

## “Psihoemocionālo faktoru nozīme darbaspēju profilaksē”

### Semināra mērķis:

Sniegt amatpersonām informāciju par darba vides psiholoģiskā klimata nozīmi darbaspēju attīstīšanā un tā ietekmējošiem psihoemocionāliem faktoriem.

### Semināra uzdevumi:

1. Iemācīties atpazīt darba vides psiholoģiskās vajadzības un to mijiedarbību ar indivīda personiskām vajadzībām. Informēt par psiholoģiskā klimata nozīmi;
2. Padziļināt zināšanas par darba stresa saistību ar “izdegšanas sindromu” un tā pārvarēšanas iespējām;
3. Veicināt izpratni par darba vides psihosociālo riska faktoru saistību ar darba organizācijas kultūru. Mobinga un bosinga jēdzieni;
4. Informēt par stresa mazināšanas un psiholoģiskās atslodzes metodēm.

### Semināra programma:

#### Teorētiskā daļa

1. Darba vides psiholoģiskās vajadzības un to mijiedarbība darba devēja/ darba ņēmēja attiecībās;
2. Darba vides psiholoģiskā klimata veidojošie faktori, kolektīva psiholoģiskā veselība;
3. XXI gadsimta psihosociālie riski darba vidē;
4. Darba vides stresa saistība ar izdegšanas sindromu un tā pārvarēšanas iespējām;
5. Psiholoģiskā vardarbība darba vidē un tās veidi;
6. Mobinga izcelsme un darbība, tā pazīmes un sekas;
7. Bosinga jēdziens, tā nelabvēlīgā ietekme uz darba kvalitāti, labas pārvaldības prakses nozīme.

#### Praktiskā daļa

1. Dzīvesprieka un enerģijas veicināšanas metodes;
2. Pašizpētes testa rezultātu analīze.

**Semināra ilgums** ir 3 stundas