

Wyższa Szkoła Straży Granicznej

<https://wssg.strazgraniczna.pl/wss/archiwum-aktualnosci/55932,Turnus-antystresowy-dla-funkcjonariuszy-SG.html>
06.10.2024, 14:27

Turnus antystresowy dla funkcjonariuszy SG

Mariusz Makara
06.06.2023

W dniach od 22 maja do 2 czerwca br. w obiekcie szkoleniowym Centralnego Ośrodka Szkolenia Straży Granicznej w Koszalinie odbyła się kolejna edycja turnusu antystresowego dla funkcjonariuszy Straży Granicznej.

Uczestnikami turnusu byli funkcjonariusze z Bieszczadzkiego, Śląskiego, Podlaskiego, Nadodrzańskiego Oddziału Straży Granicznej oraz z Ośrodka Szkoleń Specjalistycznych Straży Granicznej.

Funkcjonariusze podczas 2 - tygodniowego turnusu z zaangażowaniem uczestniczyli w proponowanych formach aktywności, które miały na celu doskonalenie umiejętności radzenia sobie ze stresem oraz przeciwdziałanie wypaleniu zawodowemu. W trakcie zajęć uczestnicy poznali prozdrowotne strategie i metody radzenia sobie w sytuacjach stresujących, a także współpracy w grupie i komunikacji interpersonalnej.

Turnus antystresowy przeprowadzili: kpt. SG Magdalena Świś – psycholog Służby Zdrowia oraz mjr SG Marek Kulon – wykładowca Zakładu Działań Specjalnych COSSG w Koszalinie.

