

Πρόγραμμα Life Coach

Μία παροχή για τους εργαζομένους της Media-Saturn/Media Markt

της Λάρα Κάλφα, Διευθύντρια Ανθρώπινου Δυναμικού Ομίλου Media Saturn Hellas



Λ. Κάλφα

Η εταιρεία μας Media Saturn/Media Markt φροντίζει τους υπαλλήλους της, νοιάζεται για εκείνους και το αποδεικνύει έμπρακτα. Η φροντίδα αυτή αλλάζει μορφή ανάλογα την περίπτωση, το θέμα και τον τομέα που συνειδητοποιούμε κάθε φορά ότι αποτελεί προτεραιότητα για εκείνους. Στο πλαίσιο αυτό, και λαμβάνοντας υπόψη τα φαινόμενα των καιρών, αποφασίσαμε να προσθέσουμε μία ακόμα παροχή που αποδεικνύει έμπρακτα το ενδιαφέρον μας για εκείνους και τις οικογένειές τους: το πρόγραμμα «Life coach».

Το Πρόγραμμα αυτό είναι μια υπηρεσία για να βοηθήσει τους υπαλλήλους μας σε προσωπικό αλλά και επαγγελματικό επίπεδο -εφόσον το επιθυμούν- ώστε να αντιμετωπίζουν ένα πρόβλημα στη ζωή τους. Το πρόβλημα θα μπορούσε να είναι μια οικογενειακή δύσκολη κατάσταση, διαχείριση προβλήματος υγείας, πρόβλημα σχέσεων, οικονομική πίεση, ή ίσως ένα προσωπικό πρόβλημα στον εργασιακό χώρο. Το Πρόγραμμα Life Coach έχει σχεδιαστεί ώστε να βοηθήσει τον εργαζόμενο να χειριστεί την κατάσταση πριν του ή της επηρεάσει σοβαρά και άλλους τομείς – με στόχο πάντα να παρέχει υποστήριξη.

Η εταιρεία Ergonomia είναι ο βασικός μας συνεργάτης σε αυτό το πρόγραμμα. Μαζί επιλέξαμε εξειδικευμένους ψυχολόγους, με εμπειρία, οι οποίοι μας βοήθησαν να υλοποιήσουμε την ιδέα αυτή με τον τρόπο που είχαμε σχεδιάσει.

Το πρόγραμμα ξεκίνησε πιλοτικά σε ένα κατάστημα καθώς και στα κεντρικά γραφεία. Μετά την επιτυχία που σημείωσε, το πρό-

γραμμα εφαρμόστηκε σε όλο τον όμιλο στην Ελλάδα.

Ποιες υπηρεσίες παρέχονται; Το πρόγραμμα Life Coach παρέχει υποστήριξη. Ένας εργαζόμενος, παρουσιάζει το πρόβλημα του και ανάλογα με τη φύση του προβλήματος, του παρέχεται ανάλογη συμβουλευτική.

Πώς λειτουργεί; Το πρόγραμμα Life Coach είναι δωρεάν, εμπιστευτικό και σε εθελοντική βάση. Και αυτό είναι πολύ σημαντικό στοιχείο του προγράμματος. Αυτό σημαίνει ότι δεν υπάρχει καμία χρέωση για τη συνάντηση. Αυτό σημαίνει ότι οι δύσκολες καταστάσεις και τα προβλήματα που συζητά ο υπάλληλος μας με τον life coach, δεν μεταφέρονται στην εταιρεία. Και ο εθελοντικός χαρακτήρας του προγράμματος σημαίνει ότι η απόφαση συμμετοχής στο πρόγραμμα Life coach είναι απολύτως στο χέρι του υπαλλήλου. Κανείς διευθυντής και προϊστάμενος δεν μπορεί να υποχρεώσει κάποιον να συμμετάσχει.

Γιατί είναι σημαντικό; Οι περισσότεροι άνθρωποι βιώνουν προσωπικά ή συναισθηματικά προβλήματα κάποια στιγμή στη ζωή τους. Συνήθως οι άνθρωποι μπορούν να χειριστούν αυτά τα προβλήματα μόνοι τους. Όμως μερικές φορές, το πρόβλημα μπορεί να τους επηρεάσει πολύ με σοβαρό αντίκτυπο και σε προσωπικό αλλά και επαγγελματικό επίπεδο. Αλλά, εάν ένας εργαζόμενος έρθει σε επαφή με το Πρόγραμμα Life Coach στα πρώτα στάδια, οι πιθανότητες είναι ότι μπορεί να βοηθηθεί πριν το πρόβλημα τον/την ξεπεράσει. Επίσης, δεν χρειάζεται κάποιος να αντιμετωπίζει κάτι «μεγάλο». Ο Life Coach μπορεί να είναι σύμβουλος και σε θέματα όπως – πώς να διακόψω το κάπνισμα, πώς να διαχειρίζομαι τον θυμό μου, πώς να μιλήσω στα παιδιά μου ώστε να με κατανοήσουν καλύτερα κ.ά.

Πώς προγραμματίζεται; Ο υπάλληλος γνωρίζει τις ημέρες και ώρες επίσκεψης του Life Coach και κλείνει ραντεβού.

Το πρόγραμμα Life Coach είναι σίγουρα εμπιστευτικό; Ναι. Οποιαδήποτε πληροφορία σχετικά με την κατάσταση που παρουσιάζεται από τον υπάλληλο μας, παραμένουν απολύτως εμπιστευτικά. Ο Life Coach αναγνωρίζει την ευαισθησία των προσωπικών καταστάσεων και δεν θα μεταφέρει καμία πληροφορία σχετικά με το πρόβλημα ή την ανησυχία ενός εργαζομένου – αφού είναι και ψυχολόγος και δεσμεύεται από τον αντίστοιχο κώδικα δεοντολογίας.

Η επιτυχία του προγράμματος, η οποία μετριέται από τη συμμετοχή καθώς και από έρευνα ικανοποίησης, μας έδειξε ότι η πρωτοβουλία αυτή ικανοποίησε μεγάλο μέρος του προσωπικού μας. Με το πρόγραμμα αυτό παρείχαμε στους ανθρώπους μας πραγματική εξειδικευμένη βοήθεια, σε θέματα προσωπικά. Βοήθεια που πολλοί ίσως χρειάζονταν αλλά δίσταζαν να ζητήσουν λόγω χρόνου ή χρημάτων.

Εμείς, πιστεύουμε ότι είναι μία παροχή πολύ ανθρώπινη και απαραίτητη στις δύσκολες εποχές που ζούμε.



Πληροφορίες:
Δέρκων 26, 14231, Νέα Ιωνία
Τ: 21027 73 327, F: 210 27 73 322
E: eap@ergonomia.gr
www.ergonomia.eu



Ergonomia **EAP**
Σύμβουλοι Επαγγελματικής Ασφάλειας & Υγείας

Προγράμματα Υποστήριξης Ανθρώπινου Δυναμικού

Employee Assistance Programs - **EAP**

ΠΑΡΕΧΟΜΕΝΕΣ ΥΠΗΡΕΣΙΕΣ

- Συμβουλευτική Εργαζομένων
- Διαχείριση Κρίσεων και Τραυματικών Περιστατικών
- Αξιολόγηση και Διαχείριση του Στρες
- Τηλεφωνική Υποστήριξη
- Coaching Διοίκησης
- Work-life Balance
- Wellness Programs
- Βιωματικά Σεμινάρια
- Φυλλάδια Ενημέρωσης - Newsletters
- Ενημέρωση - Κατάρτιση



Δέρκων 26, 142 31 Ν. Ιωνία, Αττική
Τηλ.: 210 277 33 27, Fax: 210 277 33 22
E-mail: ergonomia@ergonomia.gr

www.ergonomia.gr