



Сервіс психологічної підтримки "Метінвест – разом!"

Дирекція зі сталого розвитку
та взаємодії з колективом

Довгострокова ціль и прямі бізнес-вигоди психологічної підтримки персоналу



Як виглядає консультація психотерапевта у наші дні

Технології дають можливість у будь-який момент звернутися по допомогу або пораду



Як скористатися Сервісом підтримки?

Ви можете записатись за допомогою:

✓ Безкоштовної телефонної лінії

0-800-600-170 для телефонних звернень

Спеціального чату для звернень в [Telegram](#) або [Viber](#)



01

КРОК

Співробітник звертається із запитом за допомогою зручного каналу зв'язку (**телефоном** або **Viber/Telegram**)



02

КРОК

Вас зустрічає **Wellbeing Officer**, який допомагає **конкретизувати** запит/потребу співробітника, вибрати експерта, **зручну дату та час консультації..**



03

КРОК

До початку консультації співробітник отримує нагадування про **дату та час**, а також **посилання на зустріч** із експертом у **MS Teams/Zoom/Google Meet.**



04

КРОК

Після проведеної консультації працівник оцінює ефективність за шкалою від **1 до 10**



Сервіс підтримки співробітників

=

**Високі стандарти
конфіденційності
й етичних норм**

Особистість співробітника не буде розкрито
без його особистої згоди

Виняток – обставини,
що становлять загрозу життю співробітника
або його оточенню .



wellbeing company



**Гарантуємо
забезпечення
конфіденційності
й анонімності**

3 якими питаннями приходять на Сервіс клієнти?

Запити пов'язані з війною:



- Кризові стани - паніка, страх, шок, істерика, тощо
- Постійне відчуття тривоги за себе та близьких
- Проблеми зі сном та інші проблеми функціонування організму
- Проблеми адаптації до нової реальності
- Страх та почуття провини
- Відчуття безпорадності
- Апатія, втома, втрата мотивації

Сім'я. Відносини в шлюбі або парі:



- Складності у особистих відносинах, незадоволеність шлюбом чи окремими його аспектами, що загострились під час війни
- Сімейні конфлікти та кризи
- Робота з парами, які знаходяться в процесі розлучення
- Покращення способів комунікації - про те, як бути почутим та почути самому
- Відносини на відстані, туга за близькою людиною
- Тривога за близьку людину на фронті

Проблеми батьківства та налагодження відносин з дітьми:



- Консультування батьків та дітей
- Питання адаптації дитини до нової реальності
- Емоційна поведінка дитини або навпаки замкненість
- Психокорекційна робота з дітьми та підлітками

Міжособистісні відносини:



- Проблеми в комунікації в колективі, пов'язані з мовними питаннями, політичними поглядами і т. д.
- Відносини з рідними та близькими, які знаходяться на окупованих територіях або в іншій країні
- Втрата близької людини

Коучинг (особиста зрілість):



- Прийняття складних рішень від яких залежить доля інших
- Пошук внутрішніх ресурсів та опори
- Розробка життєвих планів та цілей
- Особистісний розвиток
- Втрата сенсу життя

FAQ: ПИТАННЯ, ЯКІ ВИ ХОЧЕТЕ ЗАПИТАТИ

Скільки разів я можу звернутись до психолога?

В рамках сервісу у кожного студента є **10 оплачених компанією консультацій**.

Як часто потрібно проходити консультації?

Середня рекомендована частота консультацій – **1 консультація на тиждень**.

Як саме проходить консультація?

Це може бути формат відеоконференції у **ZOOM, Microsoft Teams або Google Meet**, також можливий **голосовий дзвінок** або **текстовий чат** – залежно від доступних студенту умов

Скільки на це потрібно часу?

Тривалість однієї консультації – **50 хвилин**. Ви можете вибрати зручний для вас час у будь-який день (включаючи вихідні) з **8:00 до 20:00**.

Експерти, які надали найбільше консультацій

50+



експертів

Очікують дзвінок від ваших співробітників на гарячу лінію чи в месенджері



Анна

Психотерапевт в методі позитивної психотерапії.
Акредитований ICF ACSTH коуч.
Спеціалізація в сфері IT



Олена

Кандидатка психологічних наук, доцентка кафедри екологічної психології та психічного здоров'я, сертифікована спеціалістка методики MMPI-2, BFQ-2, HCS



Ганна

Членкиня Європейської Асоціації Транзакційного Аналізу. Сертифікована у методі емоційно-образної терапії



Юрій

Магістр психології, спеціаліст в області кататимно-імагінативної психотерапії та діалектичної поведінкової терапії



Катерина

Психотерапевт в методі КПТ, тілесно-орієнтований терапевт. Сертифікований експерт з арт-терапії

10



років

Середній досвід наших експертів, серед яких доктора наук та професіонали з великим переліком інструментів



Ірина

Магістр психології, Консультант з КЦТ, Сертифікований бізнес-коуч по стандартам ECF



Оксана

Магістриня психології, сертифікована гештальт-терапевтка, сертифікована спеціалістка по роботі з травмами



Тарас

Сертифікований психолог в методі Позитивної психології та Управління проблемами.
Вища освіта з психології



Анна

Сертифікована коучиня лідерів і команд, акредитована PCC ICF, членкиня Міжнародної федерації коучингу ICF, бізнес-тренерка, магістерка психології



Наталія

Кандидатка психологічних наук, доцентка. Сертифікована у напрямку позитивна психотерапія (WAPP), у сфері транзактного аналізу.

Психологічна підтримка як ринковий тренд



METINVEST



НАФТОГАЗ
ГРУПА

<epam>



USAID
FROM THE AMERICAN PEOPLE
USAID Health Reform Support



Deloitte.



infopulse

mazars

SANOFI

iDeals
VIRTUAL DATA ROOMS



Windmill

Capgemini



WIX



Suntech
INNOVATION

jooble

TRUSTPOINT



AURA™



SPD
UKRAINE

CUSTOMERTIMES



ZMine SM



ROYAL CANIN®

XPAND

miratech

ROOSH



Найбільш популярні послуги Сервісу



Сервіс підтримки (EAP)



Поради психологів (наприклад, у вигляді подкастів на різні теми – їх можна послухати на каналі Метінвесту в [YouTube](#))



Група психологічного росту «Сильні разом»



Організація вебінарів (доступна бібліотека раніше проведених корисних [вебінарів](#) з дієвими порадами)



Тести та скринінги



Програма підтримки та реінтеграції ветеранів та [відеокурс](#) про взаємодію з демобілізованими колегами

Екосистема підтримки та реінтеграції ветеранів



ПРОГРАМА ПІДТРИМУЮЧОГО ЛІДЕРСТВА

Адаптація до ветеранів

4 Модулі + Воркшоп

5 тижнів

8 годин

ЗАЛУЧЕНІСТЬ
ЛІНІЙНИХ
КЕРІВНИКІВ



ПРОФІЛАКТИКА
ВИГОРЯННЯ



ЕФЕКТИВНІ
КОМУНІКАЦІЇ
У КОМАНДІ



- Поєднання особистих потреб та цінностей з потребами та цінностями організації
- Формування розуміння принципів відповідального лідерства
- Освоєння інструментів ефективної підтримки співробітників, в тому числі ветеранів

- Розвиток навичок для мінімізації стресу на робочому місці
- Освоєння інструментів діагностики та самодіагностики

- Вибудовування алгоритмів комунікацій, зі співробітниками, що мають різний досвід, у тому числі із військовими, внутрішньо перемішеними особами.
- Освоєння інструментів комунікацій без використання тригерів
- Знайомство із ненасильницькими комунікаціями