Strona znajduje się w archiwum.

Kurs doskonalący „Metody radzenia sobie ze stresem w pracy i służbie”

Anna Chmura
23.09.2019

W dniach 16 – 20.09.2019 r. Obiekcie Szkoleniowym w Szklarskiej Porębie zrealizowano drugą edycję kursu doskonalącego pt. „Metody radzenia sobie ze stresem w pracy i służbie”, w którym wzięli udział funkcjonariusze i pracownicy cywilni SG.

Kurs prowadzony był metodami aktywizującymi z wykorzystaniem procesu grupowego. Uczestnicy kursu, poprzez autoanalizę i pracę twórczą, poznawali wybrane metody radzenia sobie ze stresem, konstruktywne sposoby regeneracji i odzyskiwania zasobów poznawczych i energetycznych.





