

DH

Diversity Hub

**MENTAL HEALTH
CENTER** by Diversity Hub

Spotkanie korporacji zaangażowanych w temat Mental Health.

ZAPROSZENIE

MANAGING MENTAL HEALTH IN THE WORKPLACE. TASK FORCE II

Eksperci wiodący:
dr Małgorzata Wypych
Tadeusz Reimus

GOSPODARZ:

sodexo
QUALITY OF LIFE SERVICES

ŚRODA 20.03.2019, 9:30-11:30, Warszawa
ul. Jutrzenki 137 / bud. Oxygen Park, 5 piętro

mentalhealth.dierstyhud.pl

Ostatnie miesiące przyniosły potwierdzenie ogromnej potrzeby wiedzy i rozwoju kompetencji w zakresie zarządzania sytuacjami związanymi ze zdrowiem psychicznym pracowników. Widzimy potrzebę usystematyzowania technik, strategii i protokołów radzenia sobie z różnymi sytuacjami kryzysowymi, ale też potrzebę wymiany dobrych praktyk, rozwiewania dylematów etycznych i szukania potwierdzenia w przykładach sytuacji zakończonych konstruktywnie. Zapraszamy ponownie do społeczności, która w bezpiecznych dla siebie granicach stworzy wspólnie z nami zestaw dobrych rozwiązań na trudne sytuacje. Tym razem podejmujemy temat radzenia sobie z sytuacją maskowanej bądź ujawnionej depresji pracownika.

Zapraszamy Cię na spotkanie korporacji zaangażowanych w temat Mental Health. TASK FORCE II

Depresja – co oznacza dla pracownika i zespołu. Jak oferować dobre wsparcie?

Celem spotkania będzie podzielenie się dobrymi praktykami w zakresie wspierania pracowników z depresją. Dawka teorii o objawach i konsekwencjach pomoże uczestnikom lepiej rozpoznawać objawy depresji wśród swoich współpracowników (a może też u siebie?). W części roboczej będziemy wypracowywać algorytmy postępowania. Mamy nadzieję na gorącą dyskusję dotyczącą etycznych dylematów pomagania.

PROGRAM:

1. Krótka o sobie – czemu o tym mówimy, kim jesteśmy, co chcę dostać nasi goście
2. Krótka o objawach i przyczynach depresji
Słowami praktyka – kto przychodzi po pomoc, co jest ostatecznym motywatorem, jak poznać kryzys pracownika
3. Jak reaguje zespół – jak groźne może być utrzymywanie tabu
Co widzą ludzie, jakie emocje są podstawową reakcją zespołu, jak budować atmosferę empatii
4. Praca w podgrupach – wymiana praktyk, budowanie algorytmu (z naszym wsparciem)
 - Pierwsza i kolejne rozmowy motywujące
 - Wsparcie w chorobie – co w granicach działania i oczekiwań biznesu można zrobić by ułatwić pracownikowi przejście przez kryzys
 - Pomoc w powrocie do pracy, przygotowanie zespołu na powrót pracownika po długim zwolnieniu

ZGŁOSZENIA:

- ▶ Zaprośnienie nie ma charakteru otwartego. Skierowane jest do osób wskazanych w mailu, do którego zaproszenie stanowi załącznik. Jeśli z jakichkolwiek przyczyn nie jesteś osobą, do której Diversity Hub zwrócił się bezpośrednio – proszę, skontaktuj się wcześniej z nami. Udział wymaga potwierdzenia.
- ▶ Termin przesyłania zgłoszeń: **10.03, g. 12.00**
- ▶ Zgłoszenia należy dokonać na naszej stronie pod adresem:
<http://www.diversityhub.pl/web-events/21>
- ▶ Udział jest bezpłatny.

WIĘCEJ INFORMACJI:

- ▶ Każdy organizacja poproszona zostanie o krótką wypowiedź dotyczącą doświadczeń w obszarze Mental Health lub oczekiwań dotyczących rozwinięcia tematu Mental Health wśród swoich pracowników.
- ▶ Warunkiem udziału w sesji będzie podpisanie umowy o zachowaniu poufności (przed spotkaniem).
- ▶ Podczas spotkania nie będą prowadzone żadne działania sprzedażowe, wystąpienia promujące usługi etc. Zależy nam na czystej merytoryce.
- ▶ Zapraszamy 1, maksymalnie 2 osoby; wyłącznie z korporacji.



ŚRODA, 20.03.2019, g. 9:30-11:30



maks. 25 os., 1-2 os. | firma



ul. Jutrzenki 137, Warszawa
bud. Oxygen Park, 5 piętro



Eksperti wiodący: dr Małgorzata Wypych
Tadeusz Reimus

GOSPODARZ:



ORGANIZATOR

- ▶ ThinkTank Diversity Hub
ul. Poznańska 6/4; 80-012 Kraków
www.diversityhub.pl

