

o wszystko zaczyna i kończy się na ludziach...



”
Bo
wszystko
zaczyna
i kończy się
na ludziach

Biznes Progres
ul. Lotników 83
44-100 Gliwice

e-mail: biuro@biznesprogres.pl
www.biznesprogres.pl

www.biznesprogres.pl

W Biznes Progres wierzymy, że zadowolony i szczęśliwy pracownik jest kluczem do osiągnięcia lepszych efektów biznesowych.

Dlatego identyfikujemy i nazywamy przyczyny nieporozumień w organizacjach, wpływamy na zmianę postaw i rozwój pracowników

oraz dobieramy odpowiednie osoby do organizacji, przez co pomagamy firmom stworzyć bezpieczne, motywujące,

oparte o szacunek i dobre relacje środowisko pracy, które przekłada się na osiągnięcie założonych efektów.

...bo wszystko zaczyna i kończy się na ludziach.

Jak pracujemy



Czas szkolenia:

**1 dzień – 8 godzin
szkoleniowych**



Aktywizacja uczestnika



Rozwiązywanie
rzeczywistych problemów



Pytania i odpowiedzi



Praca warsztatowa



Szkolenie z zakresu wypalenia zawodowego

JAK FENIKS Z POPIOŁÓW CZYLI SYNDROM WYPALENIA ZAWODOWEGO

Opis:

Nadmiar obowiązków, presja czasu i oczekiwań przełożonych, chęć awansu, a także wzajemna rywalizacja – to najczęstsze przyczyny stresu w pracy, a w konsekwencji wypalenia zawodowego.

Nieumiejętność reagowania na symptomy tego zjawiska może doprowadzić do spadku efektywności pracowników, strat finansowych firmy oraz niekorzystnie wpłynąć na bezpieczeństwo pracy.

Jeśli chcesz, żeby Twoja firma działała właściwie musisz zadbać o zdrowie swoje i pracowników, ich podejście do pracy oraz komfort. W końcu 1/3 czasu spędzamy w pracy. W osiągnięciu tego celu pomoże udział w szkoleniu z zakresu rozpoznawania, zapobiegania i radzenia sobie ze skutkami wypalenia zawodowego. Szkolenie jest w 80% warsztatem nowych umiejętności, ograniczone do minimum teorii. Udział w szkoleniu jest jedną z możliwości profilaktyki wypalenia zawodowego i radzenia sobie z objawami.



Adresaci:

⇒ Każda grupa pracowników

Program:

1. Czym jest wypalenie zawodowe (krótka charakterystyka, przebieg)
2. Jakie objawy towarzyszą wypaleniu zawodowemu i jakie powodują konsekwencje?
3. Niebezpieczeństwo wypalenia – autodiagnoza uczestnika
4. Rozpoznawanie źródeł wypalenia, w myśl "lepiej zapobiegać, niż leczyć"
5. Aby się wypalić, musisz się wcześniej zapalić - jak nie doprowadzić do samozapłonu zawodowego
6. Czy można stworzyć plan do walki z wypaleniem zawodowym?



Korzyści:

- ✓ nauczysz się rozpoznawać istotne elementy stresu i wypalenia zawodowego
- ✓ zdiagnozujesz własny poziom wypalenia zawodowego i ocenisz swoją efektywność zawodową
- ✓ rozwiniesz swój naturalny potencjał radzenia sobie z objawami wypalenia zawodowego
- ✓ wypracujesz plan zmian zapobiegający skutkom wypalenia
- ✓ wzmocnisz swoje umiejętności dotyczące radzenia sobie ze stresem oraz emocjami
- ✓ poznasz skuteczne strategie profilaktyki wypalenia zawodowego
- ✓ poprawisz swój nastrój i samoakceptację
- ✓ otrzymasz możliwość przededefiniowania swoich priorytetów, celów i zamierzeń

Czas szkolenia:

1 dzień – 8 godzin szkoleniowych



Kto prowadzi szkolenia – warsztaty?

Zaufali nam (m.in.):

Wojciech Gabryelczyk:



- ⇒ **Certyfikowany Trener, Praktyk Biznesu, Coach**
- ⇒ Przedsiębiorca
- ⇒ **Doświadczony** sprzedawca i manager zarządzający małymi i dużymi przedsiębiorstwami
- ⇒ **Trener praktyk rozwoju zawodowego**
- ⇒ **10 lat** doświadczenia w szkoleniach praktycznych
- ⇒ Ponad **700 godzin** sesji coachingowych
- ⇒ Realizator tylko **praktycznych** treningów i warsztatów

SIEMENS



Pratt & Whitney
A United Technologies Company



STRABAG



DAMIDOS
WYDAWNICTWO



EkoProHut

Odzyskujemy dla natury

Grupa **CARGO**



COMMVault 



Kontakt

Zapraszamy do kontaktu:

Wojciech Gabryelczyk

tel.: +48 668 944 068

ul. Lotników 83, 44-100 Gliwice

e-mail: biuro@biznesprogres.pl

www.biznesprogres.pl



Bo
wszystko
zaczyna
i kończy się
na ludziach

www.biznesprogres.pl

Formularz rekrutacyjny należy pobrać ze strony www.fundacja.zary.pl

