynników predestynujących do rozwoju uzależnienia od sieci i genezy ich powstawania;
7) rozpoznawania niezdolności do kontrolowanego korzystania z sieci w sposób adekwatny do specyfiki zaburzenia;
8) znajomości zasadniczych etapów rozwoju uzależnienia od sieci;
9) prowadzenia psychoedukacji w kontekście zasadniczych etapów rozwoju uzależnienia od sieci;
10) określania funkcji i zasad konstruowania bezpiecznego modelu korzystania z sieci;
11) wspierania pacjenta w procesie konstruowania bezpiecznego modelu korzystania z sieci.

4. Patologiczny hazard – zjawisko psychologiczne i społeczne

1) Definicja i rodzaje hazardu (hazard problemowy i hazard patologiczny) –- w kontekście klasyfikacji ICD 10 i ICD-11, kryteria i narzędzia diagnostyczne.
2) Czynniki predestynujące do uzależnienia od hazardu (mechanizmy poznawcze, czynniki emocjonalne, osobowościowe i neurobiologiczne).
3) Programy psychoterapii hazardu.

Oczekiwane wyniki kształcenia

Oczekuje się, że w wyniku realizacji kształcenia uczestnik wykaże się wiedzą w zakresie:

1) ogólnych zasad i kryteriów diagnozy nozologicznej hazardu, w kontekście klasyfikacji ICD-10 i ICD-11;
2) znajomości czynników predestynujących do rozwoju uzależnienia od hazardu.

Oczekuje się, że w wyniku realizacji kształcenia uczestnik wykaże się umiejętnościami praktycznymi w zakresie:

1) prowadzenia psychoedukacji w kontekście charakterystyki objawów uzależnienia od hazardu oraz faz rozwoju tego uzależnienia;
2) poprowadzenia rozmowy z osobą z uzależnieniem od hazardu, rozpoznania jej

sytuacji do leczenia oraz wskazania możliwych form oddziaływań terapeutycznych;

3) prowadzenia psychoedukacji w formie rozmowy z rodziną i bliskimi osoby uzależnionej od hazardu.

F. Zobowiązania organizatora kursu

Organizator kursu zobowiązany jest:

1) ograniczyć liczbę uczestników w części teoretycznej do 60 osób, a w części praktycznej zaleca się, aby grupy ćwiczeniowe liczyły nie więcej niż 15 osób;
2) zapewnić odpowiednią kadrę dydaktyczną przygotowaną do prowadzenia zajęć teoretycznych i praktycznych, obejmujących wymagane treści kształcenia; na każdą, 15 osobową grupę ćwiczeniową wymagany jest 1 prowadzący;
3) zapewnić bazę dydaktyczną i wymagany sprzęt dydaktyczny niezbędny do przeprowadzenia kursu doskonalącego;
4) zapewnić materiały szkoleniowe i pomoce dydaktyczne dla uczestników kursu;
5) przygotować szczegółowy harmonogram zajęć teoretycznych i praktycznych na każdy dzień kursu;
6) opracować regulamin organizacyjny kursu doskonalącego;
7) uzyskać wpis na listę podmiotów uprawnionych do prowadzenia kursu doskonalącego dla instruktorów terapii uzależnień;
8) prowadzić imienną listę obecności uczestników i wykładowców kursu doskonalącego.

G. Realizacja zajęć kursu

1) Rekomendowana jest stacjonarna forma realizacji kursu.
2) Organizator kursu zapewnia sprawną realizację zajęć teoretycznych i praktycznych zgodnie ze szczegółowym harmonogramem zajęć kursu.
3) Harmonogram zajęć musi zawierać:
   a) tematy poszczególnych zajęć teoretycznych (wykładów) obejmujących wymagane treści kształcenia,
   b) tematy poszczególnych zajęć praktycznych (ćwiczeń/warsztatów)

obejmujących wymagane treści kształcenia,
   c) datę oraz godziny przeprowadzenia poszczególnych zajęć w czasie wszystkich dni kursu,
   d) wykaz osób prowadzących poszczególne wykłady oraz zajęcia praktyczne,
   e) zaliczenie kursu.
4) Uczestniczenie w zajęciach przewidzianych w harmonogramie jest odnotowane w imiennej liście obecności uczestników kursu.
5) Organizator kursu wyznacza spośród kadry dydaktycznej kierownika naukowego kursu odpowiadającego merytorycznie za realizację kursu.

H. Ocena wiedzy i umiejętności praktycznych

1) Ocena zdobytej wiedzy i nabytych umiejętności praktycznych uczestników kursu doskonalącego dokonywana jest po zrealizowaniu wszystkich treści nauczania w jednej z wybranych form:
   a) sprawdzianu końcowego w formie pisemnej lub
   b) w przypadku kursów obejmujących co najmniej 50% zajęć praktycznych – sprawdzianu końcowego w formie praktycznej.
2) Sprawdzian końcowy przeprowadzany jest przez kierownika naukowego kursu lub pod jego nadzorem przez kadrę dydaktyczną prowadzącą kurs doskonalący.
3) W przypadku, gdy uczestnik kursu doskonalącego nie zda sprawdzianu końcowego lub z ważnych przyczyn losowych nie przystąpi do sprawdzianu końcowego, może przystąpić w innym terminie do sprawdzianu końcowego, wyznaczonym przez kierownika kursu.
4) Sprawdzian zaliczający kurs w formie pisemnej musi spełniać następujące warunki:
   a) składa się z co najmniej 30 pytań testowych, zamkniętych, każde z pięcioma odpowiedziami, w tym jedną prawidłową,
   b) do zaliczenia testu wymagane jest 75% prawidłowych odpowiedzi.
5) Sprawdzian końcowy w formie praktycznej musi spełniać następujące warunki:
   a) jest realizowany w sali ćwiczeniowej przy użyciu wymaganego sprzętu dydaktycznego,
   b) polega na wykonaniu 3 zadań (czynności) symulowanych z zakresu

umiejętności praktycznych objętych programem kursu doskonalącego,

c) do zaliczenia wymagane jest prawidłowe wykonanie co najmniej 2 zadań (czynności) symulowanych spośród 3 zadań wylosowanych przez zdającego.

I. Regulamin organizacyjny kursu

Organizator kursu opracowuje regulamin kursu, który określa:

1) organizację i przebieg kształcenia na kursie;
2) sposób oceny wiedzy i umiejętności praktycznych;
3) zakres praw i obowiązków kadry dydaktycznej;
4) zakres praw i obowiązków uczestników kursu.

O zasadach opisanych w wyżej wymienionym regulaminie uczestnicy kursu muszą być poinformowani najpóźniej w pierwszym dniu kursu.

J. Zalecana literatura

1. **Tytuł:** Uzależnienia behawioralne
   Autor: Lidia Cierpiałkowska, Iwona Grzegorzewska
   Wydawnictwo: Wydawnictwo Naukowe PWN
   Rok wydania: 2018

2. **Tytuł:** Hazard. Historia, zagrożenia i drogi wyjścia
   Autor: red. Bohdan T.Woronowicz
   Wydawnictwo: Media Rodzina
   Rok wydania: 2012

3. **Tytuł:** Zaburzenia behawioralne i zaburzenia nawyków
   Autor: red. Sławomir Jakima, Anna Mosiołek
   Wydawnictwo: Fundacja ETOH
   Rok wydania: 2022

4. **Tytuł:** Uzależnienie od internetu. Profilaktyka, diagnoza, terapia

Autor: Kimberly S.Young, Cristiano Nabucco de Abreau
Wydawnictwo: Fundacja Dolce Vita
Rok wydania: 2017