

Stödsamtal och medarbetarcoaching av leg. psykolog

Syftet med insatsen är att uppnå ett bättre fungerande i arbetslivet.

Det kognitiva arbetssättet (KBT) innebär att man ändrar både sättet att tänka och sättet att handla; att våga gå emot våra invanda mönster, att pröva alternativa strategier, att våga lämna det invanda och trygga och att tillägna sig nya kunskaper, vilket leder till förändrat, önskat beteende. För att möta förändringar positivt behöver man träna.

Utifrån ett kartläggningssamtal tillsammans med uppdragsgivaren och medarbetaren kommer vi fram till lämpligt upplägg av insats. Vi utgår från den aktuella situationen och tillsammans utarbetar vi användbara metoder och strategier för att nå önskade resultat eller hitta nya perspektiv för att komma vidare i önskad riktning. Samtalen leds av legitimerad psykolog med KBT-inriktning (kompetens).

Psykologsamtal innebär att upptäcka andra perspektiv, få verktyg att hantera sitt mående och sina tankar, och komma fram till hur man ska agera i olika situationer för att hantera arbetsrelaterade problem. Det kan till exempel röra sig om en kris i arbetet eller inför en omställningssituation, stress, oro och ältande eller andra inre hinder som försvårar arbetssituationen.

Individuell medarbetarutveckling kan handla om en situation som måste förändras på arbetet, till exempel att samarbetet måste förbättras, att bli bättre på att sätta igång med arbetsuppgifter eller få struktur i arbetet. Inför denna förändring är andra perspektiv och verktyg för att hantera sina tankar, sitt mående och sitt agerande viktiga inslag, men också hur man uppfattas av chef och medarbetare och hur arbetsresultatet ser ut.

När man har en psykiatrisk diagnos och har svårigheter som både genomsyrar arbetet och livet i övrigt kan en annan väg vara att knyta mer långsiktiga kontakter inom vård/psykiatri.

Ingen väntetid

Starck & Partner arbetar utifrån att ingen av våra kunder ska behöva ha väntetid för att bereda hjälp för sina anställda.

Vi garanterar ett frösta samtal inom 5 dagar.

Om oss

Starck & Partner har funnits sedan 1997 och levererar tjänster för att skapa hållbara och produktiva arbetsplatser där alla kommer till sin rätt.

Starck & Partner har fastanställda leg. psykologer

