

Kraków, 1 kwietnia 2019 r.

znak sprawy: PS-WR-454-7/19

Regionalny Ośrodek Polityki Społecznej
w Krakowie

ul. Piastowska 32, 30-070 Kraków

tel./fax: +48 12 422 06 36

e-mail: biuro@rops.krakow.pl

www.rops.krakow.pl

**Dyrektorzy, Kierownicy
Środowiskowych Domów Samopomocy
- wszyscy w województwie**

Serdecznie zapraszam Państwa pracowników do udziału w seminarium dedykowanym kadrom środowiskowych domów samopomocy pn.: „Stres i wypalenie zawodowe – jak można radzić sobie z problemami zawodowymi?” **Seminarium odbędzie się w dniu 16 kwietnia 2019 r.** w budynku Archeion w Krakowie, **ul. Św. Filipa 23, Sala Parmenidesa.**

Udział w seminarium jest bezpłatny. Uczestnicy otrzymają zaświadczenia o ukończeniu seminarium. Rekrutacja uczestników odbywać się będzie w oparciu o Regulamin uczestnictwa w szkoleniach, seminariach oraz superwizji organizowanych przez ROPS w Krakowie w ramach działań własnych. Pracownicy zainteresowani udziałem w seminarium proszeni są o przesłanie skanu wypełnionego formularza zgłoszeniowego wraz z klauzulą informacyjną oraz klauzulą zgody, stanowiących załącznik do regulaminu, na adres e-mail kkucharska@rops.krakow.pl do dnia **8 kwietnia 2019 r. do godz. 16:00.**

Informację zwrotną do dnia 10 kwietnia 2019 r. telefonicznie lub na adres e-mail otrzymają wyłącznie osoby zakwalifikowane do udziału w seminarium.

Z poważaniem

Wioletta Wilimska

Dyrektor
Regionalny Ośrodek Polityki Społecznej
w Krakowie

Załączniki:

1. Zakres tematyczny seminarium
2. Informacja o osobie prowadzącej seminarium.
3. Regulamin uczestnictwa w szkoleniach, seminariach oraz superwizji organizowanych przez Regionalny Ośrodek Polityki Społecznej w Krakowie w ramach działań własnych wraz za załącznikiem.

Otrzymują:

- Adresat

- a/a

ZAKRES TEMATYCZNY SEMINARIUM:

- Zjawisko wypalenia zawodowego – proces i przejawy,
- Identyfikacja stresorów w życiu zawodowym,
- Praca z trudnym klientem jako czynnik stresogenny,
- Cechy osobowości sprzyjające pojawieniu się wypalenia zawodowego,
- Bezpośrednie i długofalowe skutki wypalenia zawodowego,
- Profilaktyka wypalenia zawodowego,
- Budowanie i utrzymanie wysokiej motywacji zawodowej,
- Autodiagnoza oraz znalezienie optymalnych dla siebie sposobów radzenia sobie ze stresem i wypaleniem. Tworzenie własnych strategii radzenia sobie w trudnych sytuacjach zawodowych – warsztaty.

PROWADZĄCA:

Aleksandra Sobczyk - Dyplomowana Psycholog, certyfikowana Trener, Nauczyciel akademicki i Profesjonalna Coach, absolwentka Uniwersytetu Śląskiego w Katowicach oraz Uniwersytetu Humanistycznospołecznego SWPS. Doświadczenie w zakresie prowadzenia poradnictwa psychologicznego, coachingów, warsztatów i szkoleń dla osób aktywizowanych zawodowo oraz pracowników JST.

