

Open Resilience

Psychická odolnost, pracovní stres a duševní zdraví v organizaci

Duševní zdraví zaměstnanců patří mezi klíčové faktory dlouhodobé výkonnosti, stability i spokojenosti na pracovišti. Tento jednodenní kurz nabízí praktický přehled nejčastějších psychických obtíží, se kterými se mohou vedoucí pracovníci a HR specialisté setkávat v každodenní praxi. Naučíte se rozpoznávat varovné signály psychického přetížení a vhodně reagovat v situacích, kdy zaměstnanec potřebuje podporu.

CO SI ABSOLVENT ODNESE

- přehled nejčastějších psychických obtíží v pracovním prostředí
- pochopení vzniku psychických obtíží a jejich vlivu na pracovní výkon
- rozpoznávání zaměstnanců s psychickými obtížemi a krizovou komunikaci
- poznání vlivu zdravého pracovního prostředí na výkon jednotlivce i týmu
- budování psychické odolnosti a psychologického bezpečí v týmu
- zvýšení citlivosti vůči nenápadným projevům psychické nepohody

NEJČASTĚJŠÍ PSYCHICKÉ OBTÍŽE

Syndrom vyhoření

Chronický stres

Úzkostné stavy

Depresivní symptomy

Psychosomatické obtíže

Emoční přetížení

KAPACITA

12 osob

ROZSAH

8 hodin

FORMÁT

1 den

Více než průzkum. Psychologická realita vaší firmy.

Národní třída 32, Palác Chicago, 110 00 Praha 1

+420 774 217 117 | david.blazek@opencentury.cz