



EVROPSKÁ UNIE
Evropské strukturální a investiční fondy
Operační program Výzkum, vývoj a vzdělávání



Workshop, DVPP Syndrom vyhoření

Lektorka: Mgr. Katarína Krahulová, Ph.D.

Kdy:
ve čtvrtek 21. 2. 2019
14:00 – 18:00

Kde:
Knihovna Karla Dvořáčka ve Vyškově, Velký sál

Jsmo v půlce školního roku a mnoho učitelů si pokládá otázku, jak si udržet energii a nadšení alespoň do prázdnin. Proč jsou pomáhající profese náročné a jaký stres máme v práci? A co s tím? Budeme diskutovat, jak je to u Vás ve škole a co potřebujete.

Zjistíme zjevné, ale i ty opravdové příčiny syndromu vyhoření včetně rad a tipů, jak nevyhořet.

Co získáte?

Informace k tématu stres a syndrom vyhoření v učitelství profesí.
Návod na konkrétní akční kroky a strategie k prevenci, jak nevyhořet.

Co Vás naučíme?

Jak mapovat stres ve své práci.
Jak se naučit plánovat a změnit přístup ke své práci.

LEKTORKA

Mgr. Katarína Krahulová, Ph.D.

Katarína Krahulová se tomuto tématu věnuje již 10 let a v rámci své doktorské práce přenesla tento přístup od Christiny Maslach z USA. Z analýzy můžeme následně vycházet a tvořit akční plán prevence v oblasti práce, vztahů či hodnot.

**Workshop je hrazen z projektu MAP II a je pro účastníky ZDARMA!
Přihlášení je možné do pondělí 18. 2. 2019. Kapacita omezena.**



masvyskovskomap@seznam.cz, 777 582 766