

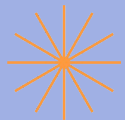
Akademia Wellbeing

Szkolimy w tym, jak tworzyć i wdrażać
skuteczne strategie wellbeing
w organizacjach, które nigdy nie zostaną
posądzone o wellbeing washing

humanp^ower

Certyfikowany
program dla
Profesjonalistów
HR





Rola HR w nowym świecie

W dzisiejszym dynamicznym środowisku biznesowym, 90% PL firm doświadcza nieustannych zmian. Działy HR odgrywają kluczową rolę, angażując się w pełni, aby poprzez strategiczne zarządzanie zasobami wspierać biznes i torować mu drogę do osiągnięcia zamierzonych wyników. Z niezwykłą determinacją, codziennie stawiają czoła różnorodnym wyzwaniom, często wymagającym skomplikowanych rozwiązań, z którymi nikt inny w organizacji nie jest w stanie się uporać.

To zwykle daje satysfakcję, ale oddala od strategicznego wspierania biznesu w osiągnięciu założonych celów.

Nasze obserwacje pokazują, że obecne tempo działania firm powoduje ogromne przeciążenia u liderów i pracowników. I choć nadal dają radę, to często nie są w stanie pracować na 100% swoich możliwości i talentów. Ta sytuacja nie ulegnie szybko zmianie, patrząc na analizy nadchodzących trendów.

To, co jest dziś kluczowe dla profesjonalistów HR, to strategiczne wsparcie biznesu w realizacji działań, które zabezpieczają liderów i ich zespoły przed wypaleniem zawodowym. Specjaliści potrzebują narzędzi i taktyk, które pomagają utrzymywać wysokie tempo, efektywność i zaangażowanie, bez ponoszenia psychicznych i fizycznych kosztów.





Liczby nie pozostawiają złudzeń



Najnowsze badania oraz nasze obserwacje pokazują, że:

- Tylko **5%** Profesjonalistów HR działa strategicznie w obszarze Wellbeing. To 5% dla biznesu jest dziś “na wagę złota”.
- **70%** Specjalistów HR i BHP wdraża działania wellbeing *ad hoc* - wtedy, kiedy pojawia się pilna potrzeba. Jest to grupa, która działa wtedy, gdy pojawia się potrzeba reakcji na okoliczności.
- **25%** Specjalistów HR i BHP stara się planować działania wellbeing, bazując na aktualnych potrzebach swojej organizacji. Ta grupa interesuje się wellbeingiem i z odwagą wdraża nowe pomysły i rozwiązania. Nie potrafi jednak mierzyć ich efektywności i planować długofalowo.

Prognozy naszego zespołu sugerują, że do 2030 roku znacząca większość wiodących organizacji będzie musiała zintegrować w swoich zespołach HR głęboką wiedzę specjalistyczną dotyczącą strategicznego zarządzania dobrostanem pracowników.

Dla kogo jest Akademia Wellbeing?

Akademia Wellbeing otwiera swoje drzwi dla profesjonalistów HR i BHP, a także dla tych nieustraszonych korporacyjnych rebeliantów oraz "change makers" , którzy stają na czele zmian kulturowych w swoich organizacjach.

Akademia Wellbeing jest dla wszystkich żywo zainteresowanych zadbaniem o dobrostan pracowników, by Ci mogli sprostać wyzwaniom ciągłych i nagłych zmian, których doświadczamy i doświadczać będziemy w kolejnych latach. Dla wszystkich widzących potrzebę holistycznego i strategicznego zaopiekowania się tym tematem w swojej organizacji.

Program Akademii Wellbeing jest tworzony z myślą o:



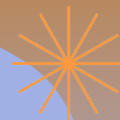
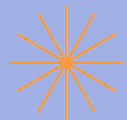
Ekspertach HR, którzy chcą uzupełnić swoje kompetencje o obszar strategicznego wellbeing'u, który stanowi kompetencję przyszłości dla HR. Dedykujemy Akademię zwłaszcza tym Profesjonalistom pragnącym budować strategię w oparciu o mierzalne narzędzia, liczby i argumenty biznesowe.



Specjalistach BHP, którzy mają świadomość, że zarówno rynek, jak i firma podlegają ogromnym zmianom i pragną zredefiniować podejście do bezpieczeństwa i higieny pracy ludzi w organizacji;



Specjalistach i Liderach, którzy wiedzą, że to, co determinuje sukces firmy to efektywność zespołu, zaangażowanie i sprawczość ludzi, którzy potrafią działać w zmiennych warunkach otoczenia.



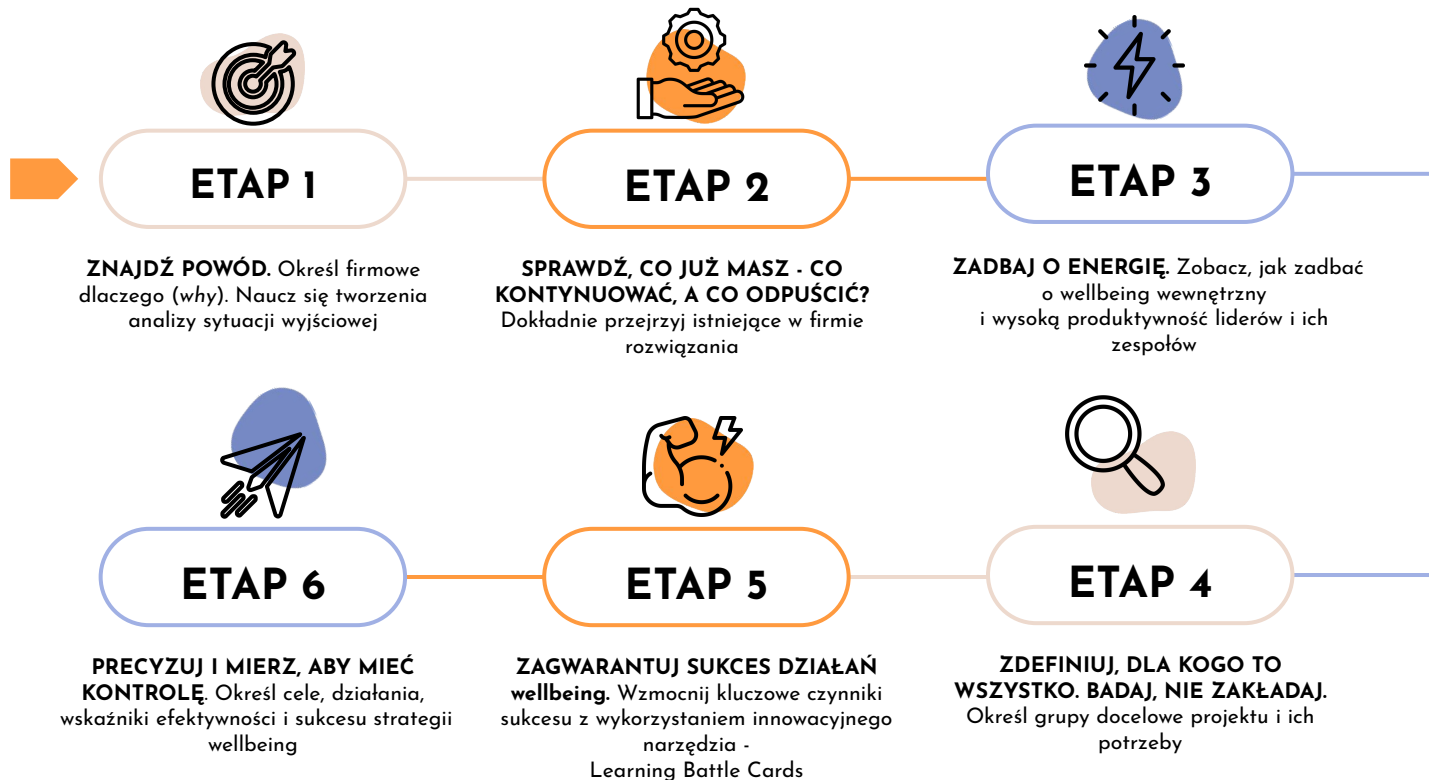
Poznaj przewagi Akademii Wellbeing

- * Oszczędzasz swój czas – odkrywasz solidną wiedzę o wellbeing bez niekończących się poszukiwań wśród niepewnych informacji.
- * Uczysz się od najlepszych, nie na własnych porażkach – masz sprawdzone rozwiązania w zasięgu ręki, dzięki bliskiej współpracy z ekspertami Akademii.
- * Zapominasz o mozolnym zbieraniu argumentów biznesowych dla decydentów – otrzymujesz gotowe, przekonujące dane i uzasadnienia dot. wartości wellbeingu i jego wpływu na efektywność organizacji
- * Korzystasz z gotowych do wdrożenia, sprawdzonych strategii wellbeing oraz szablonów do pracy własnej, dzięki czemu po kursie możesz mieć gotowy proces warty kilkadziesiąt tysięcy złotych u firmy doradczej.
- * Zapominasz o konieczności wielogodzinnych research'ów i podpatrywaniu konkurencji w poszukiwaniu inspiracji. W Akademii odkrywasz wartościowe case studies i historie sukcesów, które pomogą wyznaczyć kierunek działań Twojej organizacji.
- * Eliminujesz ryzyko prób i błędów, korzystając z dostępu do skutecznych narzędzi metrycznych, które mierzą sukces Twoich inicjatyw wellbeingowych.

Całą wiedzę uzyskasz od nas w zaledwie 3 miesiące.



Program Akademii Wellbeing





ETAP 1. ZNAJDŹ POWÓD. Określ firmowe dlaczego (why). Zrób analizę sytuacji wyjściowej

ZAGADNIENIA:

- * Jak zmieniać się będzie rola HR w perspektywie roku i najbliższych latach? W jakiej kondycji są działy HR i co można z tym zrobić?
- * Trendy 2024-2030 – jak już się zmienił i jak będzie się zmieniać rynek i środowisko pracy?
- * Jaki wpływ będzie miał czynnik gospodarczy? Zarządzanie scenariuszowe.
- * Współczesna kultura organizacyjna i obowiązujący styl pracy – jak firmy skutecznie obniżają produktywność swoich pracowników? Życie biurowe w liczbach.
- * Na ile możliwy jest wellbeing w 2024 r.? Jak łapać stabilność w obszarze produktywności, zaangażowania i samopoczucia pracowników?
- * Kondycja liderów i ich wpływ na funkcjonowanie pracowników. Nowe wymagania w nowej rzeczywistości.

KORZYŚCI:

- * Otrzymasz przekrojowe dane na temat kondycji pracowników i liderów, dzięki czemu będziesz wiedzieć, na czym się skupić, aby skutecznie wspierać swoją organizację w realizacji celów.
- * Zyskasz szeroką perspektywę na swoją organizację – jej umiejscowienie w kontekście najsilniejszych trendów oraz funkcji HR, dzięki czemu realnie i praktycznie podejdziesz do tematu dobrostanu w 2024 roku.





ETAP 2. SPRAWDŹ, CO JUŻ MASZ - CO KONTYNUOWAĆ, A CO ODPUŚCIĆ? Dokładnie przejrzyj istniejące w firmie rozwiązania

ZAGADNIENIA:

- * Wellbeing, mental health, zarządzanie energią, zmęczenie, zdrowie, wellness, work-life balance, poczucie szczęścia w pracy, bezpieczeństwo psychologiczne, wypalenie. Co jest czym i jak to w praktyce odróżnić?
- * Dlaczego programy wellbeing nie działają i co sprawia, że są efektywne? Kilka słów o wellbeing washing.
- * Twardo o miękkich tematach, czyli mocne argumenty dla sponsorów i decydentów. Jak tworzyć oparte na liczbach i wskaźnikach przekonujące argumenty, które skutecznie negocjują budżety w obszarze dbania o dobrostan i zdrowie psychiczne pracowników?

KORZYŚCI:

- * Poznasz najważniejsze definicje z obszaru wellbeingu, wellnessu i zdrowia, dzięki czemu w profesjonalny sposób będziesz wypowiadać się na tematy związane z budowaniem dobrostanu pracowników i liderów w organizacji.
- * Poznasz sposoby na profesjonalne przygotowanie się na spotkanie z interesariuszami, w tym sponsorami, którzy decydują o budżecie na działania wellbeing. Wyostreysz język argumentów, aby móc przekonać do działań wellbeing zarówno sponsorów, jak i osoby, które do tej pory nie traktowały tego tematu w kategoriach ważnych dla biznesu.





ETAP 3. ZADBAJ O ENERGIĘ. Zobacz, jak zadbać o wellbeing wewnętrzny i wysoką produktywność liderów i ich zespołów.

ZAGADNIENIA:

- * Wewnętrzne obszary wellbeing: ciało (energia fizyczna), emocje (energia emocjonalna), umysł (energia mentalna) oraz duchowości (energia duchowa). Odkryj, jak te 4 kluczowe elementy wpływają produktywność i zaangażowanie w środowisku organizacyjnym.
- * wellbeing fizyczny (sen, odżywianie, ruch, odpoczynek) jako fundament profilaktyki zdrowia psychicznego. Jak dbać o ciało, by chronić umysł i wzmacniać odporność psychiczną?
- * Odkryj kluczowe czynniki wpływające na wysoką efektywność według koncepcji Human Power. Dowiedz się, za pomocą jakich zachowań budować odporne i skuteczne zespoły?
- * Hi-Tech równa się Hi-Touch. wellbeing w rzeczywistości zmiany. Jak dbać o ludzi w czasach nieustannych i gwałtownych zmian? Jak zwiększać gotowość organizacji do wprowadzania realnych korekt w stylu pracy?
- * Dobre praktyki w zakresie wellbeing wewnętrznego.

KORZYŚCI:

- * Przeprowadzisz audyt realizowanych działań w firmie, dzięki czemu zidentyfikujesz najważniejsze priorytety w obszarze wellbeing i z łatwością zaprojektujesz odpowiednie rozwiązania.
- * Poznasz kluczowe czynniki efektywności działania, dzięki czemu będziesz wiedzieć, jak w szybki i precyzyjny sposób wzmacniać te umiejętności i zachowania pracowników, które najsilniej wpływają na poziom ich energii, a tym samym podnoszą ogólny poziom wellbeingu w całej organizacji.





ETAP 4. ZDEFINIUJ, DLA KOGO TO WSZYSTKO. BADAJ, NIE ZAKŁADAJ. Określ grupy docelowe i ich potrzeby.

ZAGADNIENIA:

- * Zewnętrzne obszary wellbeing: relacje z innymi, środowisko zewnętrzne, finanse, kariera zawodowa. Jak zmieniła się ich rola na przestrzeni ostatnich lat? Co i dlaczego zyskało na znaczeniu? Pytania, które pomagają planować skuteczne działania w wellbeingu zewnętrznym.
- * Psychologia behawioralna w praktyce, a wellbeing pracowników – proste i nietuzionkowe rozwiązania, które skutecznie modelują zachowania w programach wellbeing
- * Różne grupy docelowe – jak różnicować rozwiązania, diagnozować i realnie wspierać zarząd, HR, liderów, IT, produkcję, siły sprzedażowe?

KORZYŚCI:

- * Dowiesz się, jak mądrze zaprojektować rozwiązania dedykowane różnym grupom odbiorców, co pozwala zmaksymalizować frekwencję i zadowolenie pracowników, w tym liderów, którzy najbardziej dziś odczuwają przeciążenie pracą.
- * Rozszerzysz ofertę programową wellbeing o nowe, istotne aspekty związane z bieżącymi kryzysami i wyzwaniami wykorzystując podpowiedzi psychologii behawioralnej.





ETAP 5. ZAGWARANTUJ SUKCES DZIAŁAŃ wellbeing. Wzmocnij kluczowe czynniki sukcesu z wykorzystaniem Learning Battle Cards

ZAGADNIENIA:

- * Metoda Learning Battle Cards – jak wykorzystać potencjał ponad 100 form rozwojowych w projektowaniu działań wellbeing?
- * LBC Canvas – siedem elementów efektywnych programów rozwojowych i ich związek z działaniami wellbeing: analiza potrzeb, budowanie świadomości, transfer wiedzy, kształtowanie umiejętności, wpływanie na postawy, implementacja w miejscu pracy, ewaluacja.
- * Dobór najlepszych metod rozwojowych do realizacji poszczególnych celów i wskaźników strategii wellbeing. Wyższy poziom świadomego wdrażania wellbeingu w organizacji.
- * Ściągnij uwagę odbiorców! Jak wiedza z obszaru marketingu, komunikacji, PRu i sprzedaży pomaga w osiągnięciu ambitnych celów w projektach wellbeing?

KORZYŚCI:

- * Spojrzysz na działania wellbeing z poziomu siedmiu warstw procesu rozwojowego, co pozwoli Ci zadbać o najwyższą efektywność wypracowanych rozwiązań oraz zoptymalizować realizację strategii pod kątem czasu, kosztów i zasobów.
- * Zainspirujesz się ciekawymi rozwiązaniami z obszaru marketingu, komunikacji i sprzedaży, aby zaplanować odpowiednie komunikaty i kanały dotarcia do różnych grup docelowych.





ETAP 6. PRECYZUJ I MIERZ, ABY MIEĆ KONTROLĘ.

Określ cele, działania, wskaźniki

ZAGADNIENIA:

- * Metodyczne podejście do strategii wellbeing. Etapy tworzenia strategii krok po kroku. Dlaczego nie warto iść na skróty?
- * Definiowanie jasnych i mierzalnych filarów i celów strategii. Intelktualne ćwiczenie, od którego dużo zależy.
- * Wskaźniki realizacji celów. Jak poznać poziom zaawansowania wdrażanych działań? Praktyczny przegląd wskaźników wellbeing.
- * Realizacja zapisów strategii – co i kiedy może pójść nie tak? Punkty graniczne, na które warto być czujnym.
- * Rola liderów w tworzeniu kultury wellbeing – jak skutecznie zacząć transformację stylu pracy?

KORZYŚCI:

- * Nauczysz się, jak definiować filary, cele oraz wskaźniki wellbeing, aby zyskać kontrolę nad harmonogramem i budżetem realizowanych działań i móc odpowiadać na pytania o efektywność ponoszonych inwestycji.
- * Poznasz przykładowe strategie wellbeing, do których poza Akademią nie masz dostępu.
- * Zaplanujesz krok po kroku swój własny projekt wellbeing i wyjdiesz z gotowym planem do zaprezentowania, obronienia, a następnie wdrożenia w swojej organizacji.



Kalendarz Akademii Wellbeing

INAUGURACJA AKADEMII WELLBEING - 14 MARZEC 2024

Inauguracja programu, zadbanie o wellbeing uczestników, zapoznanie uczestników i wprowadzenie do Akademii Wellbeing. **Data: 14.03.2024 Godzina: 09:30-11:30**

SESJE ONLINE Z GRUPĄ

Grupowe sesje Q&A i praca warsztatowa. Spotkania w trybie online, wspierające uczestników w procesie tworzenia strategii wellbeing. Sukcesywne omówienie każdego z etapów Akademii wellbeing. Pakiet dostępny w wersji LIVE. **Data: 12.03.2024 (inauguracja), 26.03.2024, 09.04.2024, 23.04.2024, 07.05.2024, 14.05.2024, 21.05.2024 oraz 11.06.2024 Godzina: 9:30 - 11:30.**

MATERIAŁY DO PRACY WŁASNEJ

Każdy uczestnik Akademii otrzymuje dostęp do platformy online z materiałami do pracy własnej. To potężna dawka wiedzy w formie nagrań wideo, podcastów i zeszytów ćwiczeń.

CERTYFIKACJA I DORADZTWO

W celu uzyskania certyfikatu - wellbeing Manager - każdy uczestniczka/uczestnik Akademii wellbeing zobowiązana/y jest do przygotowania i zaprezentowania własnej strategii wellbeing. Certyfikacja połączona z profesjonalnym feedbackiem online, odbędzie się zgodnie z indywidualnie ustalonym terminem z każdym uczestnikiem.





Ścieżki Akademii Wellbeing

Inauguracja

Akademii
Wellbeing

Etap 1

Warsztaty live
z ekspertkami
Human Power

Etap 2

Warsztaty live
z ekspertkami
Human Power

Etap 3

Warsztaty live
z ekspertkami
Human Power

Etap 4

Warsztaty live
z ekspertkami
Human Power

Etap 5

Warsztaty live
z ekspertkami
Human Power

Etap 6

Warsztaty live
z ekspertkami
Human Power

Certyfikacja
Sesja doradcza

Follow up
Dostęp do
aplikacji

Ścieżka DEEP. Uczysz się z innymi.

Etap 1

Materiały do
pracy własnej

Etap 2

Materiały do
pracy własnej

Etap 3

Materiały do
pracy własnej

Etap 4

Materiały do
pracy własnej

Etap 5

Materiały do
pracy własnej

Etap 6

Materiały do
pracy własnej

Certyfikacja

Sesja doradcza

Ścieżka OPEN. Uczysz się kiedy chcesz.



PAKIETY AKADEMII WELLBEING

Pakiet OPEN

- uczysz się, kiedy chcesz

- * 5 godzin nagrań video i podcastów
- * 100 stron materiałów do pracy własnej
- * Możliwość przystąpienia do certyfikacji
- * Dostęp do platformy przez 6 miesięcy

CENA

1 490zł netto do 14.02.2024

1 890zł netto od 15.02.2024

Pakiet DEEP LEARNING

- uczysz się z innymi

- * 5 godzin nagrań video i podcastów
- * 100 stron materiałów do pracy własnej
- * Certyfikat wellbeing Manager
- * Dostęp do platformy przez 12 miesięcy
- * Sesja inauguracyjna Akademii online
- * 6 warsztatów online z ekspertkami Human Power
- * Sesja bonusowa live w obszarze mental health
- * Welcome Pack z zestawem kart Learning Battle Cards do projektowania procesów rozwojowych

CENA

3 890zł netto do 14.02.2024

4 890zł netto od 15.02.2024



Uczestnicy o Akademii:



”

Akademia Wellbeing to niewątpliwa olbrzymia dawka wiedzy, połączona z wymianą informacji i dobrymi praktykami z innych organizacji. Nie miałam wątpliwości czy uczestniczyć, znam wyzwania biznesowe w organizacji i wiedza z Akademii pozwoliła odnieść się do nich w formie rozwiązań, czy inicjatyw do zmiany.

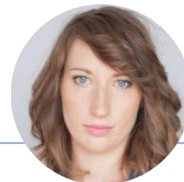
Justyna Wojnar-Świsłak, Total Rewards Manager, GFT Technologies



”

Akademia to potężna dawka wiedzy. Uczysz i poznajesz rzemiosło, przekraczasz własne granice by potem je przesuwać. I poznajesz siebie. Akademia zadaje pytania a Ty szukasz odpowiedzi. To odkrywanie siebie i świata a potem ciągła zmiana.

Ewa Sadowska, Account Manager, The Employee Happiness Ambassador, HP



”

Akademia Wellbeing to moim zdaniem pozycja obowiązkowa dla wszystkich którzy chcą zrozumieć jak efektywnie wspierać pracowników w czasach zmiany. Ze spotkania na spotkanie elementy układanki wskazują na swoje miejsce, dawka wiedzy którą podzieliły się z nami Patrycja i Małgosia jest naprawdę przeogromna, ale przy tym nie przytłaczająca. Nie jest to jednak kolejny warsztat teoretyczny podczas którego otrzymujemy tylko wiedzę merytoryczną - Akademię warto polecić również ze względu na elementy praktyczne które pojawiały się na każdym spotkaniu. Dodatkowo oprócz wzbogacenia swojego warsztatu pracy można też podjąć refleksję nad własnym wellbeing - jak pokazuje Akademia, ciężko jest dbać o wellbeing pracowników nie mając dobrego wglądu w głębi siebie.

Kiedy pierwszy raz zobaczyłam koncept Akademii pomyślałam, że to projekt sztywny na miarę obecnych wyzwań przed którymi stajemy w dziale HR prawie codziennie. Wątpliwości nie pojawiły się ani razu - podczas poszczególnych zajęć coraz silniej rezonowało we mnie poczucie, że w końcu uda się przełamać jakieś tabu i wypuklić czynnik ludzki w codziennej pracy z biznesem. Doskonałe przygotowanie merytoryczne, obszerne materiały, możliwość czerpania z doświadczenia innych uczestników - to wszystko złożyło się na całość naprawdę wartościowego programu.

Iwona Lubańska, Senior HR Consultant, Franklin Templeton





3 korzyści wynikające z ukończenia Akademii Wellbeing, które wspierają mnie w życiu zawodowym i prywatnym to holistyczne podejście do człowieka; strategiczne podejście do zarządzania dobrostanem w organizacji, wielopłaszczyznowe patrzenie na pracownika.

Program był maksymalnie wyczerpujący - nie znalazłem zagadnienia dotyczącego wellbeing, który by nie był ujęty. Dodatkowo widziałem prowadzone przez Was webinary i propozycje webinarów na kosmicznie wysokim poziomie.

Bartosz Janicki, Trener Biznesu, Bausch Health Companies Inc.



Bardzo mocno wybrzmiała na którymś ze spotkań, że tzw. misyjność czyli branie całkowitej odpowiedzialności za powodzenie programu wellbeingowego i praca nad nim z wykorzystaniem maksymalnej energii może spowodować u lidera projektu wypalenie zawodowe. W konsekwencji program może ponieść klęskę. Ta informacja bardzo mocno wryła mi się pamięci. Dzięki Akademii, zwiększyłam również pewność siebie i utwierdziłam w przekonaniu, że działania, które podejmuje w swojej organizacji są właściwie ukierunkowane.

Joanna Leśniak, HR Business Partner, VeloBank



Akademia Wellbeing to przede wszystkim ŚWIADOMOŚĆ. (...) Od wielu lat pracuję w przyjaznej korporacji, jednak chęć wyzwań, udowodnienia sobie i innym, że mogę wiele, praca ponad siły i nieumiejętność złapania równowagi pomiędzy życiem prywatnym i zawodowym spowodowało, że organizm się zbuntował. Dzięki Akademii Wellbeingu wszystko świadomie układa się w całość i powoduje, że naprawdę rozumiemy dlaczego własna energia jest priorytetem i jak to wpływa na nasz komfort życia zawodowego, a przede wszystkim prywatnego.

Dorota Markiewicz-Kubik, wcześniej Dyrektor ds. HR, komunikacji i zaangażowania społecznego, Farm Frites Poland. Dziś Founder INSPIRING LEADERSHIP



Nie miałam wątpliwości przed skorzystaniem z Akademii Wellbeing Human Power, przede wszystkim dlatego, że byłam (i jestem) przekonana o konieczności poszerzania wiedzy i umiejętności z zakresu wellbeing w organizacjach. Ja sama byłam i wciąż jestem bardzo zainteresowana tym tematem i chciałam zdobyć dostęp do profesjonalnych materiałów, wiedzy eksperckiej, danych dotyczących wielu aspektów wellbeing oraz móc współpracować z osobami dla których temat ten jest tak samo ważny jak dla mnie. Opierając się na wcześniejszym doświadczeniu ze współpracy z Human Power, wiedziałam, że moje cele będą zrealizowane.

Anna Majewska-Radzka, HR Business Partner z 15-letnim doświadczeniem

Dlaczego Akademia powstała?

Po 10 latach strategicznej pracy z setkami organizacji, wiemy, że wellbeing nie jest o jednorazowych akcjach, po których nic się nie dzieje, nie jest o przrzucaniu odpowiedzialności na pracownika, czy inwestowaniu w rozwiązania, które niczego nie zmieniają.

Wiemy, że wellbeing jest o realnej zmianie.

Szkolenia nie działają, kupowanie certyfikatów wellbeingowych nie działa, kolekcjonowanie wiedzy na portalach firmowych nie działa. To co działa to dobrze zaprojektowane procesy.

My stawiamy na rezultaty.

Wiemy, że wymagają odpowiedniego know-how, czasu i zaangażowania, ale wierzymy, że są tego warte i tego uczymy w Akademii Wellbeing.





Ekspertka programu



**Małgorzata
Czernecka**

**Psycholożka, ekspertka
ds. zarządzania energią
i wellbeingu strategicznego**

Psycholożka biznesu, trenerka, specjalistka w obszarze zarządzania energią pracowników i liderów oraz odporności psychicznej i mental health w dużych firmach. Założycielka firmy Human Power, w ramach której na co dzień tworzy programy, projekty oraz strategie wellbeing. Od 8 lat wspiera liderów dużych firm w zarządzaniu ich własną energią witalną na poziomie fizycznym, emocjonalnym i mentalnym. W swojej pracy łączy wiedzę biznesową z psychologią, neurobiologią, medycyną sportową i technikami pracy z ciałem.

W ramach Akademii podzieli się z Tobą nie tylko swoją wiedzą, ale również unikatowymi doświadczeniami na temat praktycznego wymiaru wdrażania strategii wellbeing w organizacjach.

Główne obszary specjalizacji

- ✳️ Rozwój kompetencji zarządzania własną efektywnością i skutecznością działania poprzez zarządzanie własną energią na poziomie fizycznym, emocjonalnym, mentalnym i duchowym (praca z wyższym ja).
- ✳️ Budowanie nowych nawyków sprzyjających podnoszeniu skuteczności, efektywności i produktywności. Zwiększanie świadomości siebie poprzez głęboką pracę z ciałem i emocjami.
- ✳️ Rozwijanie odporności psychicznej poprzez pracę ze świadomością i wdrażanie nowych nawyków, profilaktyka mental health, autoterapia.
- ✳️ Badania i doradztwo w obszarze zwiększania poziomu zaangażowania pracowników oraz tworzenia strategii budowania efektywnych miejsc pracy.

Portfolio

- ✳️ Z powodzeniem realizowała projekty rozwojowe dla menedżerów i specjalistów wielu branż, w tym m.in. Aviva, Alior Bank, Avon, Mcdonald's, 3M, Orange, Wirtualna Polska, Axel Springer, Neuca, Credit Agricole, EFL, mBank, ING Bank Śląski, Grupa Żywiec, Pekao S.A., Nationale Nederlanden, P&G, Intel, i in.
- ✳️ Autorka licznych raportów z badań („Stresodporni 2021”, „Zmęczeni zmęczeniem 2022”, „Mental Health. Odporność psychiczna. Emocje i biznes” 2020) i publikacji książkowych (m.in. „Wellbeing w organizacji. Co, jak, dlaczego?” wyd. Infor 2018.)
- ✳️ Autorka licznych artykułów HBRP, ICAN Management, HRBP Magazine, Personel i Zarządzanie.
- ✳️ Można jej posłuchać w podcastach: Forbes Women, ICAN Management „Sekrety mistrzów” oraz „Becoming a Sustainable Leader”.





Ekspertka programu



**Patrycja
Woszczyk**

**Trenerka, badaczka
ekspertka ds. energii
umysłowej i emocjonalnej**

Socjolożka, trenerka, autorka i współautorka ponad 150 narzędzi badawczych z zakresu HR, zarządzania energią i obszaru wellbeing, ekspertka Human Power ds. strategii, zarządzania energią mentalną i rytmów dobowych. Badania i analizy ze świata i z Polski ma w jednym palcu, a w domu ma tyle książek, że jest u niej jak w księgarni.

Patrycja przygotowała dla Ciebie większość materiałów do czytania, w tym o trendach, dobrych praktykach, wskaźnikach. W Akademii skupia się na tematach związanych z liczbami, analizie pod kątem ułożenia strategii, powiązania celów z działaniami.

Główne obszary specjalizacji

- * Rozwój kompetencji zarządzania własną produktywnością i skutecznością działania poprzez zarządzanie własną energią na poziomie emocjonalnym i mentalnym.
- * Wzmacnianie odporności psychicznej.
- * Budowanie nawyków sprzyjających podnoszeniu skuteczności, efektywności i produktywności pracowników.
- * Badania i doradztwo w obszarze zwiększania poziomu zaangażowania pracowników oraz tworzenia strategii budowania efektywnych miejsc pracy.

Portfolio

- * Z powodzeniem realizowała projekty rozwoju dla menedżerów i specjalistów wielu branż, w tym m.in. Comarch, Play, Avon, DB Schenker, ING Bank Śląski, Grupa Żywiec, P&G, Europejski Fundusz Leasingowy, mBank, Credit Agricole, Polpharma, Novartis, Grupa Żywiec, Colliers, DVN GL, HP Inc. i in.
- * Prelegentka konferencji w obszarze HR, autorka ponad 40 publikacji tematycznych.
- * Jej raporty i wyniki badań były m.in. cytowane przez: Harvard Business Review, Politykę, Onet, Gazeta.pl, Biznes Onet, TVN 24 BIS, PULS BIZNESU, FORBES, TVN 24, TVP, Rzeczpospolitą, Polskie Radio.
- * Jest świetną metodolożką i twórczynią ponad 8 ogólnopolskich badań i raportów m.in. "Mental Health. Emocje i biznes. Odporność psychiczna pracowników" (2020), "Stresodporni. Odporność psychiczna polskich organizacji 2020" (2021).
- * Autorka licznych artykułów Personelem i Zarządzanie, HRBP Magazine, Personel Plus.



Potwierdzają nas liczby!

SKĄD WIEMY JAK STRATEGICZNIE DBAĆ O WELLBEING PRACOWNIKÓW?



500

projektów
wellbeing
zrealizowanych
w Polsce i na
świecie



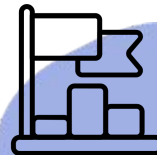
50 000

przeszkolonych
pracowników
i liderów
w Polsce
i na świecie



170

dużych
organizacji dla
których
zrealizowaliśmy
projekty
wellbeing



40

krajów, w których
szkoliliśmy
pracowników
i liderów



5

kontynentów,
na których
realizowaliśmy
projekty wellbeing



Pracujemy z największymi organizacjami



AVON



warta.



Masz pytania? Napisz do nas!

Razem odniesiemy spektakularny sukces wdrażając strategiczny wellbeing do Twojej organizacji.

Ania Poraj
Koordynator Akademii
akademia@humanpower.pl
+48 530 268 004
humanpower.pl

humanpower

