



Wypalenie zawodowe: rozpoznanie, profilaktyka, jak sobie radzić w pracy lekarza?

Cel szkolenia:

Wyposażenie lekarzy w wiedzę i praktyczne narzędzia umożliwiające rozpoznawanie objawów wypalenia zawodowego, wdrażanie działań profilaktycznych oraz skuteczne radzenie sobie z obciążeniami wynikającymi z wykonywania zawodu, w celu ochrony dobrostanu psychicznego i utrzymania wysokiej jakości opieki nad pacjentami.

Wykładowca:

- **Joanna Zawanowska - certyfikowana psychoterapeutka poznawczo-behawioralna, certyfikowana terapeutka par, certyfikowana trenerka biznesu. Pracuje jako wykładowczyni na Warszawskim Uniwersytecie Medycznym, gdzie prowadziła m.in. ćwiczenia z psychiatrii, komunikacji medycznej oraz warsztaty z budowania odporności psychicznej. Pracowała na psychiatrycznym oddziale klinicznym w Mazowieckim Szpitalu Wojewódzkim „Drewnica”. Pracuje w Poradni Zaburzeń Psychiczych dla lekarzy i studentów medycyny w Centrum Terapii Dialog. Wykładowczyni w Szkole Terapii Dialog, prowadzi szkolenia z obszaru psychologicznego takie jak radzenie sobie ze stresem, lękiem, dla firm oraz różnych organizacji, prowadzi również psychoedukacyjną grupę wsparcia dla osób z zaburzeniami nastroju. Członkini Polskiego Towarzystwa Terapii Poznawczej i Behawioralnej. Publikowała m.in. w kwartalniku Terapii Poznawczo-Behawioralnej. Magister antropologii kultury i magister psychologii po Uniwersytecie Warszawskim. Po godzinach z zamiłowania również przewodniczka po Warszawie.**

Program szkolenia:

Dwugodzinny wykład obejmuje tematykę rozpoznawania objawów, etapów,

profilaktyki oraz strategii zaradczych przy wypaleniu zawodowym. Treść może być przydatna w celu dokonania autodiagnozy jak i uważności na wypalonych współpracowników w otoczenia. Pomoże lekarzom lepiej radzić sobie z pierwszymi symptomami wypalenia oraz mu zapobiegać. Jego celem jest zwiększenie świadomości na temat problemu.

Do kogo kierowane jest szkolenie:

Dla lekarzy wszystkich specjalizacji:

- **chcących poszerzyć swoją wiedzę na temat wypalenia zawodowego w kontekście pracy w służbie zdrowia**
- **chcących podnieść świadomość zagrożeń związanych z wypaleniem zawodowym oraz jak sobie z nim radzić.**

