



2022

Problematyka wypalenia zawodowego w pracy kuratorów zawodowych i społecznych

MIEJSCE:

Wskazane przez Zamawiającego

DATA:

Wskazana przez Zamawiającego

CENA:

- 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

Harmonogram

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,
- e. przydatne wskazówki do wykorzystania w codziennej pracy.

8. Podsumowanie i zakończenie.

9. 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