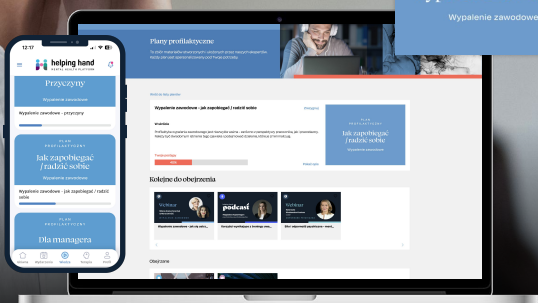


Helping Hand Plan profilaktyczny

Wypalenie zawodowe



Od czego
warto zacząć?



FILM

Kto jest kim – psychiatra,
psycholog, psychoterapeuta



FILM

Psychoedukacja
– czym jest i czemu służy?

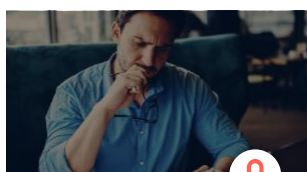
Plan profilaktyczny Wypalenie zawodowe

1 Przyczyny



FILM

Pracoholizm – kiedy praca
staje się nałogiem



ARTYKUŁ

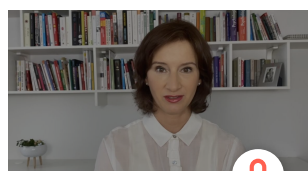
Wypalenie zawodowe
– pułapka perfekcjonizmu



ARTYKUŁ

Pracoholizm – prosta droga
do wypalenia zawodowego

START



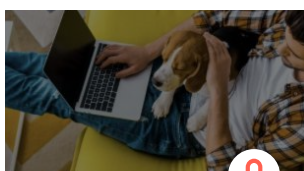
FILM

Co może nas
zaniepokoić?



FILM

Wypalenie zawodowe
– objawy i przyczyny



ARTYKUŁ

Czy cierpię na wypalenie
zawodowe?

2

Jak rozpoznać

3 Jak zapobiegać



FILM

Zespół, który się nie wypala
– świadome zarządzanie



PODCAST

Korzyści wynikające
z treningu uważności



MINDFULNESS

Krótka medytacja
na wewnętrzny spokój

i wiele więcej

PLAN
PROFILAKTYCZNY

Dla
menagera



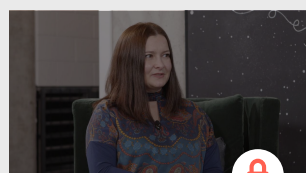
FILM

Zespół, który się nie wypala
– świadome zarządzanie



FILM

Bezpieczeństwo
psychologiczne w organizacji



FILM

Gdy wypalenie zagraża HR

START

i wiele więcej



Plan profilaktyczny
stworzony przez Helping Hand

Skontaktuj się z nami

