



PRZECIWDZIAŁANIE WYPELENIU ZAWODOWEMU

WARSZTAT ONLINE DLA PRACOWNIKÓW DZIAŁÓW HR

GRATIS
DOSTĘP DO KURSU
ONLINE
"ŻYJ DO SYTA"



ZAŁOŻENIA

Przeciwdziałanie wypaleniu zawodowemu w organizacji to praktyczne warsztaty dla osób zajmujących się zarządzaniem zasobami ludzkimi. Ich uczestnicy zostają wyposażeni w niezbędne narzędzia do zapobiegania negatywnym efektom przedłużającego się stresu wśród pracowników.

Program warsztatu został zaprojektowany w taki sposób, aby biorący w nim udział Specjaliści HR, HR Business Partnerzy, Wellbeing czy Happiness Menadżerowie poznali zasady profilaktyki wypalenia zawodowego oraz sposoby interwencji w sytuacji, kiedy ta trudność już wystąpi. Ważnym elementem warsztatów będzie również omówienie współczesnej roli HR w kontekście aktualnych wyzwań pracy zdalnej oraz wzrostu problemów ze zdrowiem psychicznym pracowników. W szkoleniu omówione zostaną możliwe strategie pomocy osobom zatrudnionym - jak może pomóc HR, ale też, kiedy potrzebne jest wsparcie psychologiczne.

Warsztat Przeciwdziałanie wypaleniu zawodowemu w organizacji to oparty na dowodach, praktyczny trening umiejętności, który obejmuje w szczególności:



Zdobędziesz wiedzę:

- o neurobiologii emocji i stresu,
- o przyczynach wypalenia zawodowego,
- jak rozpoznawać u pracownika - również pracującego zdalnie,
- o tym, jakie są kroki w zmianie od problemu do jego rozwiązania w sytuacji przedłużającego się stresu w miejscu pracy.



Rozwiniesz umiejętność:

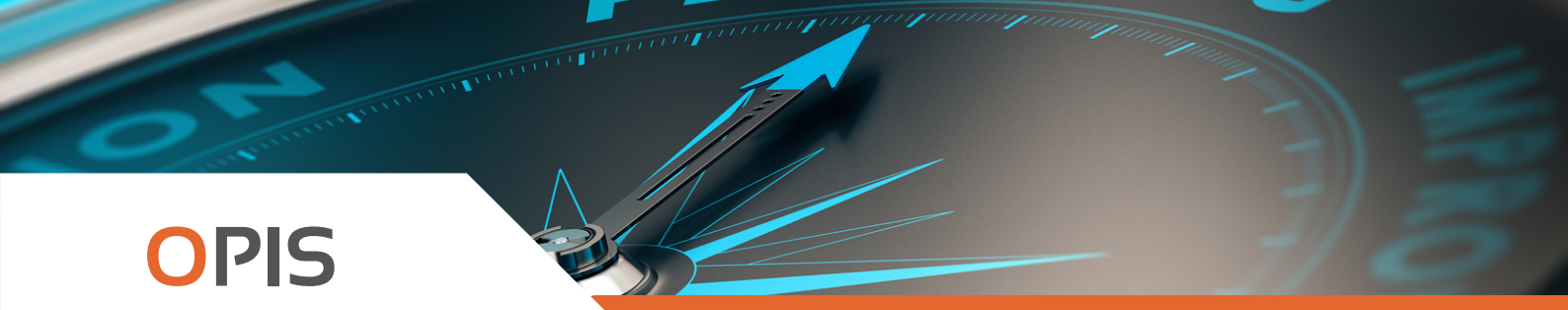
- Prowadzenia rozmowy z pracownikiem na różnych etapach wypalenia zawodowego
- Radzenia sobie z trudnymi emocjami jakie przeżywa pracownik.
- Prowadzenia działań edukacyjnych
- Planowania interwencji na poziomie zespołu i organizacji.
- Planowanie działań rozwijających zaangażowanie pracowników



Wzmocnisz postawy:

- otwartości i tolerancji wobec problemów pracowników,
- zdrowego angażowania się w pomoc innym w pracy,
- dbania o siebie w roli osoby pomagającej.





OPIS

szkolenia

SZKOLENIE - PRZECIWDZIAŁANIE WYPALENIU ZAWODOWEMU - WARSZTAT DLA PRACOWNIKÓW HR /2 dni po 6h online/

Rozumienie wypalenia zawodowego:

- przedłużający się stres jako powód wypalenia zawodowego,
- źródła stresu - przyczyny burnoutu,
- kontinuum zaangażowanie-pracoholizm
- wypalenie zawodowe (model wymagania w pracy-zasoby) w sytuacji pracy stacjonarnej i zdalnej.

Profilaktyka wypalenia zawodowego - lepiej zapobiegać niż leczyć:

- budowanie zdrowego zaangażowania w pracę od samej rekrutacji,
- kontraktowanie udziału menadżerów i zarządu w działaniach profilaktycznych,
- dobrostan w miejscu pracy.

Czynniki leczące w wypaleniu zawodowym:

- działania indywidualne,
- działania zespołu,
- działania organizacji.

Zdrowie psychiczne pracownika:

- szukanie cech wypalenia zawodowego u pracowników w oparciu o wskazania jedenastej edycji Międzynarodowej Klasyfikacji Chorób (ICD-11),
- czerwone flagi, czyli kiedy kierujemy do specjalisty zdrowia psychicznego?

Rozmowy z pracownikami:

- tworzenie bezpiecznej przestrzeni do rozmowy stacjonarnie i online,
- jak motywować, a nie demotywować w sytuacji problemu (transteoretyczny model zmiany i założenia Dialogu Motywującego),
- uświadamianie problemu,
- inspirowanie do działania,
- radzenie sobie z trudnymi emocjami pracownika.

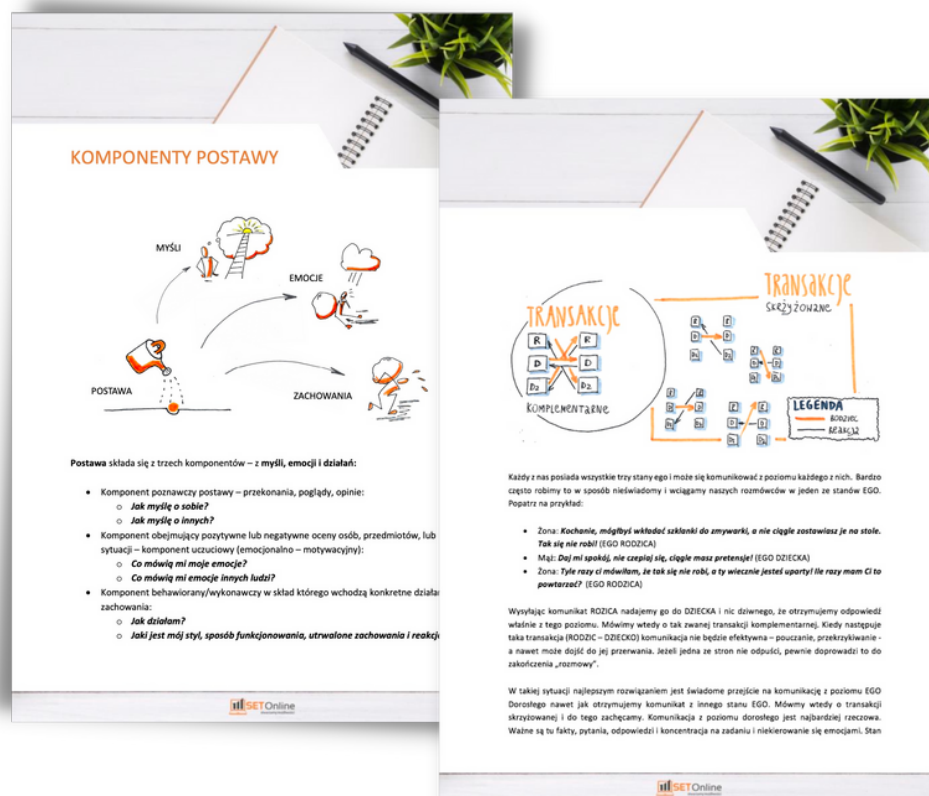
MATERIAŁY szkoleniowe

Każdy uczestnik projektu otrzyma:

- Wyjątkowy podręcznik szkoleniowy.
- Materiały w wersji elektronicznej na platformie e-learningowej SET Online® - materiały merytoryczne, prezentacje wykorzystywane przez trenerów podczas szkoleń, zdjęcia flipchartów i materiały bonusowe.
- Wygodną aplikację na smartfona z dostępem do platformy e-learningowej SET On-line.
- Zadania wdrożeniowe do samodzielnej realizacji zgodnie z programem Warsztatu.
- Przestrzeń w chmurze na materiały, notatki, narzędzia.



Przykładowe materiały



PROWADZĄCY

zajęcia i wsparcie psychologiczne



KAROL PIASECKI

Trener, Terapeuta Terapii Akceptacji i Zaangażowania, Psychoterapeuta w trakcie certyfikacji. Od wielu lat współpracuje z firmami komercyjnymi (windykacja, transport i spedycja) w zakresie rozwoju pracowników. Obecnie właściciel gabinetu pomocy psychologicznej, w którym wspiera klientów w radzeniu sobie ze stresem, wypaleniem zawodowym i pomaga im w odzyskaniu pełni zdrowia po kryzysach prywatnych i zawodowych. Specjalizuje się w szkoleniach z zakresu rozwoju odporności psychicznej i psychologii pozytywnej oraz wsparciu w kryzysach emocjonalnych.



JACEK JOKŚ

Trener, Coach certyfikowany na poziomie PCC przez International Coach Federation, supervisor coachingu. Konsultant ds. rozwoju organizacji i pracowników w międzynarodowym koncernie branży automotive. Ponadto członek zespołu jednej z poznańskich pracowni psychologicznych, gdzie w zaiszczeniu gabinetu wspiera klientów w odnajdywaniu dobrostanu i szukaniu siebie.

Aktualnie pobiera naukę w zakresie psychoterapii w nurcie Gestalt w WSPG. Specjalizuje się w szkoleniach z zakresu rozwoju kompetencji coachingowych. Duże doświadczenie w prowadzeniu procesów rozwojowych pozwala mu efektywnie prowadzić zajęcia w Szkole Coachów i Szkole Coachingu Zespołowego Akademii SET®.



PROWADZĄCY

zajęcia i wsparcie psychologiczne



KATARZYNA PREIDL

Trener Biznesu i Rozwoju Osobistego z ogromną pasją, Coach Kryzysowy, Mentor, Konsultant Biznesu i Przedsiębiorca. Uwielbia wydobywać z ludzi drzemiący w nich potencjał. Szkolenia prowadzi od 2014 roku.

Uczy świadomego radzenia sobie ze stresem. Wspiera w rozwoju trenerów i dydaktyków. Do tej pory współpracowała z różnej wielkości organizacjami w branżach takich jak: przemysł, budownictwo, ochrona zdrowia, uczelnie wyższe, finanse i ubezpieczenia, nowe technologie.



COME IN

CO JESZCZE W... ofercie Grupy SET?

