

# Jakie czasy, takie benefits

**N**adeszła jesień, a wraz z nią chłodniejsze dni, czasem słońce, czasem deszcz. Złota polska jesień zawsze jest kapryśna i wielu ludziom czas ten przynosi spadek nastroju, sił witalnych, a niektórzy mówią wręcz o rozlewającym się po ciele i duszy zniechęceniu. W takim momencie i wobec faktu, że nadal żyjemy w pandemii, trzeba się autentycznie wzmocnić. Zadbaj o kondycję psychofizyczną własną i swoich współpracowników, pozałatwiać zaległe sprawy, aby w głowie zwolnić miejsce na nowe, przyrzec się otoczeniu i potrzebom, które przecież wciąż transformują.

Byłam niedawno w górach. Przed pandemią trekkingi w grupie nigdy mnie szczególnie nie pociągały, ale teraz odczułam przemożną chęć odbycia wędrowki. Poszłam samotnie i po raz pierwszy na takiej wysokości – boso. Tym samym odkryłam dla siebie nową jakość przebywania w górach – w kontakcie z ziemią, w uważności, w spokoju. Odprężyłam się, nabrałam dystansu, wzmocnienia. W naturze jest moc!

W tym wypadku w Tatry widzę pewną analogię w stosunku do wspomnianej ewolucji potrzeb. Pandemia nieustannie nas zmienia. Wpływa na kształt codzienności, zmianę kierunków myślenia, na cały biznes. A biznes to przecież ludzie. Tym samym wypiętrzają się nowe potrzeby, jak również nowe formaty usług w zakresie corporate wellness.

Do wellbeingu procesowego – programów realizowanych przed pandemią stacjonarnie, a w czasie COVID-19 poprzez platformy lub hybrydowo – dołączyły programy wsparcia pracowników nazywane EAP (ang. employee assistance program). Konsultacje psychologiczne, prawne, finansowe, rodzicielskie – dostępne od ręki 24/7. Dobrze pamiętam moment, gdy wprowadzaliśmy nasz EAP na rynek. Potrzeby pilnego kontaktu z psychologiem były tak duże, że frekwencje na poziomie

80–90 proc. szybko przestały kogokolwiek zdumiewać. Stały się codziennością.

Do konsultacji psychologicznych dołączyliśmy porady ze specjalizacji bardziej przyjemnych i prozaicznych, które jednak w przypadku ich zaniechania, przeoczenia terminów, stają się kulą u nogi, odbijając się przy okazji także na psychice. I koło się zamyka.

Konsultacje prawne i finansowe, dostępne w takiej samej formule jak psychologiczne stały się tak samo pożądane. W ten sposób kompleksowa opieka, wsparcie pracownika weszły na poziom holistyczny. W takich czasach żyjemy. A jakie czasy, takie benefits.

Zajrzałam niedawno do statystyk GUS-u. W krajach europejskich pojawił się silny trend rozwodowy, jednak Polska tej tendencji nie uległa. W 2020 r. rozwodów było znacząco mniej niż w latach poprzednich. Z czego to wynika? Poniekąd z lockdownów, utrudniających dostęp do prawników i sędziów, a poniekąd również dlatego, że Polak nie chce być już chyba mądry po szkodzie. Chce mediatora, rozmowy z ekspertem odnośnie do stanu majątkowego, ewentualnych podziałów, chce też porady psychologa. I wreszcie, musi mieć otwartą drogę do prawnika. I ponownie – koło się zamyka.

Pracodawcy z kolei, co też obserwuję od dawna, coraz częściej mają świadomość (skądinąd to też ludzie, też dotyczą ich problemy), że bez wdrażania programów wsparcia efektywność pracowników będzie coraz niższa.

Żyjemy w czasach, kiedy wszystko musi się opierać na stałej, kompleksowej pomocy dla człowieka, a przez jasny przekaz i konkretne działania można modelować postawy na poziomie holistycznym.

Nadeszła jesień, po niej pojawi się zima. Cykl natury jest powiązany z cyklem życia człowieka. Tak jak chęć doświadczenia czegoś nowego, aby zaspokoić te najbardziej pierwotne z potrzeb – pragnienie spełnienia, uwolnienia, bezpieczeństwa. ■

CORPORATE  
WELLNESS



**Beata Dyraga**

jest prekursorką i ekspertką wellbeingu organizacyjnego, trenerką psychologii biznesu, coachem. Założycielka i prezeska Grupy Prodialog. Twórczyni platformy do zarządzania wellbeingiem hybrydowym WELLBAY.