

ΤΙ ΕΙΝΑΙ ΤΟ ΜΗ4ΗRΜ;

Το πρόγραμμα ΜΗ4ΗRΜ στοχεύει στην **προώθηση της ευημερίας των εργαζομένων μέσω της εκπαίδευσης επαγγελματιών Ανθρώπινου Δυναμικού**, παρέχοντας τους βασικές δεξιότητες, τεχνολογικά εργαλεία και γνώσεις για τη διαχείριση θεμάτων ψυχικής υγείας σε ευρωπαϊκές επιχειρήσεις.

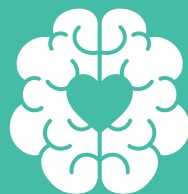
Πώς; Μέσω του (1) **προσδιορισμού** και της συγκριτικής αξιολόγησης βασικών παραγόντων, εργαλείων και **βέλτιστων πρακτικών** για την κατανόηση και τη διαχείριση της ψυχικής υγείας στην εργασία (2), της **ανάλυσης των βασικών τεχνικών και δεξιοτήτων** που πρέπει να ενσωματωθούν στην εκπαίδευση των επαγγελματιών του ανθρώπινου δυναμικού στην ψυχική υγεία (3) της ανάπτυξης του προγράμματος **ηλεκτρονικής μάθησης για τους επαγγελματίες HR** διάρκειας 60 ωρών, με πρακτικό περιεχόμενο και πραγματικές περιπτώσεις και οπτικοακουστικό ψηφιακό υλικό και ανάπτυξη εφαρμογών Web/Mobile για καλύτερη και πιο φιλική μάθηση.

ΓΙΑΤΙ ΧΡΕΙΑΖΟΜΑΣΤΕ ΤΟ ΜΗ4ΗRΜ;

Κατά τη διάρκεια της πανδημίας COVID-19, η ψυχική υγεία του πληθυσμού δοκιμάστηκε σοβαρά, ιδίως στον χώρο εργασίας, όπου το άγχος και ο κίνδυνος κατάθλιψης αυξήθηκαν. Η κατάσταση αυτή οδήγησε σε επείγουσες συζητήσεις για την αντιμετώπιση των θεμάτων αυτών.

Η ολιστική **ευημερία των εργαζομένων** είναι **ζωτικής σημασίας για την επιχειρηματική επιτυχία**, και οι **επαγγελματίες του ανθρώπινου δυναμικού** παίζουν βασικό ρόλο στην εφαρμογή εταιρικών πρωτοβουλιών. **Είναι υπεύθυνοι για την αξιολόγηση των ψυχοκοινωνικών κινδύνων στην εργασία** και την επιχειρηματική ευημερία. Η διαχείριση αυτών των κινδύνων και του άγχους που σχετίζονται με την εργασία αποτελούν σημαντικές προκλήσεις για την υγεία και την ασφάλεια στην εργασία, γεγονός που απαιτεί κατάλληλη κατάρτιση για τους διευθυντές ανθρώπινου δυναμικού.

Για να αντιμετωπιστεί αυτό, το **ΜΗ4ΗRΜ**, ένα ευρωπαϊκό έργο που συγχρηματοδοτείται από το πρόγραμμα Erasmus+, **θα αναπτύξει ένα ολοκληρωμένο πρόγραμμα κατάρτισης και ανάπτυξης ικανοτήτων για τη διαχείριση της ψυχικής υγείας στις επιχειρήσεις**. Αυτό το πρόγραμμα θα είναι διαθέσιμο σε μια ανοικτή πλατφόρμα MOOC και θα δημιουργηθεί από ειδικούς εταίρους που ειδικεύονται στην ψυχολογία της εργασίας και της οργάνωσης, στην ιατρική της εργασίας και την ψυχική υγεία.



MH4HRM
Mental Health for Human Resources Managers

ΕΝΗΜΕΡΩΘΕΙΤΕ ΑΠΟ!

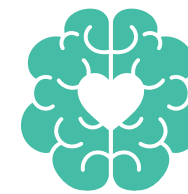
www.mh4hrm.eu

es.projectsarea@sgs.com



Co-funded by
the European Union

Το περιεχόμενο αυτής της δημοσίευσης αντικατοπτρίζει μόνο τις απόψεις των συγγραφέων, δηλαδή των εταίρων του έργου ΜΗ4ΗRΜ. Η Ευρωπαϊκή Επιτροπή δεν ευθύνεται για οποιαδήποτε χρήση των πληροφοριών που περιέχονται σε αυτήν.



MH4HRM
Mental Health for Human Resources Managers

Εργαλειοθήκη ψυχικής υγείας για
Διευθυντές Ανθρώπινου Δυναμικού
στο εργασιακό περιβάλλον



Co-funded by
the European Union

Το περιεχόμενο αυτής της δημοσίευσης αντικατοπτρίζει μόνο τις απόψεις των συγγραφέων, δηλαδή των εταίρων του έργου ΜΗ4ΗRΜ. Η Ευρωπαϊκή Επιτροπή δεν ευθύνεται για οποιαδήποτε χρήση των πληροφοριών που περιέχονται σε αυτήν.

ΠΟΙΟΙ ΕΙΝΑΙ ΟΙ ΣΤΟΧΟΙ ΤΟΥ ΜΗ4HRM;

ΓΕΝΙΚΟΙ ΣΤΟΧΟΙ:

- 1 Να παρέχει τις αναγκαίες γνώσεις για θέματα ψυχικής υγείας, καλύπτοντας σχετικές ελλείψεις ικανοτήτων που απαιτούνται στην πραγματικότητα των ευρωπαϊκών επιχειρήσεων.
- 2 Να κατανοήσει τα βασικά χαρακτηριστικά των πιο κοινών ψυχικών ασθενειών στον χώρο εργασίας, να εντοπίσει τις πιθανές επιπτώσεις τους στην εργασία και να καταγράψει τρόπους αντιμετώπισης.
- 3 Να ενδυναμώσει στελέχη ανθρώπινου δυναμικού για την αποτελεσματική διαχείριση των προβλημάτων ψυχικής υγείας των υπαλλήλων τους, εξοπλίζοντάς τα με τις δεξιότητες, τα τεχνολογικά εργαλεία και τις γνώσεις για την προώθηση της ευημερίας των εργαζομένων.

ΕΙΔΙΚΟΙ ΣΤΟΧΟΙ:

- 1 Εκπαίδευση των διευθυντών ανθρώπινου δυναμικού ώστε να αναγνωρίζουν έγκαιρα τους ψυχικούς και ψυχοκοινωνικούς κινδύνους.
- 2 Παροχή βασικών γνώσεων σχετικά με την ψυχική υγεία και τις επιπτώσεις της στην εργασία.
- 3 Να προωθήσει υγιή περιβάλλοντα εργασίας μέσω εργαλείων και καλών πρακτικών που διατίθενται σε όλο το προσωπικό του οργανισμού
- 4 Να προσφέρει γνώσεις για την αναπλήρωση της έλλειψης ικανοτήτων στον τομέα της ψυχικής υγείας, προσαρμοσμένης στην πραγματικότητα των ευρωπαϊκών επιχειρήσεων.
- 5 Να παρέχει ψηφιακά εργαλεία για τους διευθυντές και τους υπαλλήλους για την πρόσβαση σε πληροφορίες σχετικά με την ευεξία και την ψυχική υγεία στην εργασία.
- 6 Να χρησιμοποιήσει την τεχνολογία για την παροχή βασικών γνώσεων στον τομέα της ψυχικής υγείας, προσαρμοσμένων στις τρέχουσες ανάγκες των ευρωπαϊκών επιχειρήσεων.
- 7 Να αναπτύξει δεξιότητες μέσω καινοτόμων τεχνολογιών για τη βελτίωση της ευημερίας και της αυτοφροντίδας των εργαζομένων.
- 8 Να εξοπλίσει τα τμήματα HR με δεξιότητες, τεχνολογικά εργαλεία και γνώσεις για την αποτελεσματική διαχείριση της ψυχικής υγείας των υπαλλήλων τους και να προγραμματίσει για την ευημερία τους.

ΤΙ ΠΡΟΚΕΙΤΑΙ ΝΑ ΑΝΑΠΤΥΞΟΥΜΕ;

60-ωρο πρόγραμμα κατάρτισης ειδικά για τη διαχείριση της ψυχικής υγείας σε οργανισμούς

Ένα ολοκληρωμένο πρόγραμμα εκπαίδευσης, το οποίο έχει σχεδιαστεί σχολαστικά για να εφοδιάζει τους επαγγελματίες του Ανθρώπινου Δυναμικού με τις απαραίτητες γνώσεις, τα εργαλεία και τις δεξιότητες που απαιτούνται για την εφαρμογή μιας ολοκληρωμένης προσέγγισης στη διαχείριση της ψυχικής υγείας στον χώρο εργασίας, διασφαλίζοντας την ικανότητά τους σε επιτυχημένες πρακτικές διαχείρισης.

Διαδικτυακή πλατφόρμα και μαθήματα ηλεκτρονικής μάθησης ειδικά για τους διευθυντές ανθρώπινου δυναμικού

Μια πλατφόρμα αιχμής, φιλική προς τον χρήστη, που συμπληρώνεται από μια διεπαφή web/mobile app, για να εξασφαλίσει την προσβασιμότητα και την αποτελεσματική διάδοση όλων των προϊόντων του έργου. Αυτή η πλατφόρμα χρησιμεύει ως το κεντρικό αποθετήριο για το ψηφιακό περιεχόμενο, podcasts, και microlearning βίντεο που θα παραχθούν σε διάφορα στάδια του προγράμματός μας.

Εργαλειοθήκη που περιλαμβάνει microlearning βίντεο, podcast και εφαρμογές web/mobile για τη ψυχική υγεία στην εργασία

Το ΜΗ4HRM πρωτοστατεί στην καινοτομία με την εισαγωγή δυναμικού ψηφιακού περιεχομένου που παρέχεται μέσα από διάφορα μέσα. Μια τέτοια καινοτομία είναι η δημιουργία podcasts, προσφέροντας ενδιαφέρουσες συζητήσεις σε ηχητική μορφή. Η πρωτοβουλία αυτή συμπληρώνεται από microlearning βίντεο που καλύπτουν ποικίλα θέματα, από τη διαχείριση του άγχους μέχρι τις τεχνικές αυτοφροντίδας, όπως η επίγνωση (ενσυνειδητότητα). Επιπλέον, το πρόγραμμα στοχεύει στην ανάπτυξη μιας εφαρμογής στο κινητό εξοπλισμένης με προγράμματα καθοδήγησης προσαρμοσμένα για την προώθηση της ψυχικής υγείας και ευεξίας μεταξύ των εργαζομένων. Αυτή η εφαρμογή θα χρησιμεύει ως ένας ολοκληρωμένος κόμβος πληροφοριών, προσφέροντας υποστήριξη και καθοδήγηση στους χρήστες στο ταξίδι τους προς τη βελτίωση της ψυχικής ευεξίας.

ΠΟΙΟΣ ΜΠΟΡΕΙ ΝΑ ΩΦΕΛΗΘΕΙ ΑΠΟ ΤΟ ΜΗ4HRM;

- ✓ HR Διευθυντές, διευθυντές
- ✓ Εργοδότες, εκπρόσωποι των εργαζομένων
- ✓ Σχολές και κέντρα επαγγελματικής κατάρτισης για διευθυντές και διευθυντές ανθρώπινου δυναμικού
- ✓ Πανεπιστήμια
- ✓ Κέντρα επαγγελματικής κατάρτισης τρίτου κύκλου
- ✓ Δημόσια ή ιδιωτικά κέντρα ειδικευμένα στην Ψυχική Υγεία, και ιδίως εκείνα που είναι αφιερωμένα στην Επαγγελματική Υγεία.

Θα εστιάσουμε επίσης στις ενώσεις εργοδοτών και στα εργατικά σωματεία τόσο σε περιφερειακό όσο και σε εθνικό επίπεδο σε όλες τις συμμετέχουσες χώρες, καθώς και στους οργανισμούς τοπικής ανάπτυξης.

ΠΟΙΟΣ ΑΝΑΠΤΥΣΣΕΙ ΤΟ ΜΗ4HRM;

