



2021

Problematyka wypalenia zawodowego w pracy kuratorów zawodowych i społecznych

MIEJSCE:

Wskazane przez Zamawiającego

DATA:

Wskazana przez Zamawiającego

CENY:

- 3400 zł brutto (wersja stacjonarna)
- 3100 zł brutto (wersja on-line)

* w cenę wliczono 15 sztuk materiałów (druk, długopis, notatnik), każda kolejna sztuka 6,5 zł brutto

DLA KOGO:

Dla osób profesjonalnie zajmujących się pomaganiem innym

Harmonogram

Cele szkolenia (przewidywane efekty):

1. Zwiększenie świadomości w zakresie problemu wypalenia zawodowego.
2. Rozwijanie umiejętności rozpoznawania przyczyn i symptomów wypalenia:
3. Poznanie sposobów skutecznej komunikacji z innymi, zarządzania stresem (w tym redukcji), zachowań asertywnych i metod relaksacji.
4. Zdobycie motywacji do dalszej pracy – doskonalenia wiedzy, umiejętności oraz kompetencji przydatnych w zawodach związanych z pomaganiem innym

1. Wypalenie zawodowe – wprowadzenie teoretyczne: a. przyczyny zjawiska tkwiące w jednostce i w organizacji
b. etapy procesu wypalenia
c. wskaźniki świadczące o wypaleniu
d. typowe objawy i konsekwencje.
2. Kto się wypala a kto nie? – znaczenie różnych czynników:
a. komunikacja intra i interpersonalna
b. asertywności versus uległość
c. radzenie sobie ze stresem d. umiejętność diagnozy własnych predyspozycji i celów zawodowych f. zachowanie równowagi między życiem prywatnym i zawodowym.
3. Rola motywacji wewnętrznej i zewnętrznej w pracy na rzecz innych ludzi.
4. Trudne sytuacje związane z pracą „pomagacza”:
a. przeciążenie pracą/nadmierne zaangażowanie w sprawy klienta
b. brak satysfakcji finansowej c. mobbing d. niedopasowanie: osobowość pracownika a wymagania środowiska pracy .
5. Fokus na obszarach problemowych – wymiana doświadczeń uczestników:
a. praca z wykorzystaniem case studies – rozpoznawanie sytuacji, poszukiwanie optymalnych rozwiązań, informacje zwrotne.
6. Profilaktyka zjawiska wypaleniu – strategie przeciwdziałania:
a. doskonalenie umiejętności komunikacyjnych
b. opanowanie sztuki asertywności, zarządzania swoimi emocjami, radzenia sobie ze stresem
c. superwizja
d. ćwiczenia relaksacyjne d. przydatne wskazówki do wykorzystania w codziennej pracy.
7. Podsumowanie i zakończenie.
8. Rozdanie certyfikatów ukończenia szkolenia.



PeDaGo
Rynek Główny 28
31-010 Kraków
tel: 12 341 61 77
fax: 12 341 61 76
kom: 534 301 352
biuro@pedago.pl
www.pedago.pl