

PROGRAM SZKOLENIA DLA JEDNOSTEK SAMORZĄDU TERYTORIALNEGO

SZKOLENIE 12.06.2026 Praca z uchodźcą	Temat szkolenia:	Praca z osobą dotkniętą kryzysem uchodźczym i traumą wojenną/PTSD
	Data:	12.06.2026 r.
	Miejsce:	Katowice
	Prowadzący:	Oksana Mytiai (Fundacja Vita De Lex)
Łączna liczba godzin szkolenia:	6 godz. dydaktycznych	
9:30 – 9:45	Rejestracja uczestników – bufet kawowy	
9:45 – 12:45	<p>Przybliżenie tematyki stresu i traum związanych z kryzysem uchodźczym.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Czym jest trauma w kontekście przymusowej migracji. • Stresory i mechanizmy traumatyzacji: ucieczka, przemoc, utrata bliskich, bezdomność, niepewność. • Trauma złożona - długotrwałe oddziaływanie stresu. • Przykłady sytuacji traumatyzujących (konkretne scenariusze z praktyki pomocowej). <p>Następstwa traumy u osób uchodźczych.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Psychologiczne objawy traumy: lęk, depresja, zamrożenie emocjonalne, flashbacki, izolacja społeczna. • Zachowania destrukcyjne i ryzykowne. • Zrozumienie reakcji - kiedy to „trudny charakter”, a kiedy trauma? • Jak rozpoznawać objawy i reagować z empatią. <p>Zespół stresu pourazowego (PTSD) i wzrost potraumatyczny.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Definicja PTSD wg klasyfikacji ICD i DSM. • Objawy PTSD w codziennym funkcjonowaniu: <ul style="list-style-type: none"> – bezsenność, drażliwość, nadmierna czujność, unikanie kontaktu, flashbacki; – zaburzenia koncentracji, wycofanie, somatyzacje. • Wzrost potraumatyczny (Post-Traumatic Growth) - możliwość rozwoju po traumie. • Rola wsparcia i środowiska w procesie zdrowienia. 	
12:45 – 13:15	Przerwa obiadowa	

<p>13:15 – 14:45</p>	<p>Praca z osobą w kryzysie uchodźczym/doświadczoną traumą wojenną.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Jak rozmawiać z osobą z doświadczeniem traumy - komunikacja empatyczna i bezpieczna. • Przekazywanie informacji w sposób prosty, jasny, bez wywoływania lęku. • Bariery językowe i kulturowe – jak je rozpoznawać i pokonywać. • Rola urzędnika/pracownika socjalnego - balans między profesjonalizmem a empatią. • Stereotypy i uprzedzenia - jak je świadomie rozbrajać. • Zasady pracy w duchu kulturowej wrażliwości. <p>Wsparcie dla osób pracujących z uchodźcami – jak zadbać o siebie.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Czym jest stres wtórny i trauma pośrednia (ang. vicarious trauma)? • Jak rozpoznać pierwsze objawy wypalenia zawodowego. • Techniki dbania o dobrostan psychiczny (work-life balance, superwizja, techniki relaksacyjne). <p>Rola wsparcia zespołowego i organizacyjnego.</p>
----------------------	--