

Spotkanie w ramach SIECI WSPÓŁPRACY PSYCHOLOGÓW I PEDAGOGÓW

Powiatowa Poradnia Psychologiczno-Pedagogiczna w Opatówku miała przyjemność gościć dziś nauczycieli, psychologów i pedagogów przedszkolnych i szkolnych z Powiatu Kaliskiego w ramach Sieci Współpracy.

Spotkanie o temacie „Dbając o innych, dbajmy o siebie – dobrostan nauczyciela w codziennej praktyce” poprowadziła mgr Kinga Rogozińska-Paczesna – psycholog i psychoterapeuta CBT.

Specjaliści mieli możliwość:

- Zrozumieć Czym jest dobrostan,
- Nauczyć się rozpoznawać czynniki stresu i przeciążenia,
- Poznać proste, praktyczne strategie dbania o siebie,
- Zainspirować się do wprowadzenia małych zmian w swojej codzienności.

Dziękujemy wszystkim uczestnikom za obecność, zaangażowanie i inspirujące rozmowy!

Do zobaczenia na kolejnych spotkaniach Sieci Współpracy Psychologów i Pedagogów!