

OFERTA SZKOLENIA

PRACA PO KORONOWIRUSIE - z czym się mierzymy i jak możemy o siebie zadbać?"



Szanowni Państwo

Mając zaplecze wiedzy oraz wieloletnie doświadczenie przedstawiamy ofertę szkolenia skierowaną do kadry kierowniczej oraz pracowników.

Dobrostan człowieka stanowi w dzisiejszych czasach potężny zasób. Kondycja psychiczna będąca jednym z aspektów dobrostanu jest dziś nadszarpnięta przez pandemię i nieoczekiwane zmiany. Lęk, z którym żyjemy na co dzień negatywnie wpływa na nasz dobrostan, ale możemy świadomie odbudowywać swoje zasoby poprzez interwencje pozytywne, tak osobiste, jak w miejscu pracy.

Dla polskich firm i urzędów o wysokiej kulturze bezpieczeństwa istotnym zagadnieniem wymagającym szukania rozwiązań będzie minimalizowanie zagrożeń psychospołecznych, Warto więc inwestować w budowanie zespołu.

Cel szkolenia

Poprzez szkolenie chcielibyśmy dostarczyć Państwu dorobek psychologii pozytywnej dostarczającej sprawdzonych narzędzi tworzenia dobrej, pozytywnej energii i wzmocnienia do pracy i wykonywania obowiązków.

Program szkolenia

DZIEŃ 1

BLOK I – Świat po pandemii – z czym się mierzymy?

1. Era transformacji cyfrowej – dane i digitalizacja jako przewaga konkurencyjna.
2. Zjawisko „infollution” – na ile na nas wpływa?
3. Nowe oblicze mobilności.
4. Lokalność vs globalność w relacjach i w miejscu pracy.
5. Rewolucja w sferze tradycyjnych miejsc pracy i pracy zdalnej.
6. Koszty i korzyści funkcjonowania w zespole wirtualnym i stacjonarnym.

BLOK II – Jak zadbać o siebie w miejscu pracy?

1. Czym jest dobrostan – jak go mierzymy, na co mamy wpływ?
2. Narzędzia budowania i wzmocniania dobrostanu.
3. Dobrostan indywidualny i zespołowy – gdzie możemy się spotkać?
4. Jak dobrostan przekłada się na rezultaty osobiste i zespołowe?

5. Dobre praktyki zadbania o siebie w pracy.
6. Jak możemy wspierać siebie nawzajem, by wzmacniać dobrostan w zespole?

DZIEŃ 2

BLOK III – Zespół w procesie zmiany

1. Nowa definicja zmiany w czasach pandemii.
2. Etapy zarządzania sobą w zmianie – na jakim etapie jestem? Na jakim etapie jesteśmy jako zespół?
3. Pandemia a relacje w miejscu pracy – co się zmieniło? Co chcemy wzmocnić a co wyeliminować?
4. Stres w pandemii – jak nim zarządzić?
5. Poczucie sensu i celu pracy po pandemii – jak zbudować na nowo, jak komunikować? Jak budować zaangażowanie?
6. Jak wzmacniać relacje i budować zaufanie – praktyczne wskazówki.

BLOK IV – Praca warsztatowa – wzmacnianie, budowanie zespołu

PRACA Z REFLEKSJĄ OSOBISTĄ

Kadra trenerska

DR ANNA HILDEBRANDT-MROZEK



Anna Hildebrandt-Mrozek, **doktor nauk ekonomicznych o specjalności: ekonomika rynku pracy**, absolwentka Uniwersytetu Gdańskiego i Szkoły Trenerów Biznesu w Akademii Leona Koźmińskiego w Warszawie. Ukończyła Podyplomowe Studia Europejskie (1998) na Odense University (Dania), studia językowe (1996) na Università per Stranieri w Perugii (Włochy) oraz podyplomowe studia Psychologii Pozytywnej (2019) na Uniwersytecie

Humanistycznospołecznym SWPS. Absolwentka Chief Happiness Manager Academy, zwieńczonej międzynarodową certyfikacją. Jeden z pierwszych w Polsce certyfikowanych managerów ds. szczęścia. **Pierwszy Chief Happiness Officer w dziedzinie edukacji w Polsce.**

Doświadczony coach, trener, konsultant i doradca w obszarach: zarządzania sobą, zarządzania zmianą, odkrywania talentów i mocnych stron, rozwijania inteligencji emocjonalnej. Certyfikowany trener zawodowy Kompas Kariery® (Career Direct). Jej specjalizacją trenerską jest obszar rozwijania potencjału osobistego, budowania poczucia własnej wartości, zarządzania emocjami i życia w zgodzie ze sobą. Jej domeną są talenty na rynku pracy przyszłości i profilaktyka stresu we współczesnym świecie. Doradza firmom i szkołom prowadząc liczne szkolenia w zakresie komunikacji międzypokoleniowej i zarządzania talentami w zespołach. Współpracowała m.in. z: IKEA Polska, Grupa Wróbel – MERCEDES BENZ, Powiatowe Urzędy Pracy, Wojewódzkie Urzędy Pracy, Urzędy Miasta, Miejskie Ośrodki Pomocy Rodzinie, LECHIA Gdańsk, ARENA Gdańsk, Visit Gdańsk, szkoły i przedszkola. Stale współpracuje z Instytutem Rozwoju Osobistego GANESA.

Ekspert w dziedzinie edukacji i rynku pracy oraz komunikacji międzypokoleniowej. Autorka i współautorka ponad 100 artykułów i publikacji w tych dziedzinach. Autorka książki „Koniec z pracą?” wydanej nakładem Wydawnictwa Difin. **W październiku 2019 r. ukazała się jej kolejna książka: „Pasja życia - życie z pasją. Rodzicielstwo”.**

Pracuje na autorskich programach: **Happiness at School, Rodzicielstwo z Pasją, Warsztaty Dobrego Snu.**

Moderator sieci Edukacja i Wiedza w projekcie Foresight Pomorze 2030 i współtwórca scenariuszy rozwoju pomorskiej edukacji. Moderator panelu Pomorskiej Sieci Tematycznej ds. wysokiej jakości kształcenia zawodowego i ustawicznego Pomorskiego Obserwatorium Procesów Adaptacyjnych. Członek Gdańskiej Rady Oświatowej w latach 2011-2015. Inicjator i organizator Debat Młodych Pomorskiego Kongresu Obywatelskiego. Prowadziła w 2016 r. cykliczny program w TVP Wrocław „Czas na pracę – praca na czasie”.

Prelegentka w temacie zarządzania międzypokoleniowego na licznych konferencjach i seminariach, w tym ostatnio: na dwóch konferencjach w 2019 r. w Oleśnicy: „Pasja, profesja, powołanie” (23.10.2019) oraz „Komunikacja międzypokoleniowa w pracy, w domu, w szkole” (16.11.2019), w Skierniewicach – konferencja „Pasja, profesja, powołanie” (21.10.2019). W 2018 r. na konferencji w Łodzi – „Pokolenia na rynku pracy – wartości, zasoby, kariera” (14.11.2018). Uczestniczyła w panelu eksperckim – Pierwszym Dolnośląskim Kongresie Firm Rodzinnych „Nowe horyzonty rozwoju” we Wrocławiu (6.03.2018). W 2016 r. na konferencji WUP w Gdańsku "Pokolenia X, Y, Z na rynku pracy - współpraca i komunikacja" (26.10.2016) i konferencji we Wrocławiu "„Pokolenie Z weszło do gry” (16.03.2016).

Jej motto życiowe to hasło: Pasja życia – życie z pasją. Pasjonatka podróży i poezji haiku. Zgłębia tajniki fotografii przyrodniczej. **Jej TOP 5 talentów Gallupa to: Strateg, Zbieranie, Intelpekt, Empatia, Współzależność.**

Cena, miejsce, termin szkolenia

Cena szkolenia: 1470,00 zł/os.

Miejsce: Gdańsk

Termin szkolenia: 15 – 16 listopad 2021r.

SKOLENIE	Wariant I	Wariant II	Wariant III	Wariant IV
cena brutto za osobę	1 470,00 zł	1 570,00 zł	1 670,00 zł	1 270,00 zł
wykłady + ćwiczenia	✓	✓	✓	✓
materiały dydaktyczne	✓	✓	✓	✓
nocleg	pokój 2-osobowy	pokój 1-osobowy	dzień wcześniej	bez noclegu
wyżywienie	✓	✓	✓	✓
serwis kawowy	✓	✓	✓	✓
zaświadczenie o ukończeniu szkolenia zgodne ze wzorem MEN	✓	✓	✓	✓
opieka organizatora	✓	✓	✓	✓
ubezpieczenie NNW	✓	✓	✓	✓

Na cenę szkolenia składać się również będą:

wykłady i warsztaty prowadzone przez doświadczonego trenera, materiały biurowe (teczka A4, długopis, notes) oraz materiały dydaktyczne (skrypty, prezentacje przygotowane przez trenera), zaświadczenie o ukończeniu szkolenia, ubezpieczenie oraz opieka organizatora.

PLAN SZKOLENIA

I DZIEŃ	
10:30 – 12:45	rozpoczęcie szkolenia/zajęcia
12:45 – 13:00	przerwa kawowa
13:00 – 14:30	zajęcia
14:30 – 15:30	przerwa obiadowa
15:30 – 17:00	zajęcia
17:00 – 19:00	czas wolny
19:00	kolacja*

II DZIEŃ	
7:15 – 8:30	śniadanie*
8:30 – 10:00	zajęcia
10:00 – 10:15	przerwa kawowa
10:15 – 12:30	Zajęcia/zakończenie
12:30	obiad

**dla osób, które korzystają z noclegu*

INFORMACJE DODATKOWE O SZKOLENIU

1. Każdy z uczestników po zakończeniu szkolenia otrzyma zaświadczenie zgodne z rozporządzenia Ministra Edukacji Narodowej z dnia 19 marca 2019 r. w sprawie kształcenia ustawicznego w formach pozaszkolnych (Dz. U. poz. 652).

2. W dbałości o jak najwyższą jakość świadczonych przez Instytut Rozwoju Personalnego GANESA usług każdy z uczestników po zakończeniu szkolenia otrzyma do wypełnienia ankietę ewaluacyjną wszechstronnie badającą poziom zadowolenia z uczestnictwa w zajęciach.

W przypadku jakichkolwiek pytań pozostaje do Państwa dyspozycji:

➤ **Monika Kobza**

Tel. 58 719 60 25 Kom. 696 137 314

mkobza@ganesa.pl

➤ **Krzyszyna Kubiak**

Tel. 58 719 60 25 Kom. 660 668 777

kkubiak@ganesa.pl



Instytut Rozwoju Personalnego Ganesa

 www.ganesa.pl



Instytut Rozwoju Personalnego Ganesa