

Szkolenie online:

Jak pomóc sobie w powrocie do pracy? Budowanie osobistej odporności

Terminy i miejsce:

Program

W trakcie szkolenia online omówione zostaną następujące zagadnienia:

1. Odporność (z ang. *resilience*). Czym jest i dlaczego można i warto ją wzmacniać?
2. Co konkretnie mogę zrobić? Obszary i techniki świadomego wzmacniania odporności
3. Co mogę zrobić wspólnie z innymi? Wzmacnianie odporności w sytuacji pracy hybrydowej lub powrotu do pracy w trybie stacjonarnym.

Prelegenci

Zofia Dukielska

Zofia jest doświadczonym konsultantem i menedżerem projektów w obszarze zarządzania zmianą i rozwoju organizacji. Od 10 lat pracuje w firmie badawczo-doradczej Kincentric (dawniej Aon/ Aon Hewitt), gdzie prowadzi projekty diagnozy zaangażowania i doświadczeń pracowników oraz wspiera najwyższą kadrę zarządzającą, menedżerów i HR w budowaniu programów działań i podejmowaniu zmian ukierunkowanych na tworzenie angażujących – efektywnych i przyjaznych pracownikom środowisk pracy. Przez 3 lata Zofia zarządzała strategicznym programem „Best Employers”, w ramach którego wyłaniano najbardziej angażujące miejsca pracy w Polsce. Obecnie realizuje również projekty rozwoju umiejętności menedżerskich w obszarze budowania zaangażowania i zarządzania zmianą. Dodatkowo, Zofia współpracuje z Uczelnią Łazarskiego w Warszawie, prowadząc zajęcia z badania i budowania zaangażowania pracowników dla pracowników i menedżerów działów HR na studiach podyplomowych „Compensation & Benefits” oraz z Kolegium Europejskim w Natolinie jako wykładowca zajęć z budowania praktycznych umiejętności na rynku pracy na ścieżce „professional development” dla studentów.

Zofia jest magistrem socjologii, ukończyła studia w Instytucie Stosowanych Nauk Społecznych UW oraz podyplomowe studia z zarządzania zasobami ludzkimi na SWPS. Obecnie Zofia jest studentką „Studium Edukacji i Pomocy Psychologicznej” w Ośrodku Intra w Warszawie.

Prywatnie Zofia jest mołem książkowym, a od niedawna również interesuje się ogrodnictwem, spędzając większość weekendów w domu i ogrodzie nad rzeką Pilicą.

Kontakt w sprawie szkolenia: