Dyskutowali o stresie w miejscu pracy

Autor: Arkadiusz Kaczor Data publikacji: 25.05.2018

Wzmocnienie zdrowia psychicznego osób pracujących w zakresie radzenia sobie ze stresem w miejscu pracy oraz umiejętności zachowania równowagi między pracą a życiem prywatnym były tematem konferencji, która odbyła się w czwartek 24 maja br. Wojewódzki Urząd Pracy w Katowicach był partnerem w organizacji przedsięwzięcia.



Głównym celem jaki przyświecał organizatorom było podzielenie się informacja o tym jak radzić sobie ze stresem i zjawiskiem wypalenia zawodowego. Konferencja była adresowana do pracowników Państwowych Służb Zatrudnienia, MOPS-ów, Ośrodków Interwencji Kryzysowych oraz PCPR-ów.

Przedstawiciele katowickiego WUP omówili podczas spotkania pojęcie stresu, jego rodzaje, przyczyny, a także wskazali grupy szczególnego ryzyka. Nie zabrakło także analizy wpływu stresu i wypalenia zawodowego na funkcjonowanie firmy a także recepty jak tym negatywnym zjawiskom przeciwdziałać.

foto: Urząd Marszałkowski Województwa Śląskiego