

Psihološko (in psihoterapevtsko) svetovanje za zaposlene

Duševno zdravje (mental-health) oziroma psihološko blagostanje (well-being) je pomemben vidik življenja in dela vsakega posameznika. Po epidemiji in drugih spremembah so težave na tem področju žal v porastu. Zato podjetjem omogočamo hitro in učinkovito psihološko in psihoterapevtsko svetovanje za njihove zaposlene. V tujih podjetjih je tovrstna storitev pomemben del t.i. Employee Assistance Programs.

CILJI

Tako psihološke kot ekonomske raziskave (npr. ROI se giblje med 1:3 in 1:6) kažejo, da psihološko svetovanje zaposlenim in podjetjem prinaša sledeče rezultate:

- izboljšanje učinkovitosti oz. produktivnosti,
- zmanjšuje odsotnosti (absentizem) in pasivno delo (prezentizem),
- izboljšuje zavzetost in zadovoljstvo pri delu,
- izboljšuje komunikacijo in odnose,
- zmanjšuje splošen stres in posledično različne (telesne in duševne) bolezni,
- izboljšuje splošno zadovoljstvo v zasebnem življenju zaposlenih,

... z vsem tem pa posredno ugodno vpliva na **končne rezultate** podjetja.

VSEBINE

Pri psihološkem svetovanju in psihoterapiji obravnavamo **široko paleto vsebin**, ki zadevajo psihološko zdravje in blagostanje posameznika. Glede na t.i. **kontinuum psihološkega delovanja** obravnavamo duševne **motnje**, rešujemo akutne duševne **stiske**, svetujemo pri osebnostnem **razvoju oz. napredku** in vzpostavljamo **vrhunsko** psihološko delovanje (npr. pri vodjih, športnikih).

Kontakti



01/ 82 82 839



info@sprememba.com



sprememba_center



www.sprememba.com



Sprememba: Strokovni psihološki center

Zaposleni v podjetjih (in širše) nas najpogosteje vprašajo za nasvet na sledečih področjih:

LASTNO POČUTJE

- stres in izgorelost, čustvena oz. razpoloženska nihanja, nihanja volje in motivacije, samozavest in samopodoba ...

STORILNOST

- obvladovanje časa, reševanje problemov, odločanje, karierne spremembe, ciljna usmerjenost, koncentracija, zavzetost ...

SODELAVCI

- medosebni odnosi, (asertivna) komunikacija, konflikti, vodenje, vzdušje oz. klima ...

BLIŽNJI

- partnerstvo, družina, vzgoja otrok, ravnovesje (work-life) ...

TEŽKE OKOLIŠČINE

- smrt/izgube in žalovanja, težje bolezni in invalidnost, ločitve, socialni in bivanjski status, nesreče, sodne obravnave, prilagoditev na večje življenjske spremembe ...

TEŽJA PSIHOLOŠKA STANJA

- izgorelost, anksioznost, depresivnost, fobije, panični napadi, odvisnosti, vedenjske motnje ...

IZVAJALCI

V Strokovnem psihološkem centru Sprememba nas je (trenutno) združenih 30 psihologov, vedenjsko kognitivnih terapevtov (VKT). Imamo med 5 in 25 let izkušenj na različnih področjih: zdravstvo, preventiva, sociala, šolstvo, kadrovska, šport.

Svetujemo različnim posameznikom: osebam z duševnimi motnjami ali stiskami, splošni populaciji, mladostnikom, staršem, podjetnikom, vodjem, športnikom in drugim performerjem ... Vsi svetovalci smo zavezani temeljnim strokovno-etičnim standardom Društva psihologov Slovenije, Evropske organizacije psihologov in Evropske zveze za VKT.

IZVEDBA

ENOSTAVNO NAROČANJE

- Zaposleni se obrnejo direktno na nas: 01/82 82 839 ali info@sprememba.com

UČINKOVITA OBRAVNAVA

- Vedenjsko - kognitivna terapija omogoča, da klientom zagotovimo učinkovito in 'na-rešitve-usmerjeno' svetovanje, ki običajno traja 5 do 10 ur.

NAČINI SVETOVANJA

- Večino svetovanj opravimo online. S tem omogočamo pokritost po celi Sloveniji. Na željo klientov je možno tudi svetovanje v živo v Ljubljani ali Kranju.

ANONIMNOST

- V skladu s psihološko etiko zaposlenim zagotavljamo popolno anonimnost.

VODSTVO

Vodstvo Spremembe predstavljajo trije vrhunski strokovnjaki z več kot 20 letnimi izkušnjami:

- mag. Aleš Vičič, poslovni psiholog, ki je bil več kot 20 let eden vodilnih športnih psihologov pri nas;
- dr. Špela Hvalec, specialistka klinične psihologije, vedenjsko-kognitivna terapevtka in supervizorka, vodja psihološke službe v Psihiatrični bolnišnici Idrija in predsednica društva VKT;
- mag. Petra Bavčar, specialistka klinične psihologije, vedenjsko-kognitivna terapevtka in supervizorka, zaposlena na Kliniki za otorinolaringologijo in cervikofacialno kirurgijo na UKC-LJ.

S t.i. peer-to-peer internimi izobraževanji, intervizijami in supervizijami našim svetovalcem zagotavljamo stalno strokovno podporo in s tem višjo kakovost storitev za uporabnike.



Sprememba
STROKOVNI PSIHOLOŠKI CENTER



Kontakti

 01/ 82 82 839

 info@sprememba.com

 www.sprememba.com

 [sprememba_center](https://www.instagram.com/sprememba_center)

 Sprememba: Strokovni psihološki center