



INSTITUTUL NAȚIONAL AL JUSTIȚIEI
NATIONAL INSTITUTE OF JUSTICE

“A P R O B”

Șef Direcție instruire și cercetare

Alexandra NICA

SEMINAR

Sindromul arderii profesionale

7-8 februarie 2019, ora 09:00
mun. Chișinău, str. S.Lazo 1

DURATA: 16 ore academice

BENEFICIARI: Judecători, membri ai Grup-resursă de tineri judecători

ORGANIZATOR: Institutul Național al Justiției

FORMATORI:

- Carolina TRIGUB, psiholog, formator INJ;
- Alexandru CIOBANU, medic-psihiatru

OBIECTIVELE ACTIVITĂȚII DE FORMARE:

- ✓ Determinarea etiologiei sindromului arderii profesionale și a comportamentelor somatice asociate acestuia;
- ✓ Obținerea cunoștințelor psihologice, a metodelor de recuperare și a practicilor utile de depășire a SAP;
- ✓ Contribuirea la elaborarea unor programe de recuperare a personalului judecătoresc și verificarea eficienței unor astfel de programe.

AGENDA	
08:45 – 09:00	<i>Înregistrarea participanților</i>
09:00 – 10:30	Sindromul arderii profesionale vs. stres. Repere și diagnostic Carolina TRIGUB
10:30 – 10:45	Pauză
10:45 – 12:15	Resurse interne și tehnici de coping Alexandru CIOBANU
12:15 – 13.15	Prânz
13:15 – 14:45	Sindromul arderii profesionale prin prisma crizelor de vârstă Carolina TRIGUB
14:45 – 15:00	Pauză
15:00 – 16:30	Dezvoltarea unor boli psihosomatice în urma stresului Alexandru CIOBANU
16:30 – 16:45	Concluzii. Feedbackul beneficiarilor

Ziua II

09:00 – 10:30	Trauma psihologica și etapele ei Carolina TRIGUB
10:30 – 10:45	Pauză
10:45 – 12:15	Emoții distructive și tehnici de coping Alexandru CIOBANU
12:15 – 13.15	Prânz
13:15 – 14:45	Depășirea amintirilor traumatizante și a stărilor morbide. Tehnici de art-terapie Carolina TRIGUB
14:45 – 15:00	Pauză
15:00 – 16:30	Comunicare eficientă după depășirea traumei Alexandru CIOBANU
16:30 – 16:45	Concluzii