

ΑΝΑΚΟΙΝΩΣΗ Νο 170 16/2/2018

Σεμινάριο Ψυχολογίας μόνο για τα μέλη του Union

Οι συνέπειες του εργασιακού άγχους στα άτομα και τις εταιρείες: Αξιολογώντας τους κινδύνους και αποσκοπώντας στην πρόληψη



Οι εργαζόμενοι σήμερα στην Ελλάδα αντιμετωπίζουν νέες προκλήσεις που αυτές έχουν προκύψει είτε από τις ραγδαίες κοινωνικές αλλαγές των τελευταίων δεκαετιών, είτε έχουν ενταθεί από την οικονομική κρίση. Σε αυτό το περιβάλλον, οι δεξιότητες και τα εργαλεία που χρησιμοποιούσαν έως σήμερα οι ίδιοι, αποδεικνύονται αναποτελεσματικά. Προβάλλει λοιπόν η ανάγκη, οι εργαζόμενοι να εξοπλιστούν με νέους τρόπους και νέες γνώσεις αντιμετώπισης του εργασιακού άγχους που είναι αποτέλεσμα των παραπάνω βλαπτικών μεταβολών της ψυχικής μας υγείας.

Το Σωματείο Union Eurobank πάντα δίπλα στους συναδέλφους και στις οικογένειές τους, προσφέρει ένα δωρεάν βιωματικό σεμινάριο στα μέλη του, συμβάλλοντας στη διάγνωση του προβλήματος και κυρίως στη μεθοδολογία αντιμετώπισης και επίλυσής του σύμφωνα με τα νέα δεδομένα και τις νέες προκλήσεις:

- *Πώς μπορώ να είμαι ένας λειτουργικός εργαζόμενος, γονιός, σύζυγος;
- *Πως μπορώ να διαχειριστώ το άγχος της εργασίας και να μην το μεταφέρω στο σπίτι;
- *Πώς μπορώ να εξασφαλίσω τη λειτουργικότητα της ευρύτερης οικογένειας;
- *Εργασιακό άγχος και στρες – μας επηρεάζει στην εργασία μας, στην υγεία μας, στις αποφάσεις μας και στην αποτελεσματικότητά μας – Υπάρχουν τρόποι απαλλαγής; Και όμως υπάρχουν. Ελάτε να το διαπιστώσουμε μαζί.

**Σάββατο 24/2/2018 στις 11:00 π.μ στο αμφιθέατρο του
Σωματείου, Εμ. Μπενάκη 32 Αθήνα, 3ος.**

*Εισηγήτρια του σεμιναρίου θα είναι η διακεκριμένη επιστήμονας Ψυχολογίας Δρ. Αφροδίτη Παπαϊωάννου-Σπυρούλια, Συστημική-Οικογενειακή ΜαρτεΨυχοθεραπεύτρια Μεο, Εκπαιδευτρια, Καθηγήτρια-Ερευνήτρια Γνωστικής-Κλινικής Ψυχολογίας, Υπεύθυνη Προγραμμάτων Ψυχολογίας SCG-Επιστημονικό Κολλέγιο Ελλάδος
Για το Δ.Σ. του Σωματείου Union Eurobank*

Ο Πρόεδρος
Στάθης Χαρίτος

Ο Γεν. Γραμματέας
Γιάννης Σιδεράτος

**(Δηλώσεις συμμετοχής στο gmichalatos@unioneurobank.gr – Πληροφορίες
συν. Γαβριήλ Μιχαλάτος 6972051520)**

