



## Ponuda kontinuirane usluge iz oblasti mentalnog zdravlja za Vašu kompaniju

Kvalitetna i lokalno dostupna

U današnje vrijeme svi se suočavamo sa izazovima u životu, kako na ličnom, tako i na profesionalnom nivou.

Narušeno *mentalno zdravlje uposlenika* ima ozbiljne posljedice ne samo za osobu, nego i za produktivnost kompanije. Učinak zaposlenika se temelji na ukupnom broju odsustva, nesrećama i povredama na radu, učestalim mijenjanjem radnika i na taj način cijela kompanija je pogođena.

**Usluge koje osoblje Udruženje za sistemsku praksu i terapiju (USPIT) može ponuditi vašoj kompaniji**

USPIT je nevladina organizacija koja se bavi promocijom porodične psihoterapije u BiH. Udruženje je osnovano 2015.g. i član je Europske Asocijacije Porodičnih Terapeuta i kao takvo okuplja savjetnike i psihoterapeute iz oblasti porodično sistemske psihoterapije.

USPIT okuplja tim profesionalaca, obučenih psihoterapeuta, koji mogu direktno i kontinuirano raditi sa osobljem i menadžmentom na identifikaciji svih aspekata mentalnog i psihičkog zdravlja uposlenika, i njegovom unapređenju i prevazilaženju aktuelnih i potisnutih teškoća.

Tim je u mogućnosti razgovarati sa osobljem o zdravstvenim i psihičkim problemima koje mogu imati, te promovirati zdrave životne navike kod uposlenika.

Uposlenici, bez obzira na kojim poslovima rade, trebaju imati doživljaj da mogu doprinijeti svome razvoju i osjećati se odgovornim ali i ponosnim na svoj posao.

Specifično, kontinuiranim angažovanjem USPIT tima Vaša kompanija može *imati koristi za:*

- Identificiranje izazova (uzroka) u radu koje za posljedicu imaju mentalne poteškoće uposlenika;
- Identificiranje i predlaganje specifičnih aktivnosti za unaprijeđenje zdravlja uposlenika (kako za pojedine zaposlenike, tako i za grupe, sektore, i uopšteno za kompaniju);
- Pomoć poslodavcima u modificiranju radnog okruženja i unapređenju organizacijske kulture i klime tako da svi uposlenici znaju da njihov poslodavac brine i tu je za njih;
- Osnaživanje uposlenika da radno okruženje počnu doživljavati kao sigurno mjesto na kojem rado ostaju u odnosu na povlačenje, izbjegavanje i izolaciju.

Moguće je organizirati savjetovanje u Vašoj kompaniji i time *smanjiti vrijeme* u kojem osobe odsustvuju sa posla. Ukoliko uposlenici žele da zadrže privatnost, savjetovanje se može organizovati u namjenski opremljenim prostorijama za psihoterapiju i savjetovanje USPIT tima.



Psihološke usluge se nude u povjerljivoj atmosferi koja je sigurna i poštuje pojedinca ili grupu u razumijevanju emotivnih i interpersonalnih pitanja koja mogu uticati na njihovo zdravlje i život.

Direktan rad sa uposlenicima podrazumijeva kontinuirano i po potrebi pružanje savjetodavnih i psihoterapijskih usluga osobama koje osjećaju potrebu za razrješenjem poteškoća. Ovakav vid rada uključuje:

- Individualno savjetovanje
- Savjetovanje tima
- Vođenje grupa podrške
- Krizne intervencije
- Kratki sastanci (30 min) za rješenje akutnog problema

Neke od situacija ili teškoća za koje se uposlenici mogu odlučiti potražiti psihološku pomoć i savjetovanje uključuju (lista nije limitirana, dopunjava se i mijenja u zavisnosti od aktuelnih teškoća i potreba kompanije i uposlenika):

- suočavanje sa visoko stresnim specifičnim situacijama
- Unaprjeđenje odnosa sa kolegama u timu
- Razvijanje strategija za suočavanje sa postavljanjem prioriteta u radu
- Prevenција sagorijevanja na poslu
- Prva psihološka pomoć kod izvanrednih događaja
- Podrške za timove u unaprijeđenju komunikacije
- Razvijanje strategija za suočavanje sa depresijom, depresivnim simptomima, tjeskobom i paničnim napadima
- Individualno savjetovanje u teškim životnim okolnostima
- Stres i indentifikacija na ličnom nivou
- Unaprijeđenje tehnika sa prepoznavanjem i suočavanjem sa stresom

Sve ponuđene usluge su podložne revidiranju u saradnji sa kompanijom i njenim potrebama.

Prilikom realizacije savjetodavnih i terapijskih usluga USPIT tim garantuje povjerljivosti u sprovođenju svih navedenih usluga. Povjerljivost je temelj savjetodavnog rada i svih vrsta psiholoških usluga.

Klijenti imaju pravo na privatnost i ona se jedino može otkloniti ukoliko se potpiše pristanak od klijenta za dijeljenje informacija. Važno je naglasiti da su svi podaci izneseni tokom razgovora sa klijentima povjerljivi i da se ne mogu dijeliti niti na zahtjev medicinskog osoblja.