



LIFEPASS spółka z ograniczoną odpowiedzialnością

Brak ocen dla tego dostawcy

## Zapobieganie i zarządzanie wypaleniem zawodowym w środowisku szpitalnym.

Numer usługi 2024/08/01/164038/2247860

- 📍 Kielce / stacjonarna
- 🏠 Usługa szkoleniowa
- 🕒 16 h
- 📅 24.10.2024 do 25.10.2024

2 270,00 PLN brutto

2 270,00 PLN netto

141,88 PLN brutto/h

141,88 PLN netto/h

## Informacje podstawowe

<b>Kategoria</b>	Zdrowie i medycyna / Psychologia i rozwój osobisty
<b>Sposób dofinansowania</b>	wsparcie dla osób indywidualnych wsparcie dla pracodawców i ich pracowników
<b>Grupa docelowa usługi</b>	Szkolenie skierowane jest przede wszystkim do pracowników służby zdrowia, którzy są narażeni na wysokie poziomy stresu i ryzyko wypalenia zawodowego. Szkolenie jest przeznaczone dla lekarzy, pielęgniarek, ratowników medycznych oraz innych pracowników medycznych i pomocniczych pracujących w szpitalach i innych placówkach opieki zdrowotnej. Dodatkowo, mogą w nim uczestniczyć menedżerowie i kierownicy działów medycznych, którzy chcą lepiej zrozumieć problem wypalenia zawodowego w swoich zespołach oraz nauczyć się efektywnych strategii jego zapobiegania i zarządzania. Szkolenie jest również odpowiednie dla pracowników administracyjnych i personelu wspierającego, którzy codziennie współpracują z personelem medycznym i są narażeni na stresujące sytuacje charakterystyczne dla środowiska szpitalnego.
<b>Minimalna liczba uczestników</b>	10
<b>Maksymalna liczba uczestników</b>	20
<b>Data zakończenia rekrutacji</b>	23-10-2024
<b>Forma prowadzenia usługi</b>	stacjonarna
<b>Liczba godzin usługi</b>	16
<b>Podstawa uzyskania wpisu do BUR</b>	Standard Usługi Szkoleniowo-Rozwojowej PIFS SUS 2.0

# Cel

## Cel edukacyjny

Celem jest wyposażenie uczestników w wiedzę i umiejętności niezbędne do rozpoznawania, zapobiegania oraz skutecznego zarządzania wypaleniem zawodowym. Szkolenie ma na celu zwiększenie świadomości na temat przyczyn i objawów wypalenia zawodowego oraz rozwinięcie praktycznych umiejętności radzenia sobie z nim. Uczestnicy nauczą się identyfikować wczesne oznaki wypalenia u siebie i współpracowników, stosować techniki redukcji stresu oraz wprowadzać strategie wspierające zdrowie psychiczne i do

## Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Uczestnik potrafi zdefiniować wypalenie zawodowe, opisać jego przyczyny oraz rozumie, jak wpływa na zdrowie i wydajność pracowników w środowisku szpitalnym.	Test wiedzy pisemny obejmujący definicje, przyczyny i konsekwencje wypalenia zawodowego.	Test teoretyczny
Uczestnik potrafi rozpoznać fizyczne, emocjonalne i behawioralne objawy wypalenia zawodowego u siebie i innych pracowników.	Ćwiczenia praktyczne polegające na analizie przypadków i identyfikacji objawów wypalenia zawodowego.	Obserwacja w warunkach symulowanych
Uczestnik zna i potrafi zastosować techniki zapobiegające wypaleniu zawodowemu, takie jak techniki oddechowe, relaksacyjne, zarządzanie czasem	Demonstracja technik podczas warsztatów oraz prowadzenie dziennika praktyk.	Obserwacja w warunkach symulowanych
Uczestnik potrafi opracować i wdrożyć strategię zarządzania wypaleniem zawodowym w swojej codziennej pracy i w pracy zespołowej.	Opracowanie indywidualnego planu zarządzania wypaleniem zawodowym.	Debata swobodna
Uczestnik potrafi efektywnie komunikować się i współpracować z zespołem, aby wspólnie zarządzać wypaleniem zawodowym i wspierać dobrostan pracowników.	Symulacje i role-playing w grupach, skoncentrowane na komunikacji i współpracy w sytuacjach stresowych.	Obserwacja w warunkach symulowanych
Uczestnik rozumie znaczenie równowagi między życiem zawodowym a prywatnym i potrafi wprowadzać praktyki wspierające tę równowagę.	Dyskusje grupowe i indywidualne refleksje na temat praktyk wspierających równowagę.	Debata swobodna

## 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 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 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 potwierdza zastosowanie rozwiązań zapewniających rozdzielenie procesów kształcenia i szkolenia od walidacji

# Program

Dzień 1

## Powitanie i wprowadzenie

- Powitanie uczestników i przedstawienie programu szkolenia
- Cele i oczekiwane rezultaty szkolenia
- Wprowadzenie do problematyki wypalenia zawodowego w środowisku szpitalnym

## Zrozumienie wypalenia zawodowego

- Definicja i różne typy wypalenia zawodowego
- Przyczyny i czynniki ryzyka związane z wypaleniem zawodowym
- Wpływ wypalenia zawodowego na zdrowie i wydajność pracowników

## Identyfikacja objawów wypalenia zawodowego

- Fizyczne, emocjonalne i behawioralne objawy wypalenia zawodowego
- Rozpoznawanie wczesnych sygnałów ostrzegawczych
- Ćwiczenia praktyczne: Analiza przypadków i identyfikacja objawów wypalenia zawodowego

## Techniki zapobiegania wypaleniu zawodowemu – Część 1

- Wprowadzenie do technik redukcji stresu
- Techniki oddechowe i medytacyjne
- Ćwiczenia praktyczne: Demonstracja i praktyka technik oddechowych

## Strategie zarządzania wypaleniem zawodowym

- Indywidualne i zespołowe strategie zarządzania wypaleniem zawodowym
- Wdrażanie strategii w codziennej pracy
- Tworzenie indywidualnego planu zarządzania wypaleniem zawodowym

Dzień 2

## Techniki zapobiegania wypaleniu zawodowemu – Część 2

- Kontynuacja technik zapobiegania wypaleniu
- Techniki relaksacyjne i zarządzanie czasem
- Ćwiczenia praktyczne: Praktyka technik relaksacyjnych

## Komunikacja i współpraca w zespole

- Znaczenie efektywnej komunikacji w zarządzaniu wypaleniem zawodowym

- Techniki komunikacyjne w sytuacjach stresowych
- Symulacje i role-playing: Ćwiczenia w komunikacji i współpracy w zespole

#### Case studies i analiza rzeczywistych sytuacji

- Przegląd rzeczywistych przypadków wypalenia zawodowego w środowisku szpitalnym
- Analiza i dyskusja nad przyczynami i rozwiązaniami
- Ćwiczenia grupowe: Opracowanie strategii na podstawie case studies

#### Implementacja strategii zarządzania wypaleniem zawodowym

- Finalizacja indywidualnych planów zarządzania wypaleniem zawodowym
- Plan wdrożenia strategii w codziennej pracy
- Sesja pytań i odpowiedzi

#### Podsumowanie i ewaluacja

- Podsumowanie kluczowych punktów szkolenia
- Ewaluacja szkolenia przez uczestników
- Wręczenie certyfikatów uczestnictwa

## Harmonogram

Liczba przedmiotów/zajęć: 21

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
<b>1 z 21</b> Powitanie uczestników i przedstawienie programu szkolenia	Adam Chyb	24-10-2024	08:00	08:15	00:15
<b>2 z 21</b> Wprowadzenie do problematyki wypalenia zawodowego w środowisku szpitalnym: Cele i oczekiwane rezultaty szkolenia	Adam Chyb	24-10-2024	08:15	09:15	01:00
<b>3 z 21</b> Zrozumienie wypalenia zawodowego: Definicja, typy, przyczyny i czynniki ryzyka	Adam Chyb	24-10-2024	09:15	10:15	01:00
<b>4 z 21</b> Przerwa	Adam Chyb	24-10-2024	10:15	10:30	00:15

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
<b>5 z 21</b> Identyfikacja objawów wypalenia zawodowego: Fizyczne, emocjonalne i behawioralne objawy, wczesne sygnały ostrzegawcze	Adam Chyb	24-10-2024	10:30	11:30	01:00
<b>6 z 21</b> Ćwiczenia praktyczne: Analiza przypadków i identyfikacja objawów wypalenia zawodowego	Adam Chyb	24-10-2024	11:30	12:30	01:00
<b>7 z 21</b> Techniki zapobiegania wypaleniu zawodowemu – Część 1: Techniki oddechowe i medytacyjne, demonstracja i praktyka	Adam Chyb	24-10-2024	12:30	13:30	01:00
<b>8 z 21</b> Przerwa obiadowa	Adam Chyb	24-10-2024	13:30	14:00	00:30
<b>9 z 21</b> Strategie zarządzania wypaleniem zawodowym: Indywidualne i zespołowe strategie, wdrażanie strategii w codziennej pracy	Adam Chyb	24-10-2024	14:00	15:00	01:00
<b>10 z 21</b> Przerwa	Adam Chyb	24-10-2024	15:00	15:15	00:15
<b>11 z 21</b> Tworzenie indywidualnego planu zarządzania wypaleniem zawodowym	Adam Chyb	24-10-2024	15:15	16:00	00:45

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
<b>12 z 21</b> Techniki zapobiegania wypaleniu zawodowemu – Część 2: Techniki relaksacyjne i zarządzanie czasem, praktyka	Adam Chyb	25-10-2024	08:00	09:00	01:00
<b>13 z 21</b> Komunikacja i współpraca w zespole: Znaczenie efektywnej komunikacji, techniki komunikacyjne w sytuacjach stresowych	Adam Chyb	25-10-2024	09:00	10:00	01:00
<b>14 z 21</b> Przerwa	Adam Chyb	25-10-2024	10:00	10:15	00:15
<b>15 z 21</b> Symulacje i role-playing: Ćwiczenia w komunikacji i współpracy w zespole	Adam Chyb	25-10-2024	10:15	11:15	01:00
<b>16 z 21</b> Case studies i analiza rzeczywistych sytuacji: Przegląd przypadków wypalenia zawodowego w środowisku szpitalnym, analiza i dyskusja	Adam Chyb	25-10-2024	11:15	12:15	01:00
<b>17 z 21</b> Ćwiczenia grupowe: Opracowanie strategii na podstawie case studies	Adam Chyb	25-10-2024	12:15	13:15	01:00
<b>18 z 21</b> Przerwa obiadowa	Adam Chyb	25-10-2024	13:15	13:45	00:30

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
<b>19 z 21</b> Implementacja strategii zarządzania wypaleniem zawodowym: Finalizacja indywidualnych planów zarządzania wypaleniem zawodowym, plan wdrożenia strategii	Adam Chyb	25-10-2024	13:45	14:45	01:00
<b>20 z 21</b> Podsumowanie kluczowych punktów szkolenia, pytania i odpowiedzi	Adam Chyb	25-10-2024	14:45	15:45	01:00
<b>21 z 21</b> Ewaluacja szkolenia przez uczestników, wręczenie certyfikatów uczestnictwa	Adam Chyb	25-10-2024	15:45	16:00	00:15

## Cennik

### Cennik

Rodzaj ceny	Cena
Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	2 270,00 PLN
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	2 270,00 PLN
Koszt osobogodziny brutto	141,88 PLN
Koszt osobogodziny netto	141,88 PLN

## Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



1 z 1

## Adam Chyb

Przedsiębiorca, prowadzący działalność w branży szkoleniowej, finansowej, eventowej oraz gastronomicznej. Prezes Zarządu Lumina Energy Polska sp. z o.o. Ponad 20-letnie doświadczenie w prowadzeniu wykładów i szkoleń. Posiada bogate doświadczenie w tworzeniu i realizacji projektów dla różnorodnych organizacji, w tym ZUS, Kancelarii Prezesa Rady Ministrów, Ministerstwa Finansów, Ministerstwa Rozwoju Regionalnego, Lasy Państwowe, NFOŚ, Urzędów Marszałkowskich oraz Gminnych, a także dla organizacji pozarządowych. Doświadczenie w marketingu politycznym jako szef kampanii wyborczych, oraz specjalista w zarządzaniu zespołami handlowców.

# Informacje dodatkowe

## Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Uczestnik otrzymuje zaświadczenie ukończenia szkolenia.

## Warunki uczestnictwa

Niezbędnym warunkiem uczestnictwa w szkoleniach i doradztwie, które dofinansowane są z funduszy europejskich jest założenie konta w Bazie Usług Rozwojowych. Następnie zapis na wybrane szkolenie za pośrednictwem Bazy Usług Rozwojowych, spełnienie warunków przedstawionych przez danego Operatora, który dysponuje funduszami. Złożenie dokumentów o dofinansowanie do usługi rozwojowej u Operatora Usługi, zgodnie z wymogami jakie określił.

# Adres

ul. Tarnowska 15  
25-394 Kielce  
woj. świętokrzyskie

## Udogodnienia w miejscu realizacji usługi

- Klimatyzacja
- Wi-fi
- Laboratorium komputerowe
- Udogodnienia dla osób ze szczególnymi potrzebami

# Kontakt



## Lucyna Kuchta

**E-mail** kontakt@edumeo.pl

**Telefon** (+48) 577 203 338