

JAK PRZECIWDZIAŁAĆ WYPALENIU ZAWODOWEMU PRACOWNIKÓW?

DIAGNOZA I COACHING ROZWOJOWY.

PROGRAM AUTORSKI - DR KAMILI PAWŁOWSKIEJ

■ INFORMACJE OGÓLNE

- ✓ Czas trwania szkolenia – 16 godzin.
- ✓ Miejsce realizacji – dowolne, istnieje możliwość przeprowadzenia szkolenia na terenie całej Polski.
- ✓ Liczba osób w grupie – od 8 do 14.
- ✓ Rodzaj szkolenia – szkolenie zamknięte (dla kierowników konkretnej firmy), otwarte (dla kierowników różnorodnych firm, właścicieli, zajmujących się zarządzaniem pracą pracowników).
- ✓ Cena szkolenia: do negocjacji.
- ✓ Cena obejmuje: materiały szkoleniowe, wyniki testów wraz z interpretacją psychologiczną, przerwy kawowe, lunch, dyplom ukończenia szkolenia.

■ UCZESTNICY

Szkolenie skierowane jest do pracodawców oraz kierowników, którzy chcieliby zwiększyć swoją świadomość związaną z dostrzeganiem syndromów wypalenia zawodowego u swoich pracowników (czasami również u siebie). Uczestnicy zostaną zapoznani z narzędziami służącymi profilaktyce, jak również podejmowaniu kroków zaradczych przy zdiagnozowaniu możliwości zaistnienia syndromu wypalenia zawodowego. Zostanie przedstawiona tematyka coachingu rozwojowego jako wspierająca metodą w przeprowadzeniu człowieka ze stanu bierności do aktywności zawodowej.

■ CEL SZKOLENIA

Podniesienie świadomości na temat zjawiska wypalenia zawodowego wśród osób zajmujących stanowiska kierownicze, odpowiedzialnych za zarządzanie pracą innych – podległych osób.

Dobre zarządzanie związane jest między innymi z umiejętnością motywowania pracowników. Czasami system motywacyjny przestaje być wyzwaniem dla pracowników, a wszelkie wprowadzane zmiany na tle zarządzania zasobami ludzkimi nie przynoszą firmie oczekiwanych rezultatów. Prawdopodobnie problemem jest obniżenie aktywności pracowników spowodowane wypaleniem zawodowym. Przyczyny wypalenia są różnorodne, jednak największa część z nich dotyczy sposobu pracy i wymagań stanowiskowych. Wykonywanie rutynowych prac, prac pod presją czasu, czy też podleganie długotrwałym lub powtarzającym się obciążeniom w pracy – to główne niebezpieczeństwa wywołujące proces wypalenia zawodowego. Jak dostrzec zmiany w odpowiednim czasie? Jak podjąć działania aby nie stracić pracowników? Jak być pracodawcą fair play? I jak w rezultacie wskrzesić ogień, który gaśnie? Na takie i podobne pytania pomogę znaleźć Państwu odpowiedzi w trakcie proponowanego szkolenia.

■ METODY PRACY

Szkolenie będzie prowadzone za pomocą aktywnych metod. Szkolenie będzie składało się z części teoretycznej i praktycznej. Każdy z uczestników otrzyma materiały szkoleniowe oraz zestaw testów psychologiczno-

zawodowych służących do: diagnostyki syndromów wypalenia zawodowego, pomiaru aktywności zawodowej, motywowania pracowników w procesie zmiany.

■ KORZYŚCI Z UDZIAŁU W SZKOLENIU

- ✓ Podniesienie świadomości dotyczącej roli syndromu wypalenia zawodowego
- ✓ Zapoznanie się z podstawowymi objawami i fazami wypalenia zawodowego.
- ✓ Zdiagnozowanie własnego poziomu wypalenia zawodowego.
- ✓ Umiejętność zdefiniowania czynników „wypalających”.
- ✓ Analizę przyczyn oraz rozpoznanie skutków zastałego stanu.
- ✓ Poznanie technik i narzędzi rozładowywania napięcia oraz przeciwdziałania wypaleniu.
- ✓ Doświadczenie nowych technik motywujących do zmiany.
- ✓ Zaplanowanie działania nakierowanego na zmianę.
- ✓ Zapoznanie się z rolą coachingu rozwojowego w procesie zmiany.

■ PROGRAM SZKOLENIA

- ✓ Wypalenie zawodowe... kogo dotyczy?
- ✓ Specyfika sygnałów ostrzegawczych i objawów dla człowieka i zespołu współpracowników.
- ✓ Proces wypalenia zawodowego - przyczyny, mechanizmy, zapobieganie.
- ✓ Rodzaje i fazy wypalenia zawodowego.
- ✓ Składniki syndromu i koszty ponoszenia zmian.
- ✓ Autodiagnoza własnego poziomu wypalenia zawodowego (Autodiagnoza kwestionariuszem badającym syndrom burnout Maslach Bournout Inventory (MBI)
- ✓ Rozpoznawanie oznak syndromu wypalenia zawodowego wśród osób podwładnych.
- ✓ Narzędzia i metody służące zapobieganiu wypaleniu zawodowemu.
- ✓ Antystresory.
- ✓ Coaching rozwojowy.

■ TRENER

Szkolenie prowadzone jest przez eksperta posiadającego specjalistyczną wiedzę z zakresu Psychologii Zarządzania i Organizacji, wieloletnie doświadczenie w prowadzeniu treningów, warsztatów i usług coachingowych. Pozostałe informacje do pobrania w zakładce „o mnie” – dokumenty.

■ ZGŁOSZENIE - KONTAKT

Zgłoszenie chęci uczestnictwa w szkoleniu możliwe jest poprzez wypełnienie formularza zgłoszeniowego i przesłanie go na adres e-mail: biuro@catchfly.pl