



Zjawisko hejtu - skąd się bierze, jak reagować, jak zapobiegać?

W ostatnim czasie nasiliły się ataki hejterskie na lekarzy. Agresja w sieci, często na pograniczu gróźb, szydzenie z kompetencji ale też lekarzy jako osób prywatnych jest mocno obecne w internecie. Obserwacje, ale też liczne badania potwierdzają, że pandemia nasiliła to zjawisko. To dość paradoksalne, biorąc pod uwagę jak dużo lekarze, pracownicy służby zdrowia przyjęli na siebie w walce z pandemią.

Najlepszym sposobem na wypracowanie mechanizmów radzenia sobie z hejtem jest zrozumienie tego zjawiska i wypracowanie skutecznych sposobów radzenia sobie z nim.

Podczas szkolenie poruszone będą następujące zagadnienia:

1. Mechanizm powstawania hejtu,
2. Obraz hejtera
3. Jak hejt wpływa na naszą psychikę
4. Jak reagować, a może nie reagować na atak?
5. Czy można zapobiec hejtowi?
6. Jak dbać o swój dobrostan i radzić sobie z emocjami wywołanymi przez hejt
7. Gdzie i kiedy szukać pomocy w konfrontacji z hejtem?
8. Omówienie przypadków hejtu i opis zastosowanych działań.

Webinar będzie miał charakter wykładu z możliwością zadawania pytań przez uczestników.

Czas trwania: 2 h

