

Burnout Sindrom izgaranja na poslu

Irena Radić, poslovni psiholog i psihoanalitički psihoterapeut

Uvod

Da li vas je skoro neko pitao kako ste, na način da zaista možete da razmislite o tome i da kažete kako se osećate? Da li vi nekada sami razmišljate o tome kako se osećate?

Danas ćemo imati priliku da mislimo o tome kako se osećamo i kako možemo da se osećamo bolje.

Na ovom kursu, kroz naučna saznanja i praktične savete naučićete kako da bolje upravljate stresom da ne bi došlo do burnouta ili kako da izađete iz burnouta ako ste trenutno u toj fazi.

Ako poznajemo svoje unutrašnje procese, možemo bolje da ih kontrolišemo, da se zaštitimo i da unapredimo kvalitet života. Ostanite sa nama i videćete da nije pretenciozno reći da ovaj kurs može bukvalno da vam produži život.

O predavaču

Irena Radić je poslovni psiholog i psihoanalitički individualni i grupni psihoterapeut. Radila je više od 15 godina u kompanijama srednje veličine u okviru IT i kreativne industrije na poziciji direktorke HR sektora i susrela se puno puta sa Burnou-om. Jasno joj je da se ovaj fenomen ne prevazilazi u “tri koraka”, već da je potrebno dosta ličnih napora da bi se prevenirao ili prevazišao Burnout ako do njega dođe. Ovde deli saznanja koja zahtevaju razmišljanje i vežbu da bi bili od koristi. Sva saznanja su naučno potkrepljena i nisu proizvod popularne psihologije. Predavač već 15 godina radi u privatnoj praksi kao psihoterapeut, ali i poslovni konsultant za firme male i srednje veličine, kao i za pojedince.