

WYPALENIE ZAWODOWE – SPOSOBY POSTĘPOWANIA ORAZ STRATEGIE ROZWIĄZYWANIA PROBLEMÓW

Cel szkolenia: Szkolenie ma na celu uzyskanie umiejętności strategicznego rozwiązywania problemów, wskazanie na znaczenie aktywności w sytuacjach trudnych, ma pomóc uczestnikom w radzeniu sobie w sytuacjach mogących powodować wypalenie zawodowe.

Wypalenie zawodowe

- czynniki, źródła wypalenia zawodowego
- przyczyny wypalenia zawodowego
- kształtowanie sposobów postępowania w ciężkiej sytuacji
- wypalenie zawodowe jako zjawisko konstruktywne

Strategie rozwiązywania problemów

- sytuacje trudne i ich spostrzeganie
- rozwiązywanie problemów sytuacyjnych
- podejście zorientowane na rozwiązanie problemu

Asertywność i kontrolowanie stresu

- jak być asertywnym?
- kontrolowanie stresu
- panowanie nad emocjami
- asertywne reagowanie na krytykę

Jak radzić sobie lepiej z ludźmi?

- przybieranie określonych postaw
- świadomość własnego potencjału i jego budowanie
- style kierowania pracownikami

Uczestnicy szkolenia:

Program szkolenia adresowany jest do wszystkich pracowników PUP

Czas trwania szkolenia: 4 dni łącznie z warsztatami praktycznymi

Koszt szkolenia:

Cena szkolenia wynosi 1900 zł / osobę

Cena szkolenia wynosi 1700 zł./ osobę – przy zgłoszeniu z danego urzędu minimum 2 osób na to samo szkolenie. Przy zgłoszeniu powyżej 10 osób z jednego Urzędu z przyjemnością negocjujemy indywidualne warunki dla danego Oddziału i grupy osób.

Cena zawiera następujące świadczenia: pełne wyżywienie, noclegi w dobrym Hotelu,, bogate materiały szkoleniowe, konsultacje indywidualne z trenerami i psychologami, zajęcia dodatkowe, warsztaty umiejętności, bezpłatny dostęp do strony z konsultacjami 1rok, możliwość wyboru apartamentów, profesjonalną salę szkoleniową, obsługę szkolenia, kolację powitalną, serwis kawowy, interaktywne zajęcia prowadzone w żywy i interesujący sposób, wykłady w formie informacyjno – doradczej, prezentacje multimedialne, „Burzę Mózgów”, gry symulacyjne, studium przypadków, możliwość przeprowadzenia testów końcowych, możliwość szkolenia w podgrupach, alternatywne bloki szkoleniowe – skuteczne i sensowne (możliwość wyboru), animacje , opieka 1-2 trenerów 24h. certyfikat honorowany w Unii Europejskiej- zgodny z MEN, wsparcie ON-LINE przez okres 6 miesięcy.

Miejsca i terminy realizacji:

Zgodnie z kalendarzem szkoleń lub innym terminie uzgodnionym z Urzędem Pracy. Polecamy wyłącznie wybrane, sprawdzone hotele z pełną infrastrukturą konferencyjną.

Data i miejsce do ustalenia

Przy grupie zamkniętej (minimum 12 os.) szkolenie może odbywać się w dowolnie wskazanym przez Urząd Pracy miejscu. Do miejsc , które szczególnie polecamy ze względu na organizowane szkolenia - współpracę z Hotelami, Restauracjami, organizatorami imprez dodatkowych i wycieczek turystycznych, należą: Zakopane, Szklarska Poręba, Praga, Kudowa Zdrój, Szczawno Zdrój, Świnoujście, Łeba, Zamość, Gdańsk, Poznań, Kraków, Warszawa, Serock, Kazimierz Dolny, Wrocław, Karpacz, Szczawnica, Krynica.