

Тренингом против стреса

Да би се они који помажу зависницима на неки начин заштитили од стресних ситуација у НВО „Препород“ превентивно су се подвргли „Burning out“ тренингу. Како је појаснио **Јован Булајић**, битисање са дрогама доноси само тешке и стресне ситуације у животе свих у породицама зависника. Запослени у „Препороду“ који помажу зависницима њихове животне приче преживљавају као личне.

– За особе које су свакодневно у прилици да се контактирају стресним животним приликама других људи, без обзира да ли се ради о психијатру, психологу, социологу, залијеченом зависнику, или било коме другом ко носи терет других, савремена медицина каже да су близу синдрому „прегоријевања“. Да би предуприједили такву могућност, и што дуже били у ситуацији да будемо

подршка зависницима који то од нас очекују, у „Препороду“ смо се превентивно подвргли „burning out“ тренингу. Савјетница, специјално обучена да пружи помоћ помагачима, на тродневном тренингу нас је обучила методама „заштите“ од прегоријевања– рекао је Булајић.

Он истиче да су такви тренинзи законом обавезни за људе који помажу зависницима било гдје у Европи, и полугодишња су пракса. Уједно „burning out“ тренинг у „Препороду“ посљедња је активност у њиховом пројекту „Мост“ који су реализовали протеклих годину дана уз подршку Фондације за активно грађанство (ФАКТ) и ЦНФ-а. Булајић каже да су тим пројектом успоставили мост са зависницима из седам црногорских градова и то Пљеваља, Бијелог Поља, Бара, Будве, Цетиња, Улциња и Херцег Новог.