

10 września 2020 – Światowy Dzień Zapobiegania Samobójstwom

Z okazji obchodów Światowego Dnia Zapobiegania Samobójstwom (*World Suicide Prevention Day*) **10 i 11 września 2020 roku** w Auli w Starym BUW-ie przy ul. Krakowskie Przedmieście 26/28 w **Warszawie** odbędzie się kolejna odsłona wykładów otwartych pod hasłem: **Życie warte jest rozmowy: samotność**.

Wydarzenie w całości będzie **transmitowane na żywo** na stronie konferencji **www.npz3.pl** oraz na Facebooku, **na profilu Życie warte jest rozmowy**.

Organizatorzy: Instytut Psychiatrii i Neurologii oraz Polskie Towarzystwo Suicydologiczne we współpracy z Wydziałem „Artes Liberales” Uniwersytetu Warszawskiego.

Tegoroczne wykłady otwarte zostały objęte patronatem honorowym rektora Uniwersytetu Warszawskiego.

Samotność, poczucie wykluczenia, brak zrozumienia ze strony bliskich – to niektóre z czynników prowadzących do powstawania myśli samobójczych. Tegoroczne 2-dniowe wykłady poświęcone są zagadnieniu samotności oraz jej wpływowi na psychikę osób znajdujących się w kryzysie. Gdy ludzie go doświadczają, często izolują się od otoczenia, unikają kontaktów i szukania pomocy. Taka sytuacja odbiera im motywację do podejmowania działań pozwalających na pokonanie kryzysu i utrwała fałszywe przekonanie, że nic nie da się zrobić. Dlatego tak ważne są zarówno świadomość społeczna, uważność, wrażliwość, jak i niwelowanie poczucia osamotnienia poprzez wychodzenie naprzeciw tym, którzy potrzebują naszej pomocy.

W trakcie wydarzenia opowiemy o różnych sposobach wsparcia, które można zaoferować osobom w kryzysie psychicznym. W tym celu na wydarzenie zaprosiliśmy ekspertów, którzy w ciągu około 45-minutowych wykładów podejmą konkretne aspekty problemu i wyzwania pomocowych. Po każdym wystąpieniu słuchacze będą mieli możliwość zadać pytania oraz porozmawiać z prelegentem.

Równoległe do wykładów, przez cały czas trwania wydarzenia, każdy potrzebujący rozmowy uczestnik będzie mógł skorzystać z konsultacji u dyżurujących w **Pokojach Wsparcia** specjalistów.

Udział jest bezpłatny. Ze względu na sytuację epidemiczną **maksymalna liczba uczestników wydarzenia to 60 osób.** Organizatorzy **zapewniają catering.** Zapisy i rejestracja na wydarzenie: <https://npz3.pl/index.php/konferencje/rejestracja/>

W razie pytań prosimy o kontakt na adres mailowy: pts.zyciewartejestrozmowy@gmail.com

Harmonogram:

Czwartek, 10 września 2020 r.

- 10:00 *prof. Brunon Hołyst i Burmistrz Dzielnicy Śródmieście Aleksander Ferens* – otwarcie
- 10:30 *prof. Adam Czabański* – Samotny w tłumie. Wpływ społeczeństwa na zachowania samobójcze jednostki
- 11:30 *prof. Agnieszka Gmitrowicz* – Młodzież w kontekście zachowań samobójczych. Wykluczenie jako przyczyna samotności
- 12:30 przerwa lunchowa
- 13:00 *Ryszard Jabłoński* – Dlaczego zapobieganie samobójstwom jest zadaniem dla nas wszystkich?
- 14:00 *dr Iwona Koszewska* – Choroba izoluje? Zaburzenia psychiczne, a zachowania samobójcze

Piątek, 11 września 2020 r.

- 10:00 *Lucyna Kicińska* – Jak pomóc w kryzysie? Czym jest stan presuicydalny i jak sobie z nim poradzić? Co zrobić z nawracającymi myślami samobójczymi?
- 11:00 *Jolanta Palma* – Jak wspierać rodziców w kryzysie ich dziecka? Jak reagować na próbę samobójczą i samookaleczenia?
- 12:00 przerwa lunchowa
- 12:30 *Małgorzata Łuba* – Śmierć samobójcza – działania postwencyjne kierowane do najbliższego otoczenia
- 13:30 *Michalina Kulczykowska* – Jak wspierać innych dbając przy tym o siebie
- 14:30 *dr Halszka Witkowska* – zakończenie

Prowadzenie: Michał Chlebowski