

„Wypalenie zawodowe, eliminacja stresu oraz kontakt z klientem trudnym w praktyce pracowników Powiatowych Urzędów Pracy.”

CELE SZKOLENIA:

Celem szkolenia jest nabycie wiedzy w zakresie zjawiska wypalenia zawodowego pracowników PUP, redukcji stresu, umiejętnego rozpoznania zagrożenia wypaleniem zawodowym, a także nabycie wiedzy w zakresie przeciwdziałania wypaleniu zawodowemu u pracowników PUP, zastosowania odpowiednich technik relaksacyjnych. Szkolenie uwzględnia także informacje związane z kontaktem z trudnym klientem.

ADRESACI: Wszyscy pracownicy PUP.

PROGRAM SZKOLENIA:

1. Ujęcie syndromu wypalenia zawodowego.
2. Cechy i źródła wypalenia zawodowego.
3. Stres, a wypalenie zawodowe.
4. Przepracowanie, wyczerpanie czy wypalenie? Podział wg E. Aronsona.
5. Pracownicy PUP jako osoby szczególnie narażone na wystąpienie syndromu wypalenia zawodowego.
6. Etapy rozwoju wypalenia zawodowego
7. Trójwymiarowa teoria wypalenia zawodowego.
8. Kwestionariusz do mierzenia skali Odczuć Zawodowych (MBI, Ch. Maslach).
9. Autodiagnoza pracownika PUP.
10. Przeciwdziałanie wypaleniu zawodowemu u pracowników PUP. Proces psychoprofilaktyki.
11. Jak sobie radzić ze stresem w pracy? Redukcja poziomu stresu, zachowanie równowagi pomiędzy życiem prywatnym, a zawodowym. Pięć kroków Barbela Kerbera
12. Techniki relaksacyjne.
13. Kontakt z trudnym klientem PUP.

Proponujemy do wyboru dwie opcje cenowe:

- **290 zł / osoba** – cena zawiera: dostęp do materiałów on-line, możliwość konsultacji z trenerem, przeprowadzenie testu, obsługę administracyjną całego procesu szkolenia, zaświadczenie.

Dla grup powyżej 15 osób atrakcyjne rabaty!

Szczegółowe informacje w tym tematyka szkoleń dostępna na naszej stronie www.przeszkolimy.pl , pod nr tel. 510-705-905 lub mailowo: biuro@przeszkolimy.pl Zgłoszenia przyjmujemy mailowo.