

# AKADEMIA WIRTUALNEGO WSPARCIA

- KONSULTACJE ZDALNE 1:1

# Akademia JA



## CO PROPONUJEMY?

Zdalne spotkania z konsultantem, psychologiem i/lub coachem. Ukierunkowane na praktyczne wskazówki, ale przede wszystkim wzmocnienie pracowników w ich roli oraz skoncentrowanie ich uwagi na tym co można zrobić w trudnej sytuacji izolacji, pracując online i często mając jednocześnie pod opieką dzieci.



# ZAKRES

Proponujemy wsparcie na 3 obszarach:

## 1. Wsparcie dla rodziców pracujących online – rozmowa z pedagogiem:

- Gdy mamy trudność w ustaleniu granic z dziećmi w nowej sytuacji,
- Gdy szukamy pomysłu jak zagospodarować dzieciom czas,
- Gdy chcemy wesprzeć dzieci w tej trudnej dla nich również sytuacji.

## 2. Wsparcie dla menedżerów – rozmowa z coachem:

- Gdy menedżer/pracownik HR spotyka się z lękiem własnym lub lękiem w zespole,
- Gdy narasta niepewność co do właściwych decyzji,
- Gdy emocje utrudniają koncentrację i funkcjonowanie na co dzień,
- Gdy trzeba wlać w zespół morale i pozytywne emocje.

## 3. Wsparcie dla osób, które mają problem w odnalezieniu się w zaistniałej sytuacji – rozmowa z psychologiem:

- Gdy spada nam motywacja,
- Gdy narasta w nas złość, frustracja lub lęk i nie wiemy jak ją rozładować,
- Gdy potrzebujemy profesjonalnego wsparcia.



# W JAKI SPOSÓB CHCEMY PRACOWAĆ?

Proponujemy **formułę zdalną**, jednorazowych rozmów telefonicznych, aby pracownicy mogli przedyskutować nurtujący ich temat. Czas trwania rozmowy **do jednej godziny**.

**Pakiet to 5 osobo/godzin** dla tego samego lub różnych pracowników.

Firma wykupuje pakiet, zgłasza w jakim zakresie pracownicy chcą z niego skorzystać. Otrzymuje grafik pracy naszego zespołu a także kontakt do pedagoga, coacha lub psychologa, którego pracownik wybrał i ustalony zostaje termin rozmowy. Można wykupić więcej pakietów.

**Pakiet to 5 osobo/godzin** dla tego samego lub różnych pracowników.

**Koszt pakietu:** Cena do ustalenia. Płatne z góry i ważne do 1 miesiąca od momentu zakupu



# O AKADEMII JA

**Akademia JA Sp. z o.o.** to firma zbudowana na bazie wielu szkół coachingowych i trenerskich jest odpowiedzią na potrzeby współczesnego rynku szkoleniowego i potrzeby zgłaszane przez klientów procesów. Charakteryzuje się unikatową metodyką pracy udoskonalaną i rozwijaną zgodnie z oczekiwaniami klientów. Działalność prowadzi na terenie Pomorza jednak swoją ofertę kieruje do wszystkich grup odbiorców (osób prywatnych, przedsiębiorstw i instytucji państwowych) z całej Polski.

**Akademia JA ma akredytację Pomorskiego Systemu Usług Doradczych, należy do Instytucji Otoczenia Biznesu w zakresie świadczenia specjalistycznych usług doradczych MSP z województwa pomorskiego w ramach projektu SPEKTRUM.**



# AGNIESZKA ZIELONKA

**Agnieszka Zielonka** – doktor nauk humanistycznych w zakresie psychologii, pracę w obszarze strategii radzenia sobie ze stresem obroniła na Uniwersytecie Gdańskim (2005). Terapeutka o I specjalizacji dzieci i młodzieży oraz II specjalizacji klinicznej dorosłego (1997), nauczycielka mianowana MEN (2002). Licencjonowana trenerka Polskiego Towarzystwa Psychologicznego (2003). Jest certyfikowaną business coach International Coaching Community (ICC) (2006), jedną z 14 na świecie certyfikowanych supervisorów ICC (2010), facylitatorką unikatowej metody EAHA(2012) a także teamcoach NEWS (2014). Certyfikowana coach w metodyce Talent Reflect (2015). Jej pasją w ostatnich latach jest psychobiologia (Akademia Vedica 2019), która wpisuje się w nauki niematerialistyczne, przyjmując wyniki wielu najnowszych badań naukowych dowodzących prymatu emocji nad czynnikami środowiskowymi w procesie zapadania na różnego rodzaju choroby. Psychobiologia wyraża się skutecznością w zapobieganiu chorobom oraz w ich leczeniu, poprzez pracę z emocjami. Agnieszka Zielonka od ponad 20 lat pracuje zarówno indywidualnie (terapia, coaching, superwizja) jak i grupowo (team coaching, szkolenia, warsztaty, grupy superwizyjne). Współzałożycielka Polskiej Izby Coachingu (2009). Współwłaścicielka Akademii JA sp z o.o. (2014), w której wspiera rozwój ludzi i całych przedsiębiorstw. Przeprowadza szyte na miarę, kompleksowe szkolenia rozwojowe dla firm oraz doradza im w obszarach zarówno "twardych", jak i "miękkich". Specjalizuje się w zarządzaniu zmianą oraz zarządzaniu konfliktem, jest autorką programów edukacyjnych, które rozwijają kompetencje przyszłości, z naciskiem na inteligencję emocjonalno-społeczną. Stworzyła programy rozwoju kompetencji przyszłości, z naciskiem na inteligencję emocjonalno-społeczną dla dzieci oraz młodzieży, realizowane poprzez sieć Ośrodków Akademii JA w całej Polsce. Działa społecznie na rzecz kształtowania postaw wzajemnego szacunku, akceptacji i życzliwości.



# ZESPÓŁ DEDYKOWANY DO PROJETU

- Nasi konsultanci dedykowani do tego projektu to grupa wyspecjalizowanych pedagogów, psychologów i coachów.
- Pedagodzy wybrani do tego projektu, to osoby z doświadczeniem zarówno w pracy z dziećmi, jak i z rodzicami.
- Psychologowie zaangażowani w Akademię Wirtualnego Wsparcia, to specjaliści w tej dziedzinie, najczęściej posiadający tytuł doktora nauk społecznych z zakresu psychologii, często też terapeuci.
- Coachowie, z którymi współpracujemy, to najczęściej osoby z certyfikatem ICC bądź osoby, które ukończyły naszą Akademia Coachingu Petrichor, której program został akredytowany przez Izbę Coachingu.
- W celu zapewnienia jak najlepszego wsparcia i wysokiego poziomu usługi, zadbałyśmy o to, aby wszyscy konsultanci byli osobami pełnymi empatii i profesjonalizmu. Wszystkich łączy chęć niesienia pomocy i zadbania o drugiego człowieka. Każdy korzysta z regularnych superwizji.





# Akademia JA

Ul. Śląska 51b/1a

81-304 Gdynia

tel. 516 195 701

e-mail: [biuro@akademia-ja.pl](mailto:biuro@akademia-ja.pl)

[www.akademia-ja.pl](http://www.akademia-ja.pl)