

Kolejne dwie grupy uczestników ukończyły jednodniowe szkolenie pn. „Wypalenie zawodowe w pracy pracownika pomocy społecznej”

Wypalenie zawodowe wśród pracowników pomocy społecznej to poważny i coraz powszechniejszy problem, który wynika z ciągłego obciążenia emocjonalnego, nadmiaru obowiązków oraz ograniczonych zasobów organizacyjnych.

Do głównych czynników ryzyka należą: przeciążenie pracą, wysoki poziom stresu, niskie wynagrodzenie, brak wsparcia ze strony przełożonych, a także trudne relacje z klientami.

Osoby o wysokiej empatii, z silnym poczuciem odpowiedzialności i skłonnością do perfekcjonizmu są szczególnie narażone na wypalenie.

W radzeniu sobie z wypaleniem zawodowym kluczowe jest skuteczne wykorzystanie dostępnych zasobów – zarówno osobistych, jak i środowiskowych.

Wsparcie społeczne (zarówno ze strony współpracowników, jak i bliskich), rozwój kompetencji miękkich (asertywność, komunikacja, organizacja pracy), a także korzystanie z superwizji, szkoleń czy pomocy psychologicznej znacząco wzmacniają odporność psychiczną. Dużą rolę odgrywa także rozwijanie samoświadomości i dbanie o własne granice.

Praca w zawodach pomocowych niesie ogromną wartość społeczną, ale wymaga systematycznej troski o siebie i innych. Wypalenie zawodowe można ograniczać – poprzez wiedzę, świadome działania i wspólne budowanie środowiska pracy opartego na wzajemnym szacunku i wsparciu.

Szkolenia organizowane były w ramach projektu „Koordynacja działań w zakresie polityki społecznej dla województwa łódzkiego” w ramach programu Fundusze Europejskie dla Rozwoju Społecznego 2021-2027 współfinansowanego ze środków Europejskiego Funduszu Społecznego Plus, Priorytet IV Spójność społeczna i zdrowie, Działanie 4.13 Wysokiej jakości system włączenia społecznego.



Fundusze Europejskie
dla Rozwoju Społecznego



Rzeczpospolita
Polska

Dofinansowane przez
Unię Europejską

