

Szanowni Państwo,

**Polska Fundacja Przedsiębiorczości (PFP)** ma przyjemność zaprosić Państwa na szkolenie pt. „**Ogień pasji na wypalenisku zawodowym - czyli zamień pracę jaką masz w jaką chcesz oraz odkryj pasję w swoim życiu**”.

**Szkolenie w formie warsztatów** rozwojowych dedykowane jest dla pracowników, kadry zarządzającej jak i właścicieli mikro, małych i średnich przedsiębiorstw przechodzących proces zmian lub restrukturyzacji.

Na warsztacie obalimy mity narosłe wokół stresu i wypalenia zawodowego. Dowiedzą się Państwo czym jest wypalenie zawodowe i jak się przed nim ustrzec. Pozną skuteczne techniki przeciwdziałające tym niekorzystnym zjawiskom.

Poprowadzimy praktyczne interwencje Psychologii Pozytywnej oraz ćwiczenia z tzw. 'job-craftingu', co ułatwi dokonanie korzystnych zmian w miejscu pracy. Pozwoli to nauczyć się jak modelować swoją pracę, aby odzyskać poczucie sensu i dawne zaangażowanie.

*Job-crafting (po polsku **modelowanie/ przekształcanie pracy**) służy pracownikowi przywróceniu poczucia sensu w realizowanych przez niego zadaniach, a tym samym zwiększeniu w nie zaangażowania. W świetle psychologicznych teorii, to pracownik potrzebuje przejąć odpowiedzialność za swoje dobre samopoczucie w pracy i zadbać o sens tego, czym zajmuje się na co dzień. Nikt nie robi tego za niego tak dobrze, jak on sam.*

Dodatkowo podejmiemy się prób odkrycia osobistych pasji, które wzbogacają życie. A przecież niektóre pasje zamieniają się w dobre biznesy – dowiedzą się Państwo dlaczego i jak to zrobić.

**Szkolenie poprowadzi Anna Dobosz**, były pracownik jednego z największych banków w Polsce, z 21-letnim doświadczeniem w sektorze finansowym na różnych stanowiskach: menedżerskich, doradczych, sprzedażowych, analitycznych i wspierających biznes. Praca w korporacjach dała jej cenne umiejętności, z których korzysta obecnie prowadząc własną firmę. Oprócz autorskich warsztatów, prowadzi coaching i terapię oraz zajęcia jogi. Absolwentka Psychologii Pozytywnej na SWPS w Poznaniu. Członek Polskiego Towarzystwa Logoterapii i Noo-Psychosomatyki, ukończyła certyfikowany kurs psychoterapeutyczny analizy egzystencjalnej. Dyplomowany coach z międzynarodową akredytacją ACC/ICF.

**Szkolenie odbędzie się 26 października 2019 r.** w godzinach od 10.00 do 15.00 w siedzibie Polskiej Fundacji Przedsiębiorczości przy ul. Monte Cassino 32 w Szczecinie.

Udział w szkoleniu jest bezpłatny.

Ze względu na charakter warsztatów liczba miejsc ograniczona !!!

W celu zapisania się na szkolenie, zapraszamy do rejestracji na stronie internetowej Polskiej Fundacji Przedsiębiorczości ([www.pfp.com.pl](http://www.pfp.com.pl)). Rejestracja na szkolenie jest możliwa tylko za pośrednictwem formularza.



[ZAPISZ SIĘ](#)

W razie pytań, prosimy o kontakt z panią Patrycją Pińkowską, tel.: (91) 312-92-22, e-mail: [p.pinkowska@pfp.com.pl](mailto:p.pinkowska@pfp.com.pl).

Zgłoszenie uczestnictwa w szkoleniu jest jednoznaczne z potwierdzeniem przez Uczestnika zapoznania się z [ogólnymi warunkami organizacyjnymi szkoleń PFP](#) i wyrażeniem zgody na ich zastosowanie.

Program szkolenia

**„Ogień pasji na wypalenisku zawodowym - czyli zamień pracę jaką masz w jaką chcesz oraz odkryj pasję w swoim życiu”**

<b>Godzina</b>	<b>Temat zajęć</b>
10.00 – 10.15	Powitanie uczestników i wprowadzenie
10.15 – 11.30	Dlaczego pracujemy? – rys historyczny a obecne czasu Redefinicja pojęcia praca Wypalenie zawodowe – czym jest a czym nie? Psychologia pozytywna w organizacji Dopasowanie pracownika i kotwice kariery Scheina
<b>11.30 – 11.45</b>	<b>Przerwa</b>
11.45 – 13.15	Model Wymagania- Zasoby Stan Flow w pracy – jak osiągnąć? Interwencja pozytywna „Siły sygnaturowe” Modele orientacji zawodowej a poczucie sensu Sposoby przeciwdziałania wypaleniu zawodowemu
<b>13.15 – 13.30</b>	<b>Przerwa</b>
13.30 – 15.00	„Job-crafting” w praktyce „Odkryj osobiste pasje” – ćwiczenie Interwencja pozytywna „Wdzięczność”
<b>15.00</b>	<b>Zakończenie</b>