Strona znajduje się w archiwum.

Kurs doskonalący „Przeciwdziałanie wypaleniu zawodowemu”

Sonia PLEŚNIEROWICZ
22.10.2021

W dniach 18 – 22.10.2021 r. w Obiekcie Szkoleniowy w Szklarskiej Porębie, wykładowca Zakładu Ogólnozawodowego OSS SG w Lubaniu przeprowadził pierwszą w tym roku edycję kursu doskonalącego nt. „Przeciwdziałanie wypaleniu zawodowemu”, w którym wzięli udział funkcjonariusze oraz pracownicy z Komendy Głównej SG, Podlaskiego, Nadbużańskiego oraz Nadwiślańskiego Oddziału SG.

Szkolenie prowadzone było metodami aktywizującymi z wykorzystaniem procesu grupowego. Uczestnicy poprzez autoanalizę i pracę twórczą, poznawali wybrane metody pomiaru wypalenia zawodowego, jak również konstruktywne sposoby regeneracji i odzyskiwania zasobów poznawczych i energetycznych. Ponadto dowiedzieli się, jak radzić sobie ze stresem podczas wypełniania obowiązków służbowych, aby skutecznie działać w trudnych warunkach i realizować swoje cele służbowe i zawodowe. Praca w terenie, jak również wycieczki górskie sprzyjały regeneracji sił i odzyskaniu poczucia sensu oraz zaangażowania w pracę i służbę.



Kurs doskonalący „Przeciwdziałanie wypaleniu zawodowemu”



Kurs doskonalący „Przeciwdziałanie wypaleniu zawodowemu”