|  |  |
| --- | --- |
| **Название проекта** | Разработка Проекта психологического тренинга по Стресс-менеджменту |
| **Цель проекта** | Практическое освоение и развитие у сотрудников организаций современных методов саморегуляции в различных стрессовых условиях, с целью развития эмоционального капитала организации как ресурса эффективности |
| **Аннотация проекта** | Современные постоянно возрастающие требования к сотрудникам организаций, высокий ритм, возрастающая отчетность, планы, переработки, давление руководства, не всегда справедливая оценка личного вклада каждого сотрудника и т.п. ведут к развитию хронического стресса у персонала, в следствии которого снижается производительность труда, вовлеченность в трудовой процесс, падает лояльность к организации, а также возникают частые конфликты внутри организации. На сегодняшний день все больше сотрудников отмечают у себя наличие психических состояний, ведущих к дестабилизации профессиональной деятельности, например, повышенная тревожность, уныние, апатия, подавленное настроение, хроническая усталость и т.д.  Все это обуславливает острую необходимость психологическое работы с персоналом по профилактике эмоционального выгорания и развитию современных методов саморегуляции. |
| **Источники информации** |  |
| **Применяемые методики** | Психологические методики и психологические технологии, применяемые в ходе тренинга |
| **Планируемые результаты** | Для персонала: практическое освоение современных методов саморегуляции в стрессовых условиях, развитие стрессоустойчивости, личной активности и креативности, управление конфликтами, повышение уровня эмоционального благополучия  Для организации: развитие эмоционального капитала организации как ресурса эффективности |
| **Ключевые специалисты** | Специалисты кафедры |
| **Телефон для справок** | 243-94-57 |
| **Диапазон стоимости** | Стоимость зависит от количества участников, при максимуме 15 человек. Стоимость тренинга в расчете на одного сотрудника (при количестве 15 человек) составляет от 7 тыс. руб. |
| **Срок реализации** | 16 часов (два тренинговых дня) |
| **Потенциальные заказчики** | Коммерческие организации |

**Краткое описание типового проекта**