

## **СООПШТЕНИЕ ЗА СТУДЕНТИТЕ НА МИТ УНИВЕРЗИТЕТ**

**На 30 Март, со почеток во 10. 00 часот, во амфитеатарот на МИТ УНИВЕРЗИТЕТ, ќе се одржи -**

### **ОБУКА ЗА СПРЕЧУВАЊЕ НА BURNOUT (НАПРЕДНО СПРАВУВАЊЕ СО КОНФЛИКТИ)**

**Главен предавач – Јове Хаџиески**

**Агенда на обуката:**

#### **1. Дефинирање и препознавање**

- Што е BURNOUT
- Како се манифестира
- Кој е најподложен на burnout

#### **2. Причини, процес и последици**

- Што е конфликт
- Што е стрес
- Кои се главни причини кои доведуваат до burnout
- Каде и како настанува конфликтот и стресот, чијашто последица е burnout ефектот

#### **3. Свесност – внатрешна способност за справување со burnout**

- Како да се намали, совлада и надмине burnout ефектот
- Свесност за постоење и лоцирање на конфликтот и стресот
- Свесност за слабостите и јаките страни на индивидуата
- Проширување на свесноста – јакнење на внатрешните потенцијали и капацитети

**Која е целта на оваа работилница?**

Целта на оваа работилница е да им помогне на учесниците да ги идентификуваат причините на работно место кои ги водат до вознемирено однесување. Дидактичкиот пристап обезбедува конструктивни алатки и стратегии кои помагаат да не се шири и разлева бесот, да ги менаџираат бесот и конфликтите на соодветен и професионален начин, вклучувајќи

- Зголемување на емоционалната интелигенција

- Тренирање на емпатија
- Трансформирање на конфликт во соработка

### **За кого е наменета оваа обука?**

Обуката е прилагодена на секоја индивидуа и затоа е функционална и ефикасна

### **Кои се бенефити од посетеност на оваа обука?**

Бенефитот од посетата на оваа обука е зголемена свесност која води кон зголемување на мирот во умот и зацврстување на внатрешните потпори и самодовербата, јакнење на внатрешните капацитети, способности и вештини за најефикасно справување со конфликти, стресови и burnout.

### **За Предавачот:**

Хаџиески Јове, дипломиран психолог/психотерапевт/гешталт терапевт. Завршил психологија на Институтот за психологија при Универзитетот Кирил и Методиј, Скопје; четири годишна едукација во центарот за Гешталт терапија во Белград, кај Младен Костиќ; година и пол едукација од Гешталт терапија во Гешталт Институт во Кливленд, Охајо, USA, долгогодишно искуство како психолог/психотерапевт во Медицинскиот центар во Битола. Во Америка има искуство во Mercy Medical Center, Canton, OH; Ohio Psychiatric Hospital, Columbus. Моментално е третседател на Интернационалниот Гешталт Институт на Македонија и член на Надзорен Орган на македонска Асоцијација на Надарени и Талентирани.

ПОСЕТАТА НА ОВАА ОБУКА ЗА СТУДЕНТИТЕ НА МИТ Е БЕСПЛАТНА