

## Stres w pracy

### Szkolenie dla pracowników sektora bankowego nt. zapobiegania skutkom stresu zawodowego i kształtowania psychospołecznych warunków pracy

15 kwietnia 2015 r., Warszawa

Centrum Bankowo – Finansowe „Nowy Świat” S.A., ul. Nowy Świat 6/12, sala B

#### Program

9.30 – Rejestracja uczestników

10.00 – Wprowadzenie do spotkania

- dr hab. inż. Wiktor M. Zawieska, prof. CIOP-PIB, Z-ca Dyrektora Centralnego Instytutu Ochrony Pracy – Państwowego Instytutu Badawczego
- Alfred Bujara, Przewodniczący Krajowego Sekretariatu Banków, Handlu i Ubezpieczeń NSZZ „Solidarność”

#### 10.15 – 12.30 – Część I

- Omówienie wyników badań nt. stresu prowadzonych w 2014 roku w sektorze bankowości – dyskusja.
- Rodzaje i przyczyny stresu w pracy.
- Obowiązek przeciwdziałania stresowi – dyrektywy UE, obowiązujące przepisy, porozumienia autonomiczne.
- Konsekwencje zdrowotne stresu w pracy.
- Konsekwencje stresu dla organizacji.
- Problem mobbingu w miejscu pracy

#### 12.30 – 13.00 – przerwa na kawę

#### 13.00 – 15.00 – Część II

- Indywidualne i organizacyjne sposoby i style radzenia sobie ze stresem.
- Rola pracodawców, działów HR, parterów społecznych w zarządzaniu stresem w pracy.
- Czynniki stresogenne w ocenie ryzyka zawodowego w bankach.
- Znaczenie komunikacji i wsparcia społecznego w radzeniu sobie ze stresem.

*W prezentacjach mogą zostać wykorzystane zdjęcia, statystyki, opisy działań banków w zakresie profilaktyki zdrowotnej, udostępnione wyłącznie do celów szkolenia*

#### Prowadzący:

**Mateusz Warchał** - psycholog, dr nauk humanistycznych, wykładowca akademicki. W latach 2005-2010 specjalista w Okręgowym Inspektoracie Pracy w Katowicach, gdzie koordynował w skali ogólnopolskiej programy prewencyjne dotyczące m.in. oceny ryzyka zawodowego oraz czynników stresogennych w pracy. Jest autorem pierwszego w Polsce poradnika dot. oceny stresogenności cech pracy pt. *Ocena ryzyka zawodowego – czynniki psychospołeczne* (Wydawnictwo Głównego Inspektoratu Pracy, Warszawa 2010). Ponadto jest autorem ponad 80 artykułów publikowanych w kraju i za granicą.

**Magdalena Warszevska – Makuch**, dr nauk humanistycznych, psycholog, pracownik naukowy Centralnego Instytutu Ochrony Pracy – Państwowego Instytutu Badawczego. W 2014 r. obroniła pracę doktorską poświęconą zagadnieniom mobbingu w pracy. Jest autorką poradnika „Ocena ryzyka mobbingu w pracy” i licznych publikacji na ten temat .

Europejska kampania informacyjna 2014 – 2015 „Stres w pracy? Nie, dziękuję!”  
<http://stres.ciop.pl>



## ZGŁOSZENIE NA SZKOLENIE

### Dane do kontaktu:

Imię		
Nazwisko		
Stanowisko		
Firma /Instytucja		
Ulica		
Kod pocztowy		
Miasto		
Telefon		
Fax		
E-mail		

Zgadzam się na publikację moich danych na liście uczestników:

Tak

Nie

Wyrażam zgodę, aby zdjęcia wykonane podczas szkolenia były publikowane na stronie internetowej oraz w materiałach organizatorów.

Tak

Nie

Uprzejmie prosimy o odesłanie wypełnionego zgłoszenia **do 10 kwietnia br.**

faksem na numer 22 690 67 60

lub pocztą elektroniczną na adres: [warszawa@primum.pl](mailto:warszawa@primum.pl)

Udział w szkoleniu jest bezpłatny. Zgłoszenia będą przyjmowane do momentu wyczerpania miejsc.