

Trudne emocje w opiece nad bliskim - zaproszenie na szkolenie online



Trudne emocje w opiece nad bliskim - zaproszenie na szkolenie online

Data publikacji

03.07.2026 13:26

Fundacja TZMO „Razem Zmieniamy Świat” w ramach programu „Damy Radę” zaprasza na kolejne szkolenie online dla opiekunów domowych.

Szkolenie pt. „Trudne emocje w opiece nad bliskim. Jak zrozumieć konflikt i łatwiej go rozwiązać?” poprowadzi pan Leszek Guga – absolwent psychologii organizacji na Uniwersytecie Łódzkim oraz szkoły trenerów zarządzania MATRiK. Od początku swojej kariery zawodowej związany z branżą farmaceutyczną i sektorem zdrowia. Specjalizuje się w tematyce opieki długoterminowej, stresu, poczucia kontroli i własnej skuteczności.

Szkolenie odbędzie się 07.07.26 r., w godz. 10:00-12:00.

Zagadnienia poruszane na szkoleniu:

- Emocje opiekuna i podopiecznego w procesie długotrwałej opieki.
- Wpływ stresu, zmęczenia i przeciążenia na relacje rodzinne.
- Rozpoznawanie własnych reakcji emocjonalnych.
- Konstruktywne i destrukcyjne sposoby reagowania na konflikty. Techniki rozwiązywania problemów.
- Budowanie granic i dbanie o własny dobrostan. Role, obowiązki i oczekiwania członków rodziny.

Udział w szkoleniu wymaga wcześniejszej rejestracji pod [linkiem](#).

Źródło: https://damy-rade.info/szkolenie/trudne-emocje-w-opiece-nad-bliskim_-jak-zrozumiec-konflikt-i-latwiej-go-rozwiazac

Grafika: <https://www.pexels.com/pl-pl/zdjecie/opieka-nad-osobami-starszymi-w-domu-polaczenie-miedzypokoleniowe-29373893/>

- [PDF](#)
- [Drukuj](#)
- [Share](#)

- [Więcej aktualności](#)
- [Archiwum aktualności](#)