

Profesionalni stres i sagorijevanje

Objavljeno: 06.12.2024

Prijave moguće ostaviti u periodu: 06.12.2024 - 14.12.2024

Datum održavanja: 19.12.2024 - 19.12.2024

Organizator: Agencija za državnu službu BiH

Lokacija: "Sale u prizemlju Zgrade prijateljstva između Grčke i Bosne i Hercegovine" - Trg Bosne i Hercegovine 3, CENTAR SARAJEVO

SADRŽAJ OBUKE:

I UVOD

Predavanje i prezentacija koja obuhvata sljedeće:

- Šta je mentalno zdravlje
- Šta je stres
- Šta je profesionalni stres
- Šta su faktori rizika
- Koji su pokazatelji stresa
- Koji su izvori stresa na radnom mjestu
- Šta je profesionalno sagorijevanje
- Suočavanje sa stresom – mehanizmi brige i zaštite

II RAZRADA OBUKE

- Kroz vježbu, popunjavanje upitnika, rad u parovima, razmjenu iskustava, uvidjeti na kojem su nivou ugrožavanja mentalnog zdravlja, koji su faktori rizika, koji su pokazatelji stresa.

III ZAKLJUČAK

- Koji su mehanizmi zaštite i brige za mentalno zdravlje i šta će uraditi u narednom periodu u vezi brige za mentalno zdravlje.

CILJEVI OBUKE:

- Povećati teorijsko znanje uposlenika o profesionalnom stresu i sagorijevanju
- Povećati svjesnost uposlenika o rizicima za mentalno zdravlje
- Doprinijeti smanjenju posljedica profesionalnog stresa
- Povećati znanje o mehanizmima zaštite

OČEKIVANI ISHODI:

- Povećan nivo znanja o profesionalnom stresu i sagorijevanju
- Povećana svjesnost o rizicima koji narušavaju mentalno zdravlje
- Unaprijeđene mogućnosti prepoznavanja faktora rizika
- Povećan nivo brige za mentalno zdravlje i korištenja mehanizama zaštite

CILJNA GRUPA: Državni službenici/ce do nivoa stručnog savjetnika/ce

BROJ KREDITA: 2

Raspored

Tema	Od	Do	Predavac
Profesionalni stres i sagorijevanje	19.12.2024 10:00	19.12.2024 15:30	Fatima Bećirović
