

Trening przeciwdziałaniu wypaleniu zawodowemu na różnych etapach życia.

Zakres szkolenia

Syndrom wypalenia zawodowego jest zespołem objawów powstających u pracownika w wyniku przeciążenia emocjonalnego oraz fizycznego, które powodowane jest bezpośrednio przez stres występujący w miejscu pracy. Na wypalenie narażone są szczególnie osoby pracujące w zawodach pomocowych oraz wymagających intensywnych kontaktów interpersonalnych z pacjentami czy klientami. Wypalenie może dotknąć pracowników w każdym wieku, a nasila się wraz ze wzrostem nadmiernych wymagań, frustracją związaną z brakiem rezultatów i poczuciem braku sensu wykonywanej pracy.

Dzięki szkoleniu, uczestnicy poznają mechanizmy prowadzące do wypalenia zawodowego u różnych grup wiekowych i na różnych etapach życia, dowiedzą się w jaki sposób identyfikować objawy wypalenia oraz przeciwdziałać pogłębianiu się tego zjawiska.

Cel

- ✓ Zrozumienie mechanizmu wypalenia zawodowego u różnych grup wiekowych: przyczyn, dynamiki i skutków.
- ✓ Identyfikacja objawów wypalenia zawodowego.
- ✓ Poznanie metod przeciwdziałania wypaleniu zawodowemu przez pokolenie X, Y i Z.

Trening przeciwdziałaniu wypaleniu zawodowemu na różnych etapach życia.

Program

1. Definicja i objawy wypalenia zawodowego (Freudenberger, Maslach).
2. Przyczyny i etapy wypalenia zawodowego oraz jego specyfika dla różnych grup wiekowych (pokolenia X, Y i Z).
3. Sposoby przeciwdziałania wypaleniu zawodowemu.
4. Przygotowanie planu przeciwdziałania wypaleniu: case-study.

Informacje organizacyjne



Format

**Szkolenie
stacjonarne**



Liczba uczestników

do 18 osób



Czas trwania

2 godziny



Metoda

Trening



Zapisy i informacje

660 570 768