



Кому:

**От: Тренера-консультанта Wilson Learning Russia
Вячеслава Трухманова**

Знаете ли вы, кто является убийцей эффективности и результативности работников практически в любой сфере деятельности?

Это профессиональное выгорание!

В Европе, профессиональное выгорание является причиной 50-60% потерянных рабочих дней.

В США 28% работников сталкиваются с высоким уровнем эмоционального выгорания.

В России, в общей сложности в зоне риска находятся до 70% населения. И цифры эти продолжают расти.

14 февраля 2018 г.

Программа «7 лучших рецептов от профессионального выгорания»

Цель программы:

Предотвратить профессиональное выгорание у ваших сотрудников. Получить мотивацию к эффективной работе и достижению своих целей.

Процесс:

1. Диагностика эмоционального выгорания с помощью теста К. Маслач- С. Джексон
2. Проведение тренинга с участниками.
 - a. Отработка методик и техник противодействия эмоциональному выгоранию
 - b. Индивидуальный подбор техник
 - c. Раскрытие собственного потенциала
 - d. Закрепление результатов на практике
3. Практические рекомендации и индивидуальная трехнедельная посттренинговая поддержка

Результат:

Участники смогут:

- Получить сильнейший импульс для дальнейшей результативной работы
- Разобраться в себе, в своих истинных мотивах
- Запланировать шаги для собственного развития
- Понять свою роль на работе и в жизни
- Совместить свои обязанности в коллективе со своими жизненными ценностями и установками
- Повысить свою мотивацию к работе
- Сформулировать высокопотенциальные цели и структурировать способы их достижения
- Улучшить свое эмоциональное состояние

Краткое описание тренинга

В программе тренинга отрабатываются следующие вопросы:

- Анализ эмоционального состояния через исследования симптомов, причин и этапов, профессионального выгорания
- Демотивация – выявление и противодействие
- Эмоции и мотивация. Что общего?
- Мотивация внутри нас. Техники самомотивации
- Позитивное восприятие: Навык или стиль жизни?
- Решаем головоломки своей жизни через пирамиду логических уровней
- Семь вопросов самому себе - для осознания, что мы хотим на самом деле
- Укрепление духовного потенциала
- Техники регулирования эмоций и переживаний
- Фильтры восприятия
- Цепи, которые нас держат
 - Зона комфорта
 - Сила привычки
- Обратное планирование как инструмент достижения невероятных целей
- Составление собственного плана развития через ментальные карты

Продолжительность тренинга 16 академических часов

Пакет	Цена	Телефонная консультация после тренинга	3 персональных коучинга после тренинга
Эконом	15 000 руб.	-	-
Бизнес	20 000 руб.	+	-
Премиум	30 000 руб.	+	+

С уважением и наилучшими пожеланиями:

тренер-консультант Wilson Learning Russia

Вячеслав Трухманов

Тел+7(495) 788-35-15

info@wl-r.ru