

APS Piotr Olgierd
Sułkowski

Szkolenie: Przeciwdziałanie wypaleniu zawodowemu

Numer usługi 2024/07/18/36960/2227632

📍 zdalna w czasie rzeczywistym

🏠 Usługa szkoleniowa

🕒 20 h

📅 18.09.2024 do 19.09.2024

4 240,00 PLN brutto

4 240,00 PLN netto

212,00 PLN brutto/h

212,00 PLN netto/h

Informacje podstawowe

Kategoria	Zdrowie i medycyna / Psychologia i rozwój osobisty
Sposób dofinansowania	wsparcie dla pracodawców i ich pracowników
Grupa docelowa usługi	Szkolenie dedykowane jest dla personelu medycznego i wspierającego medyczny.
Minimalna liczba uczestników	5
Maksymalna liczba uczestników	20
Data zakończenia rekrutacji	14-09-2024
Forma prowadzenia usługi	zdalna w czasie rzeczywistym
Liczba godzin usługi	20
Podstawa uzyskania wpisu do BUR	Certyfikat systemu zarządzania jakością wg. ISO 9001:2015 (PN-EN ISO 9001:2015) - w zakresie usług szkoleniowych

Cel

Cel edukacyjny

Celem szkolenia jest przygotowanie uczestnika do: umiętnego radzenia sobie z wypaleniem zawodowym i prowadzenie Work-life balance.

Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Używa metod przeciwdziałania wypaleniu zawodowemu	Umiejętnie zarządza stresem własnym i innych osób	Test teoretyczny
	Efektywnie zarządza energią osobistą	Test teoretyczny
	Zapewnia work-life balans, czyli równowagę między aktywnością zawodową i poza zawodową.	Test teoretyczny
	Akceptuje i potrafi aktywnie korzystać ze wsparcia psychologicznego, emocjonalnego w trudnych sytuacjach zawodowych.	Test teoretyczny

Kwalifikacje

Kompetencje

Usługa prowadzi do nabycia kompetencji.

Warunki uznania kompetencji

Pytanie 1. Czy dokument potwierdzający uzyskanie kompetencji zawiera opis efektów uczenia się?

Tak, dokument potwierdzający uzyskanie kompetencji -zaświadczenie- zawiera opis efektów uczenia się.

Pytanie 2. Czy dokument potwierdza, że walidacja została przeprowadzona w oparciu o zdefiniowane w efektach uczenia się kryteria ich weryfikacji?

Tak, dokument potwierdzający uzyskanie kompetencji -zaświadczenie- potwierdza, że walidacja została przeprowadzona w oparciu o zdefiniowane w efektach uczenia się kryteria ich weryfikacji.

Pytanie 3. Czy dokument potwierdza zastosowanie rozwiązań zapewniających rozdzielenie procesów kształcenia i szkolenia od walidacji?

Tak, dokument potwierdzający uzyskanie kompetencji -zaświadczenie- potwierdza zastosowanie rozwiązań zapewniających rozdzielenie procesów kształcenia i szkolenia od walidacji.

Program

Dla realizacji celu edukacyjnego szkolenie adresowane jest do osób z conajmniej minimalnym doświadczeniem w firmie działającej w branży medycznej (min 3 miesiące).

Ramowy program zajęć:

Moduł teoretyczny

- Efektywne zarządzanie energią osobistą (zwłaszcza umiejętność zdrowego rozładowywania napięcia i efektywna regeneracja organizmu).
- Skuteczne radzenie sobie ze stresem, napięciem własnym i pacjenta, a także z negatywnymi emocjami pacjenta (i jego rodziny).
- Work-life balans, czyli równowaga między aktywnością zawodową i poza zawodową.

- d. Odpowiednie nastawienie do pracy – zdrowy dystans i troska o siebie.
- e. Zdrowa empatia i właściwe (niewypalające) wspieranie pacjenta w cierpieniu zamiast zbyt silnej wypalającej empatii lub uprzedmiotawiania relacji z pacjentem.
- f. Korzystanie ze wsparcia psychologicznego, emocjonalnego (trudne sytuacje w pracy z pacjentem, śmierć pacjenta, itp.) oraz wymiana i dzielenie się doświadczeniem – grupy spotkaniowe, grupy wsparcia.

Moduł praktyczny

- a. Efektywne zarządzanie energią osobistą i Skuteczne radzenie sobie ze stresem, napięciem własnym i pacjenta-warsztaty(propozycje) grupy dotyczące realnych działań(scenki ,rysunki,tabelki)
- b. Work-life balans i Odpowiednie nastawienie do pracy-warsztaty,rodzaje terapii zajęciowej ,symbole zdrowia
- c. Zdrowa empatia i właściwe (niewypalające) wspieranie pacjenta w cierpieniu i Korzystanie ze wsparcia psychologicznego, emocjonalnego-propozycje pisemne (każdy uczestnik)propozycji realnych działań i szczerych wypowiedzi w zakresie własnych doświadczeń

Szkolenie trwać będzie 20 godzin dydaktycznych.

Harmonogram

Liczba przedmiotów/zajęć: 10

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
1 z 10 efektywne zarządzanie energią osobistą (zwłaszcza umiejętność zdrowego rozładowywania napięcia i efektywna regeneracja organizmu)-cz. teoretyczna	Anna Nitkiewicz-Jankowska	18-09-2024	08:00	10:00	02:00
2 z 10 Skuteczne radzenie sobie ze stresem, napięciem własnym i pacjenta, a także z negatywnymi emocjami pacjenta (i jego rodziny)-cz. teoretyczna	Anna Nitkiewicz-Jankowska	18-09-2024	10:00	12:00	02:00

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
<p>3 z 10 Work-life balans, czyli równowaga między aktywnością zawodową i poza zawodową-cz. teoretyczna</p>	Anna Nitkiewicz-Jankowska	18-09-2024	12:00	14:00	02:00
<p>4 z 10 Odpowiednie nastawienie do pracy – zdrowy dystans i troska o siebie-cz. teoretyczna</p>	Anna Nitkiewicz-Jankowska	18-09-2024	14:00	16:00	02:00
<p>5 z 10 Zdrowa empatia i właściwe (niewypalające) wspieranie pacjenta w cierpieniu zamiast zbyt silnej wypalającej empatii lub uprzedmiotawiania relacji z pacjentem-cz. teoretyczna</p>	Anna Nitkiewicz-Jankowska	19-09-2024	08:00	09:00	01:00
<p>6 z 10 Korzystanie ze wsparcia psychologicznego, emocjonalnego(t rudne sytuacje w pracy z pacjentem, śmierć pacjenta, itp.)oraz wymiana i dzielenie się doświadczeniem-cz. teoretyczna</p>	Anna Nitkiewicz-Jankowska	19-09-2024	09:00	10:00	01:00

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
7 z 10 Efektywne zarządzanie energią osobistą i Skuteczne radzenie sobie ze stresem, napięciem własnym i pacjenta-warsztaty, grupy dotyczące realnych działań(scenki, rysunki, tabelki)-cz. praktyczna	Anna Nitkiewicz-Jankowska	19-09-2024	10:00	12:00	02:00
8 z 10 Work-life balans i Odpowiednie nastawienie do pracy-warsztaty,rodzaje terapii zajęciowej ,symbole zdrowia-cz. praktyczna	Anna Nitkiewicz-Jankowska	19-09-2024	12:00	14:00	02:00
9 z 10 Zdrowa empatia i właściwe (niewypalające) wspieranie pacjenta w cierpieniu i Korzystanie ze wsparcia psychologicznego, emocjonalnego-ćwiczenia-cz. praktyczna	Anna Nitkiewicz-Jankowska	19-09-2024	14:00	14:45	00:45
10 z 10 Test	-	19-09-2024	14:45	15:00	00:15

Cennik

Cennik

Rodzaj ceny	Cena
Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	4 240,00 PLN

Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	4 240,00 PLN
Koszt osobogodziny brutto	212,00 PLN
Koszt osobogodziny netto	212,00 PLN

Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



1 z 1

Anna Nitkiewicz- Jankowska

Specjalizuje się w szkoleniach, warsztatach, konsultacjach i pracy własnej z klientem z zakresu: Budowania strategii marki osobistej i/lub marki firmy, Pewności siebie, Asertywności, Zarządzania sobą i zmianą, Planowania, Strategii pracy ze stresem i innymi emocjami, Komunikacji, Negocjacji, Budowania zespołów, Techniki NLP, Technika Transformacji, Poziomów wartości, Poziomów świadomości.

W pracy zawodowej wykorzystuje wiedzę akademicką, ale co najważniejsze, tą zdobytą w na rynku będąc kilkadziesiąt już lat przedsiębiorcą. Zainspirowana osiągnięciami takich osób jak: John Maxwell, Carl G. Jung, Gregg Braden, Napoleon Hill, Michael Armstrong, Peter F. Drucker, Philip G. Zimbardo, Richard J. Gerrig, Roger J. Hamilton, Joseph Murphy, Stephen R. Covey, Robert B. Cialdini. Opracowała własne modele i metodologie, programy działań i strategię, wykorzystując: poziomy świadomości i technikę uwalniania dr. Davida R. Hawkinsa, koncepcję Spiral Dynamics Becka i Cowana, poziomy wartości Clare W. Graves'a, Talent Dynamics oraz techniki NLP.

Doświadczenia zawodowe zdobywała od 1998 roku między innymi na stanowisku nauczyciela akademickiego na kilku uczelniach (Uniwersytet Śląski, Górnośląska Wyższa Szkoła Handlowa w Katowicach, Wyższą Szkołą Teologiczno-Humanistyczną p.k. w Nysie, Akademią Wychowania Fizycznego w Krakowie, Wyższą Szkołą Biznesu w Dąbrowie Górniczej) oraz prowadząc własną działalność gospodarczą w zakresie szkoleń i doradztwa.

Współpracowała w zakresie prowadzenia szkoleń

Informacje dodatkowe

Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Uczestnikom zostaną przekazane materiały dydaktyczne w postaci prezentacji powerpoint, materiały przygotowane przez trenera, ankiety, testy.

Warunki uczestnictwa

Uczestnicy w trakcie każdego dnia szkoleniowego trwającego więcej niż 4 godziny mają prawo do co najmniej 1 przerwy, trwającej co najmniej 15 minut.

Po zakończeniu udziału w usłudze rozwojowej, uczestnik otrzymuje odpowiednie zaświadczenie o jej ukończeniu.

Warunkiem uzyskania zaświadczenia jest uczestnictwo w co najmniej 80% zajęć usługi rozwojowej oraz zaliczenie zajęć w formie testu.

1 godzina rozliczeniowa = 45 minut dydaktycznych.

Informacje dodatkowe

Zajęcia trwać będą 20 godzin dydaktycznych czyli 15 godzin zegarowych.

Zwolnienie z VAT na podstawie § 3 ust. 1 pkt 14 Rozporządzenia Ministra Finansów z dnia 20 grudnia 2013 r. w sprawie zwolnień od podatku od towarów i usług oraz warunków stosowania tych zwolnień (tekst jednolity Dz.U. z 2020r., poz. 1983)

Warunki techniczne

Forma zdalna usługi. Szkolenie prowadzone jest za pośrednictwem platformy ZOOM.US.

1. W celu prawidłowego i pełnego korzystania z usługi, uczestnik powinien dysponować: urządzeniem mającym dostęp do sieci Internet (komputer, smartfon, tablet), zdolnym do odbioru dźwięku (głośniki, słuchawki), zdolnym do przekazywania dźwięku (mikrofon) w celu interakcji pomiędzy trenerem a uczestnikiem, przeglądarką Windows: IE 11+, Edge 12+, Firefox 27+, Chrome 30+, Mac: Safari 7+, Firefox 27+, Chrome 30+.

2. Minimalna wymagana szybkość połączenia internetowego w celu korzystania z webinarów wynosi 2 Mb/s (zalecane połączenie szerokopasmowe).

3. Dołączenie następuje poprzez kliknięcie w indywidualny link wysłany mailem do uczestnika przed analizą oraz wpisanie imienia i nazwiska.

Ważność linku - od rozpoczęcia szkolenia do jego zakończenia zgodnie z harmonogramem w karcie.

Warunki techniczne niezbędne do udziału w usłudze znajdują się pod tym linkiem: <https://support.zoom.us/hc/en-us/articles/201362023-System-Requirements-for-PC-Mac-and-Linux>

Każdy uczestnik najpóźniej na dzień przed rozpoczęciem szkolenia zdalnego otrzyma na maila linki umożliwiające uczestnictwo w spotkaniu online-linki są ważne w danym dniu w godzinach trwania usługi.

Wymóg dla uczestników: wyrażenie zgody na przetwarzanie danych osobowych, w tym wizerunku.

W celu zapewnienia możliwości monitoringu szkolenia przez Operatora wymagane jest wyposażenie urządzenia na którym uczestnik będzie uczestniczył w szkoleniu w kamerę.

Kontakt



Piotr Sułkowski

E-mail psulkowski@gmail.com

Telefon (+48) 500 026 554