#CasusFutura

ПРОГРАМИ ЗА
МЕНТАЛНО ЗДРАВЕ

НА СЛУЖИТЕЛИТЕ

ANELIA GORGOROVA

beautiful.ai

АНЕЛИЯ ГОРГОРОВА

Провокатор I Поведенчески икономист I Предприемач
Настоящ фокус:
CASUS FUTURA

info@casusfutura.pro

0878 44 60 10

www.casusfutura.pro

linkedin.com/in/aneliagorgorova

#CasusFutura

©2021 Casus Futura www.casusfutura.pro

MADE WITH beautiful.ai

ПРИОРИТЕТ ЛИ СА ПРОГРАМИТЕ ЗА МЕНТАЛНО ЗДРАВЕ НА СЛУЖИТЕЛИТЕ?

©2021 Casus Futura www.casusfutura.pro

beautiful.ai

ПРОГРАМИ ЗА МЕНТАЛНО ЗДРАВЕ

преди с19

beautiful.ai

ВОЙНАТА НА ПРОФЕСИОНАЛНОТО ПРЕГАРЯНЕ

2016-2018

beautiful.ai

EMPLOYEE HEALTHCARE, WELLNESS & BENEFITS SUMMIT

2019

beautiful.ai

ПРЕДИ С19

ДА СЕ ГОВОРИ ЗА ПСИХИЧНО ЗДРАВЕ В БИЗНЕСА СЕ СМЯТА ЗА СЛАБОСТ

- ТЕМИТЕ ЗА ПСИХИЧНО ЗДРАВЕ НА СЛУЖИТЕЛИТЕ НЕ БЯХА МЕНИДЖЪРСКИ ПРИОРИТЕТ
- МИНАВАТ С ТЕМИ ПО-СКОРО ЗА ИНДИВИДУАЛНО СПРАВЯНЕ
- НЕ СА ДЪЛГОСРОЧНИ ПРОГРАМИ
- ЛИПСВА ХОЛИСТИЧЕН ПОДХОД И ЦЯЛОСТНА ОБВЪРЗАНОСТ СЪС ЗДРАВЕТО НА СЛУЖИТЕЛИТЕ
- ЛИПСВА ПРЯКА ВРЪЗКА МЕЖДУ ПСИХИЧНО И ФИЗИЧЕСКО ЗДРАВЕ
- КОМПАНИИТЕ, КОИТО ИМАТ ПРОГРАМИ ЗА ПСИХОЛОГИЧЕСКА ПОДКРЕПА СА ПО-СКОРО ИЗКЛЮЧЕНИЕ

#CasusFutura

©2021 Casus Futura www.casusfutura.pro

Created with beautiful.ai

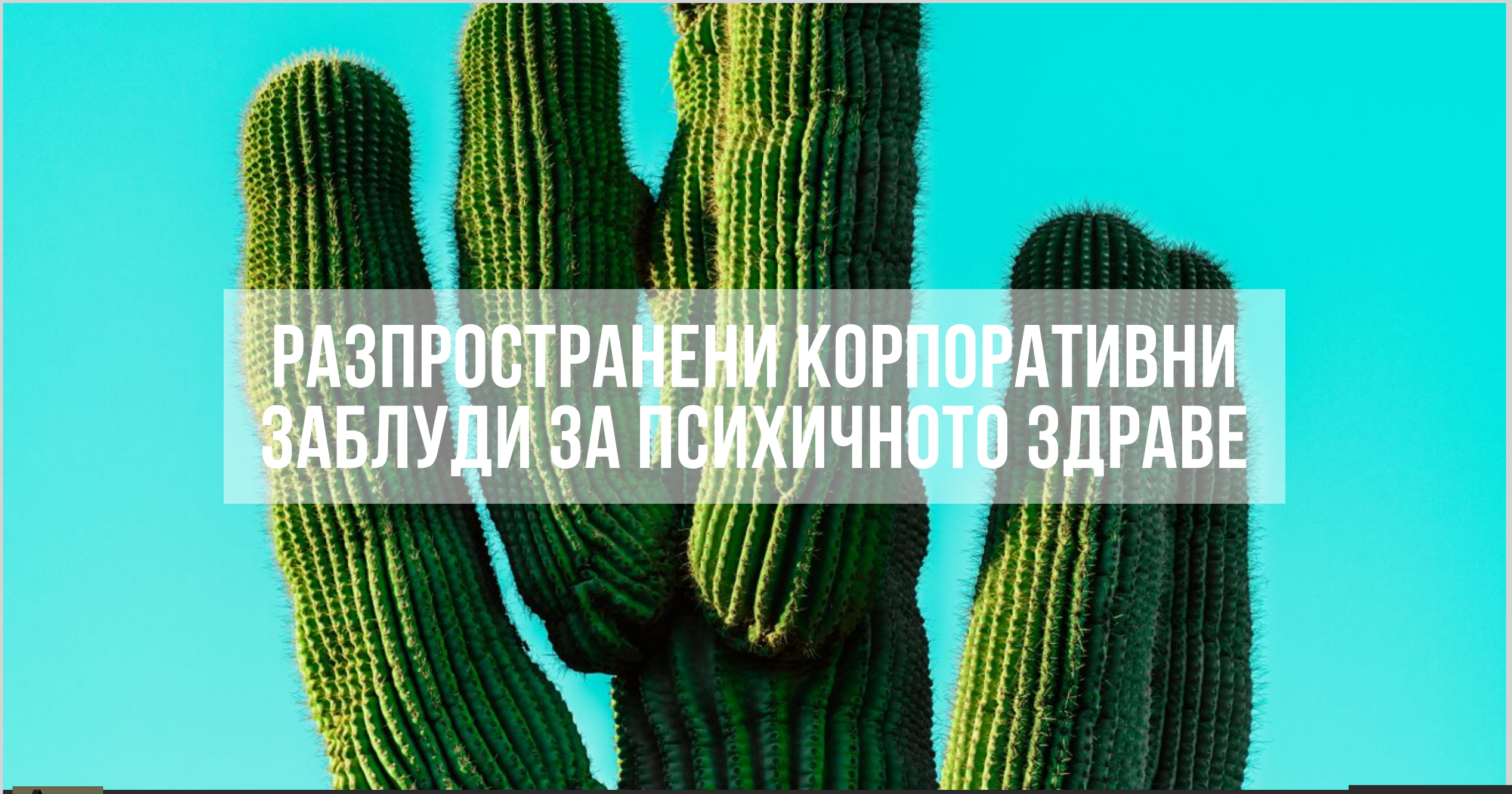
ПСИХИЧНО ЗДРАВЕ ПРЕДИ С19

ПРАКТИКИ	НА ХАРТИЯ	ПСИХИКА Е ЗАБРАНЕНА ДУМА	ДАЖЕ СТРЕС Е СРЕД ЗАБРАНЕНИТЕ
ПОПУЛЯРИЗИРАНЕ НА ТЕРМИНИ КАТО	КОРПОРАТИВНО ЩАСТИЕ ◐	ПОЗИТИВНО МИСЛЕНЕ ◔	УЕЛНЕС ◐
ПОПУЛЯРИЗИРАТ	ПРОГРАМИ ЗА СПОРТ, ХРАНЕНЕ, ЕМОЦИОНАЛНА ИНТЕЛИГЕНТНОСТ ✔	ИЗКЛЮЧЕНИЕ ПРОГРАМИ ЗА ПОДПОМАГАНЕ ✔	

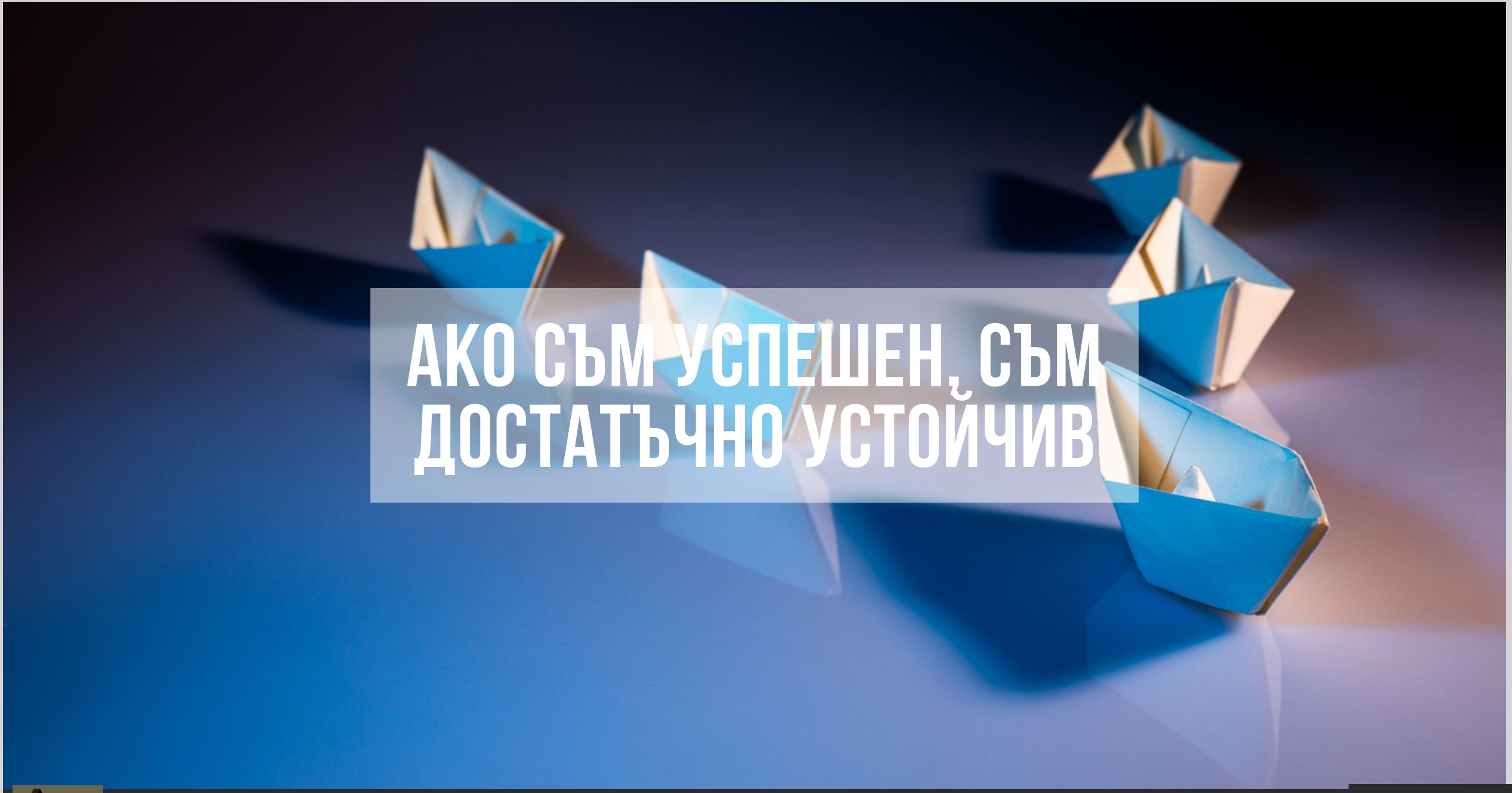
#CasusFutura

©2021 Casus Futura www.casusfutura.pro

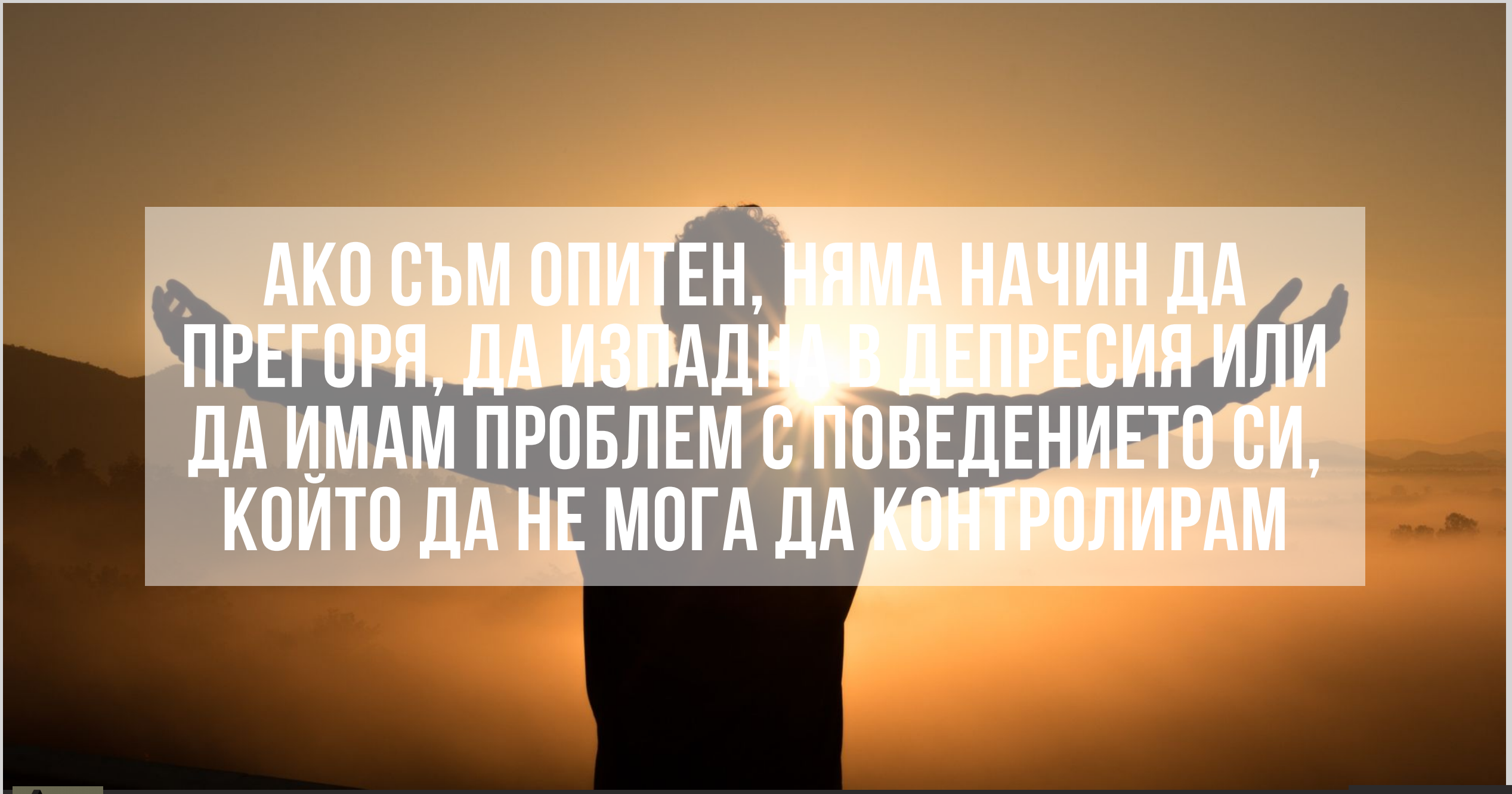
beautiful.ai



©2021 Casus Futura www.casusfutura.pro
beautiful.ai



©2021 Casus Futura www.casusfutura.pro
beautiful.ai



#CasusFutura
©2021 Casus Futura www.casusfutura.pro
beautiful.ai

#CasusFutura
©2021 Casus Futura www.casusfutura.pro
beautiful.ai

#CasusFutura
ВЯРВАМ, ЧЕ МОГА ДА КОНТРОЛИРАМ ФИЗИОЛОГИЧНИТЕ СИ РЕАКЦИИ, КОИТО СА В РЕЗУЛТАТ НА СТРЕС
beautiful.ai

МЕНИДЖЪРСКИ ПОДХОД “УМОРЕНИТЕ КОНЕ ГИ УБИВАТ”

#CasusFutura

©2021 Casus Futura www.casusfutura.pro

beautiful.ai

МЕНИДЖЪРСКИ ПРАКТИКИ ЗА УСПЕХ

- ДА СИ ВИНАГИ НА РАЗПОЛОЖЕНИЕ
- ЧАСТ Е ОТ ПРОЦЕСА НА ГЕНЕРИРАНЕ НА СТРЕС
- КОРПОРАТИВНИТЕ КОДОВЕ НА ПОВЕДЕНИЕ ЗА УНИФИЦИРАНЕ НА ПОВЕДЕНЧЕСКИТЕ МОДЕЛИ И НАМАЛЯВАНЕ НА ЕМОЦИОНАЛНИТЕ ПРОЯВИ

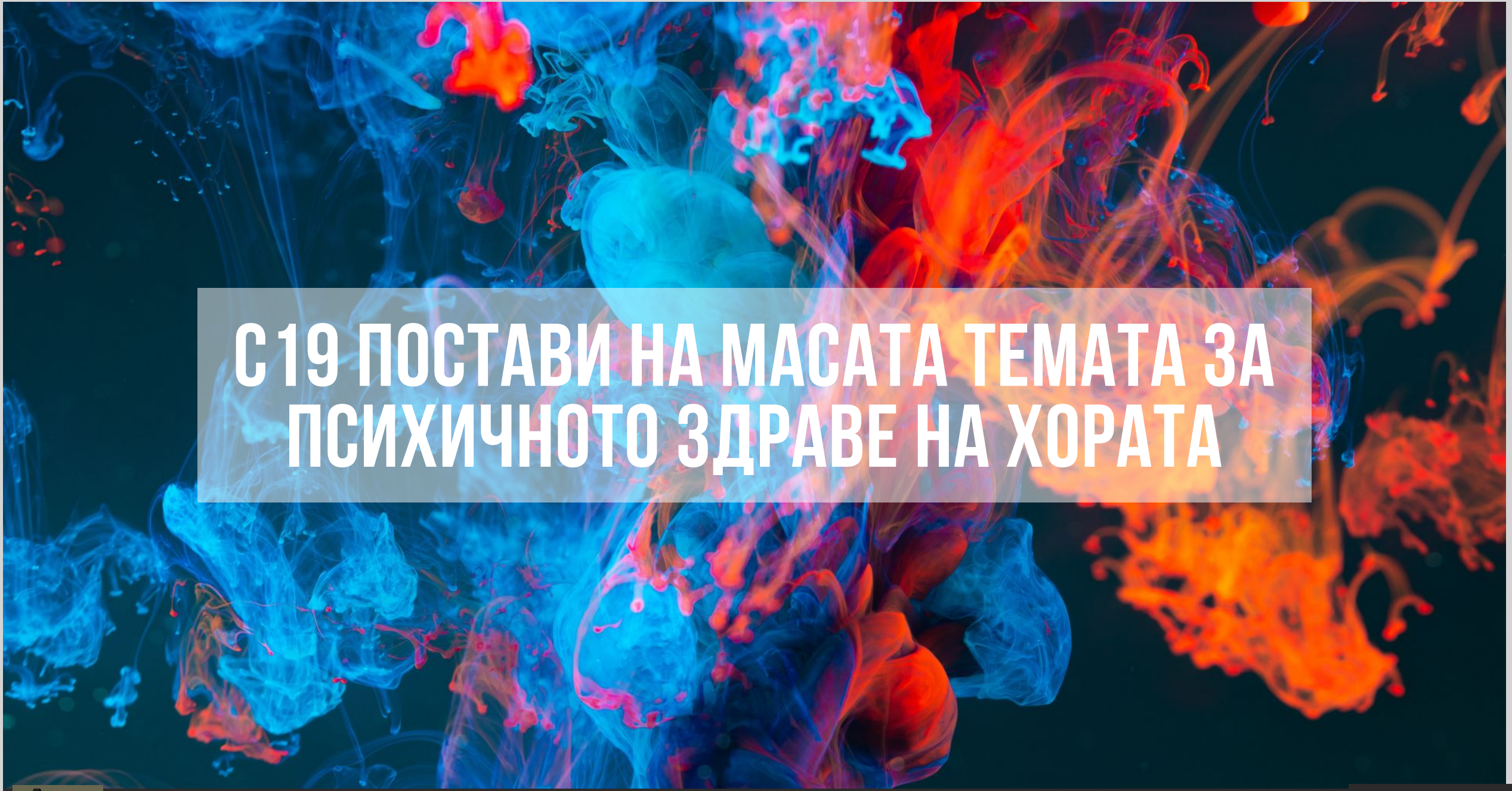
#CasusFutura

©2021 Casus Futura www.casusfutura.pro

beautiful.ai

МЕНИДЖЪРИТЕ И СПЕЦИАЛИСТИТЕ ПО УПРАВЛЕНИЕ НА ЧОВЕШКИ РЕСУРСИ СЕ ОКАЗАХА НЕПОДГОТВЕНИ ПО ТЕМАТА ПСИХИЧНО ЗДРАВЕ И С19 КРИЗА

#CasusFutura
©2021 Casus Futura www.casusfutura.pro
beautiful.ai



#CasusFutura

©2021 Casus Futura www.casusfutura.pro

beautiful.ai

В НАЧАЛОТО НА ПАНДЕМИЯТА СЕ ГОВОРЕШЕ ПО-ПЛАХО ЗА МЕНТАЛНО ЗДРАВЕ, А ИМАШЕ СИЛЕН ФОКУС ВЪРХУ БЪРНАУТ

#CasusFutura

©2021 Casus Futura www.casusfutura.pro

beautiful.ai

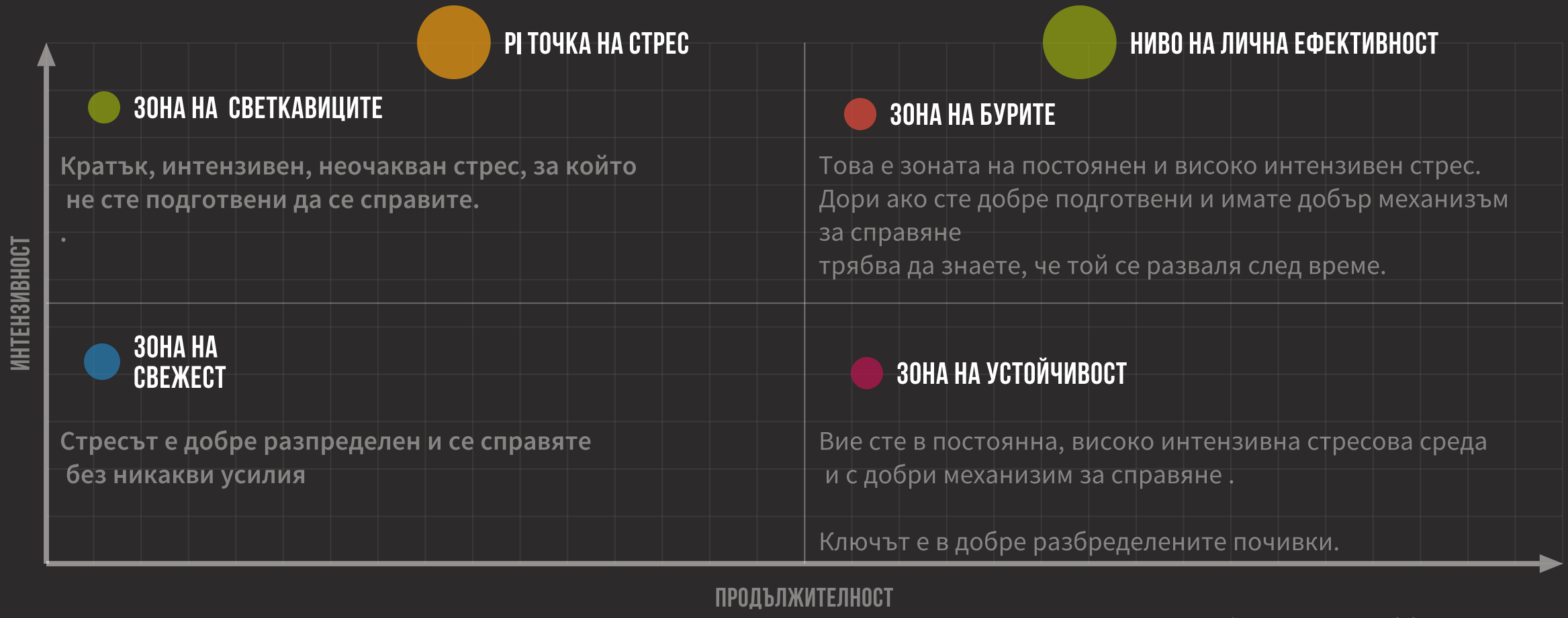
ЗАГОВОРИ СЕ ЗА ПСИХИЧНОТО ЗДРАВЕ

НО БЕШЕ СВЕДЕНО НАЙ-ВЕЧЕ ДО ЕДИНИЧНИ СЪБИТИЯ, ЛИНИИ ЗА ПОМОЩ ОТ СПЕЦИАЛИСТИ И КОРПОРАТИВНИ ИНСТРУКЦИИ

beautiful.ai

4 PI СТРЕСОВИ ЗОНИ

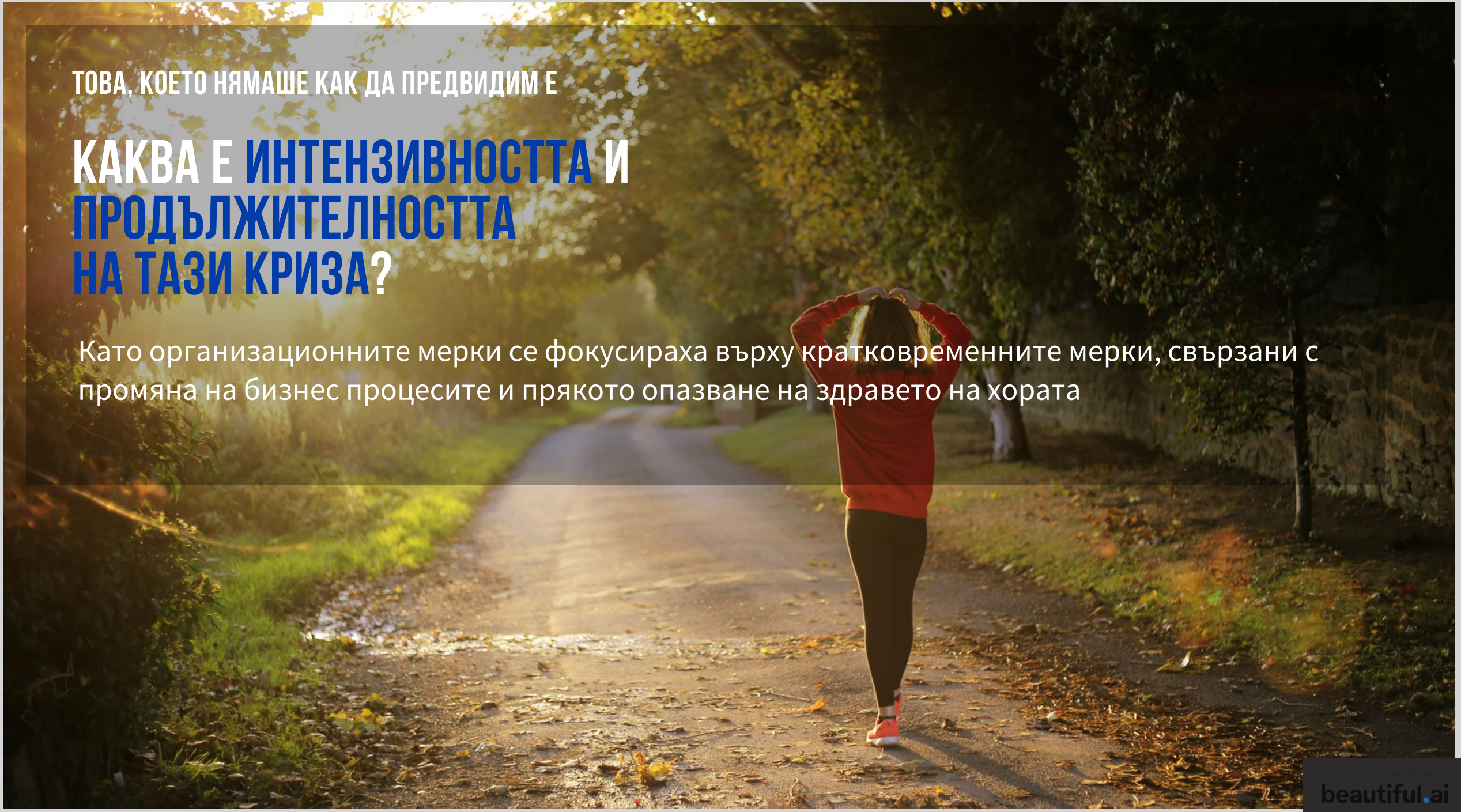
Готови ли сте да се справите и за колко дълго е възможно да бъдеш ефективен в условията на предизвикателна среда? Какво те прави ефективен, здрав удовлетворен?



*A. Gorgorova model

©2021 Casus Futura www.casusfutura.pro

Created with beautiful.ai



ТОВА, КОЕТО НЯМАШЕ КАК ДА ПРЕДВИДИМ Е

КАКВА Е ИНТЕНЗИВНОСТТА И ПРОДЪЛЖИТЕЛНОСТТА НА ТАЗИ КРИЗА?

Като организационните мерки се фокусираха върху краткосрочните мерки, свързани с промяна на бизнес процесите и прякото опазване на здравето на хората

beautiful.ai

Кои потребности бяха неудовлетворени?

©2021 Casus Futura www.casusfutura.pro

beautiful.ai

УЯЗВИМИ ГРУПИ

- РАБОТЕЩИ РОДИТЕЛИ
- САМОТНО ЖИВЕЕЩИ
- РАБОТЕЩИ В ПОСТОЯНЕН РИМОУТ

©2021 Casus Futura www.casusfutura.pro

beautiful.ai

1 ГОДИНА СЛЕД С19

плахи промени

- ЗАБЕЛЯЗВАТ СЕ ПЛАХИ ОПИТИ ЗА СМЯНА НА РЕАКТИВЕН С ПРОАКТИВЕН МОДЕЛ НА ПРОГРАМИ ЗА ПСИХИЧНО ЗДРАВЕ НА СЛУЖИТЕЛИТЕ
- УВЕЛИЧИХА СЕ КОМПАНИИТЕ, КОИТО ИМАТ ПРОГРАМИ С ПОМОЩ ОТ ПСИХОЛОЗИ
- ДЕПРЕСИВНИ И ВСЯКАКВИ ПРОБЛЕМИ С ЕМОЦИИ И УМОРА ВЕЧЕ БИВАТ ПРИЧИСЛЯВАНИ НА БЪРНАУТ
- ПРАВЯТ СЕ ПОВЕЧЕ ИНФОРМАЦИОННИ СЪБИТИЯ ЗА СЛУЖИТЕЛИТЕ, КОИТО СА ПО ИНИЦИАТИВА И НА СЛУЖИТЕЛИТЕ
- ЗАБЕЛЯЗВАТ СЕ НЕТИПИЧНИ ПРОМЕНИ - НАПР. СПЕЦИАЛИСТИ, КОИТО РАБОТЯТ ОТ ГОДИНИ В ХОУМ ОФИС СА С НАМАЛЯЛА ЕФЕКТИВНОСТ

#CasusFutura

©2021 Casus Futura www.casusfutura.pro

beautiful.ai

МОЖЕМ ЛИ ДА НАПРАВИМ ПРОГНОЗА ЗА СЛЕДВАЩИТЕ 10 ГОДИНИ ПО ТЕМАТА КОРПОРАТИВНО ПСИХИЧНО ЗДРАВЕ?

beautiful.ai

beautiful.ai

СВЪРШИ ЛИ

ЕРАТА НА ФАСТ ФУД ПСИХОЛОГИЯТА И НА ФАСТ ФУД РЕШЕНИЯ ЗА ПСИХИЧНОТО ЗДРАВЕ?

#CasusFutura

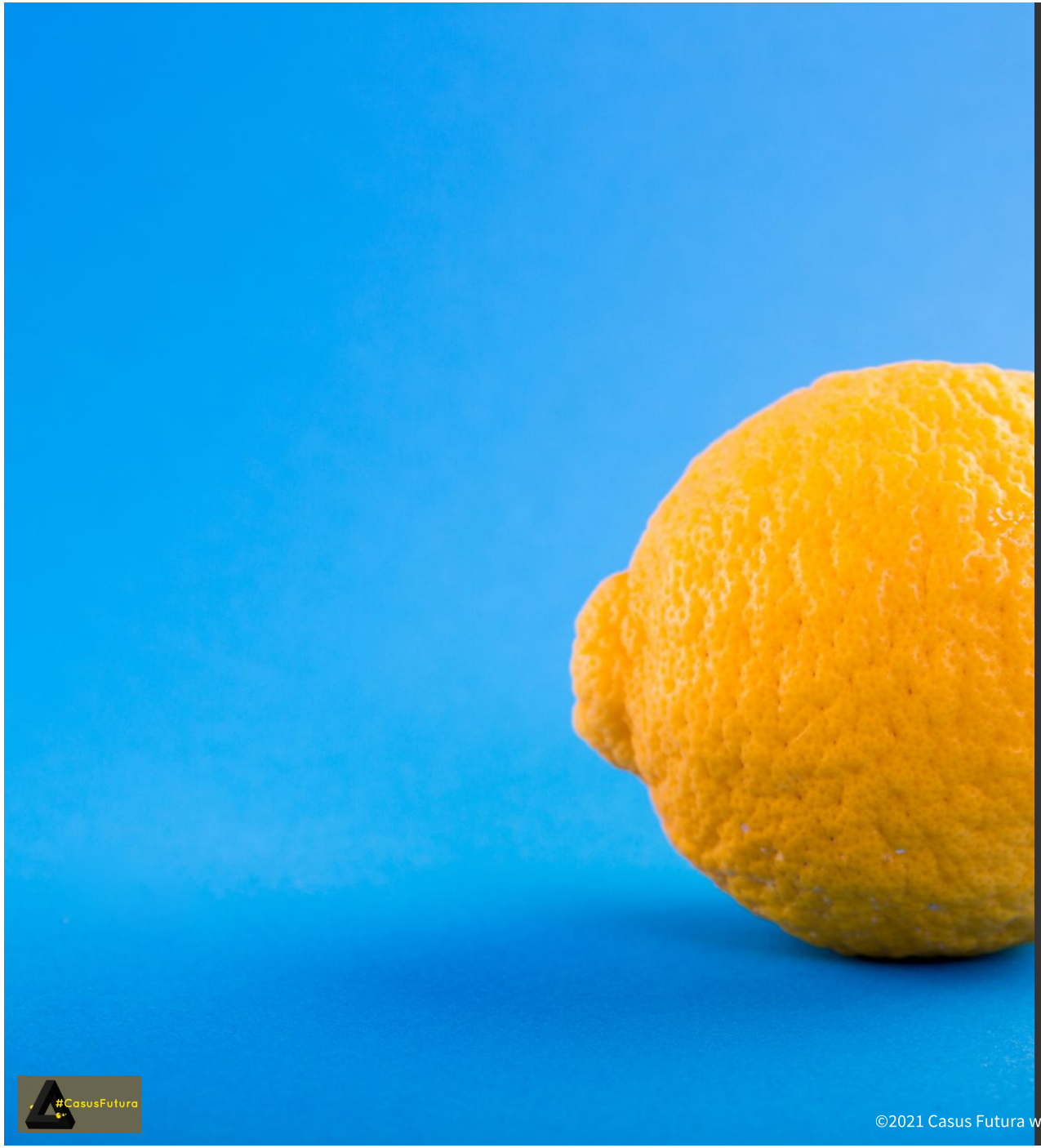
©2021 Casus Futura www.casusfutura.pro

MADE WITH beautiful.ai

КАК ДА ПРЕВЪРНЕМ

ВАЖНИ ВЪПРОСИ ОТ ПСИХОЛОГИЯТА В БЪРЗИ, ЛЕСНИ И ВИЗУАЛНИ РЕШЕНИЕ?

#CasusFutura
©2021 Casus Futura www.casusfutura.pro
MADE WITH beautiful.ai



БЕЗ ДА
КОМПРОМЕТИРАМЕ КАЧЕСТВОТО

©2021 Casus Futura www.casusfutura.pro

MADE WITH beautiful.ai

ИМА НУЖДА ОТ ПОВЕЧЕ ТЕРАПЕВТИ, КОИТО ДА РАЗБИРАТ ПРЕДИЗВИКАТЕЛСТВАТА В ОРГАНИЗАЦИОНЕН КОНТЕКСТ

MADE WITH
beautiful.ai

ИМА НУЖДА СПЕЦИАЛИСТИТЕ ПО ЧОВЕШКИ РЕСУРСИ ДА ИМАТ ПОЗНАНИЯ ПО ТЕМА ПСИХИЧНО ЗДРАВЕ

MADE WITH
beautiful.ai

ИМА НУЖДА МЕНИДЖЪРИТЕ ДА ИМАТ ПОВЕЧЕ ПОЗНАНИЯ ПО ТЕМА ПСИХИЧНО ЗДРАВЕ

MADE WITH
beautiful.ai

УСТАНОВЯВАНЕ НА ТРАЙНА ВРЪЗКА МЕЖДУ ЗДРАВЕТО НА СЛУЖИТЕЛИТЕ

и психичното им здраве

beautiful.ai

ПОДОБРЯВАНЕ НА ПОЗНАНИЯТА НА СЛУЖИТЕЛИТЕ НА ТЕМА ПСИХИЧНО ЗДРАВЕ “В ПО-ДОБРА ГРИЖА ЗА СЕБЕ СИ”

©2021 Casus Futura www.casusfutura.pro

MADE WITH beautiful.ai

РЕАБИЛИТИРАНЕ НА СТАРИ ПРИНЦИПИ

ТЯЛО

кислород

-дишане

светлина

вода

Храна

движение

ЕМОЦИИ

Качествени социални контакти

други занимания, които ни носят смисъл

©2021 Casus Futura www.casusfutura.pro

beautiful.ai

ТОВА НЕ Е СПРИНТ, А УЛТРАМАРАТОН

ЗА ДА ИЗДЪРЖИМ ПО-ДЪЛГО

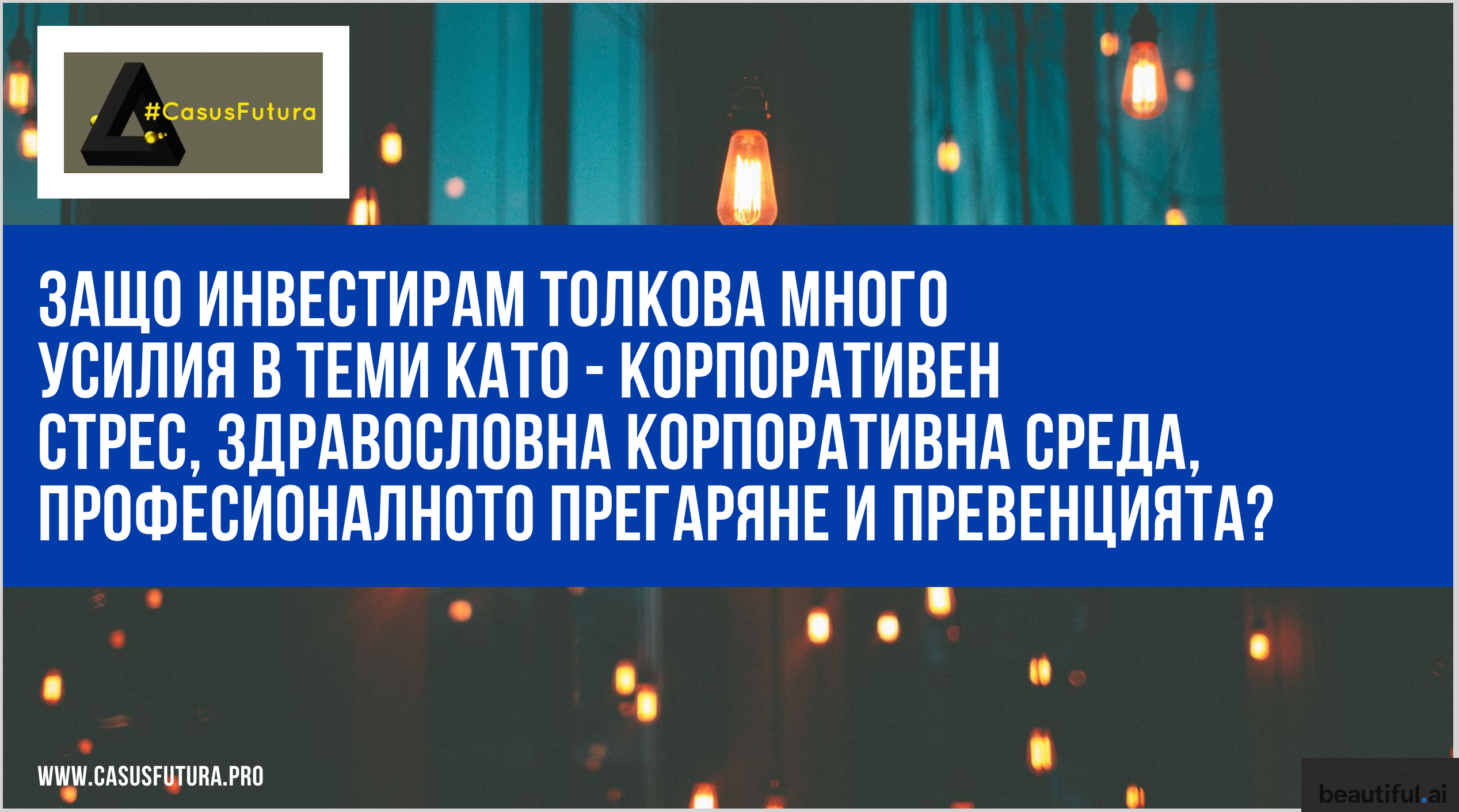
ТРЯБВА ДА УВЕЛИЧИМ СЪПРОТИВИТЕЛНИТЕ СИЛИ

НА ТЯЛОТО И ПСИХИКАТА СИ

#CasusFutura

©2021 Casus Futura www.casusfutura.pro

MADE WITH beautiful.ai



ЗАЩО ИНВЕСТИРАМ ТОЛКОВА МНОГО УСИЛИЯ В ТЕМИ КАТО - КОРПОРАТИВЕН СТРЕС, ЗДРАВОСЛОВНА КОРПОРАТИВНА СРЕДА, ПРОФЕСИОНАЛНОТО ПРЕГАРЯНЕ И ПРЕВЕНЦИЯТА?

WWW.CASUSFUTURA.PRO

beautiful.ai

ЗА ПОЧТИ 20 Г ПРЕД ОЧИТЕ МИ ПРЕГОРЯХА МНОГО ИЗКЛЮЧИТЕЛНИ СПЕЦИАЛИСТИ - НЯКОИ ОТ ТЯХ ИЗЛЕЗНАХА ОТ КОРПОРАТИВНИЯ СВЯТ, ДРУГИ - ПРЕМИНАХА ПРЕЗ СЕРИОЗНИ ЗДРАВОСЛОВНИ ПРОБЛЕМИ, А ТРЕТИ - ВЕЧЕ НЕ СА МЕЖДУ ЖИВИТЕ

beautiful.ai

#CasusFutura

КЪДЕ СЕ СРЕЩАТ ПСИХИЧНОТО ЗДРАВЕ И ЧОВЕШКИТЕ РЕСУРСИ

УЧИМ ЛИ СЕ ПРЕЗ ЛИЧЕН ОПИТ?

WWW.CASUSFUTURA.PRO

beautiful.ai

#CasusFutura

И СЕГА Е ВРЕМЕ ЗА ВЪПРОСИ, КОМЕНТАРИ И ОБРАТНО МНЕНИЕ

beautiful.ai

#CasusFutura

БЕШЕ УДОВОЛСТВИЕ ДА БЪДА С ВАС ДНЕС

beautiful.ai

CASUS FUTURA

TRENDS & SOLUTIONS FROM THE FUTURE

WWW.CASUSFUTURA.PRO

E-mail: info@casusfutura.pro

phone: 0878/44 60 10

IF YOU ARE INTERESTED IN BURNOUT PREVENTION, MENTAL HEALTH PROGRAMS, EFFICENCY BOSTING PROGRAMS, REPORTS, RESEARCHES, EVALUATION TOOLS
YOU SUBSCRIBE OUR SITE
MAY FOLLOW OUR FB/LINKEDIN PAGES

#CasusFutura

©2021 Casus Futura www.casusfutura.pro

beautiful.ai