

РОЗВИТОК ВНУТРІШНЬОЇ
СТІЙКОСТІ ТА ВІДНОВЛЕННЯ
ПІД ЧАС ВІЙНИ



АНДРІЙ КУЧЕРЕНКО I HRD KORMOTECH



andriy.kucherenko@kormotech.com.ua
+38050 317 29 61



ЩО ТАКЕ KORMOTECH?



Світовий виробник
харчування для котів та собак



5 брендів у 40 країнах



З заводів в Україні та Литві з
загальною потужністю понад
80,000 тонн



Сімейний бізнес
з 20-річною історією



Лідер продажів на
домашньому ринку



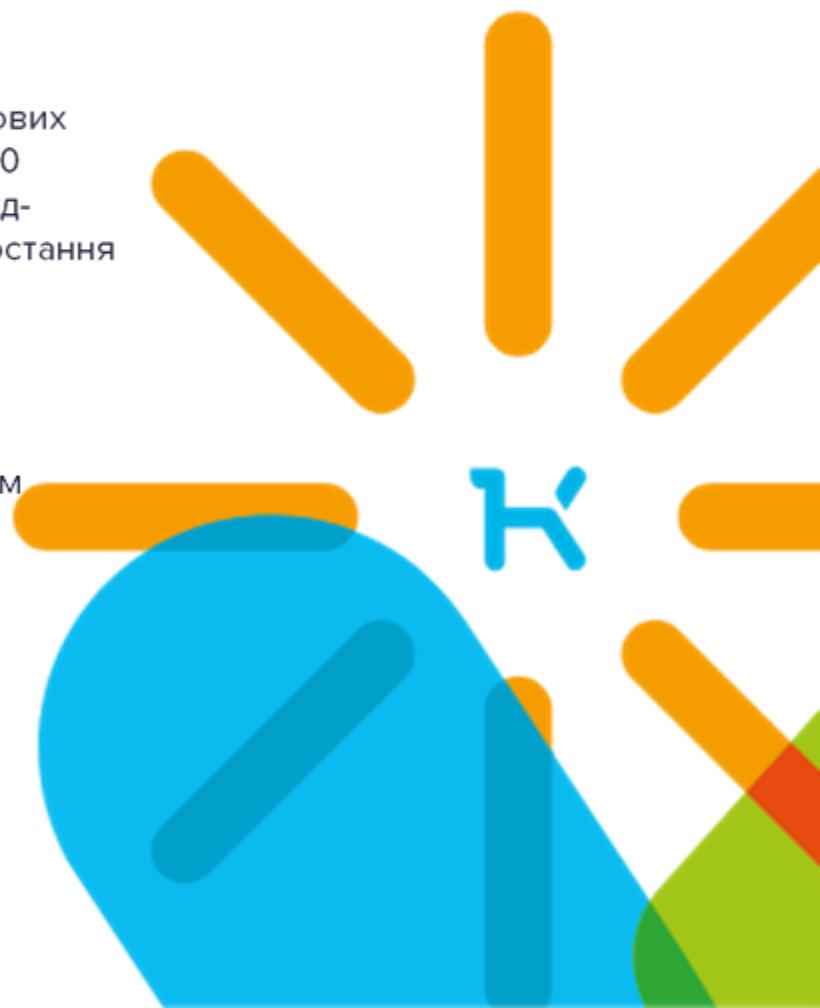
Ми відповідаємо всім світовим
стандартам якості: FSSC 22000,
BRC, USDA, FDA, and ISO 22000



Входимо у ТОП-60 світових
гравців галузі та ТОП-20
найдинамічніших петфуд-
брендів за темпами зростання



1300 працівників в
Україні та закордоном



ЗДОБУТКИ KORMOTECH У HR

-  Рівень лояльності співробітників (показник залученості 68-73%)
-  Спортивна програма – компенсуємо співробітникам до 80% витрат на спорт.
-  Медичне страхування – за 2022 рік надійшло майже 3700 звернень в Україні.
-  Запустили зустрічі у форматі one-to-one.
-  Система внутрішніх комунікацій.
-  Англійська мова – фінансуємо вивчення. Активний розвиток на міжнародній арені.
-  Допомога та збори на користь кормотехівців, які служать у ЗСУ (зберігаємо за ними робочі місця, продовжуємо платити ЗП)
-  Сформували стратегію навчальних пропозицій: показник задоволеності становить 72%
-  Увійшли до ТОП-50 роботодавців України воєнного часу за версією Forbes
-  Зайняли 14-те місце в списку ТОП-50 роботодавців воєнного часу, які вкладаються в команду та її добробут.

ОСНОВНІ НАПРЯМКИ



ОСНОВНІ ПОВІДОМЛЕННЯ



WELLBEING ПІД ЧАС ВІЙНИ



ФІЗИЧНЕ ЗДОРОВ`Я

- ▶ Спортивна програма
- ▶ Медичне страхування
- ▶ Вебінари зі здорового харчування та сну
- ▶ Стрес, стресостійкість, життєвий баланс



МЕНТАЛЬНИЙ ДОБРОБУТ

- ▶ Зменшення рівня тривожності
- ▶ Надихаючі зустрічі та вебінари
- ▶ Таунхолли
- ▶ Дайджести
- ▶ Звернення CEO
- ▶ Консультація з психологом
- ▶ Робота з втратою
- ▶ Basic PH
- ▶ Медитації



ФІНАНСОВИЙ ДОБРОБУТ

- ▶ Регулярний перегляд заробітних плат
- ▶ Бонусування
- ▶ Матеріальна допомога



СОЦІАЛЬНІ ЗВ`ЯЗКИ

- ▶ One-to-one зустрічі
- ▶ Таунхолли
- ▶ Корпоративна газета
- ▶ Telegram - канал
- ▶ Інфосесії з керівниками
- ▶ Івенти (День захисту дітей)

СПРИНТ VS МАРАФОН – ГРА НА ВИСНАЖЕННЯ

- Цінність людей
- Збільшення кількості хронічних захворювань
- Турбулентність в українських компаніях
(зміна культури)

ЩО МИ УПУСКАЄМО? ВІДНОВЛЕННЯ.



ЯК МИ В КОМПАНІЇ ПРАЦЮЄМО З ВИСНАЖЕННЯМ



СЕРІЇ ВЕБІНАРІВ ТА ЛЕКЦІЙ
ВІД СПЕЦІАЛІСТІВ



ВІДНОВИЛИ ДЕРЖАВНІ
ВИХІДНІ



МЕДИЧНЕ СТРАХУВАННЯ І
СПОРТИВНА ПРОГРАМА ДЛЯ
ПРАЦІВНИКІВ



СЕРІЇ ПРОСТИХ І
ПРАГМАТИЧНИХ НАВЧАНЬ



НАДИХАЮЧІ ЗУСТРІЧІ З
ПОГЛЯДОМ НА ТЕПЕРІШНЄ
ТА МАЙБУТНЄ



АДАПТАЦІЯ ДО РОБОТИ З
ВЕТЕРАНАМИ



ПОСТИЙНЕ НАГАДУВАННЯ ПРО ВІДНОВЛЕННЯ У КОМУНІКАЦІЯХ

НА ЩО ЗВЕРНУТИ УВАГУ

СОН

ХАРЧУВАННЯ

ФІЗИЧНІ ВПРАВИ

СОЦІАЛЬНІ КОНТАКТИ

УСВІДОМЛЕННЯ І ОСМИСЛЕННЯ

НА ЩО ЗВЕРНУТИ УВАГУ

Трудоголізм

Заїдання, хаотичне харчування

Бездумне гортання новин або соцмереж

Соціальна ізоляція

Хвилювання, зацикленість на одній думці

Пристрої для відволікання: телевізор, відеоігри

Хронічне уникання

Покладання на алкоголь, нікотин, кофеїн, цукор

Пошук адреналіну, адиктивна, агресивна, саморуйнівна поведінка

НАДИХАЮЧІ ЗУСТРІЧІ З ПОГЛЯДОМ НА ТЕПЕРІШНЄ ТА МАЙБУТНЄ



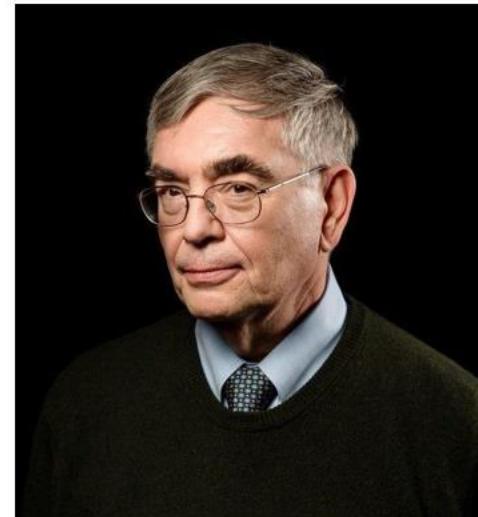
ПАВЛО ШЕРЕМЕТА

«Творче руйнування чи
неруйнівне творення?
Інновації як рушій
економічного прориву»



МИРОСЛАВ МАРИНОВИЧ

«Шептицький: цінності для
розв'язання практичних
проблем»



АДРІАН СЛИВОЦЬКИЙ

«Які існують типи воєн.
Глобалізація. Чи
пропорційна віддача
приведе до перемоги?»



РЕНАТА ДЕЛЬПОРТЕ

«Лідерство під час війни»

ПРИКЛАД ІЗРАЇЛЬСЬКОЇ МЕТОДОЛОГІЇ BASIC PH



ISRAEL TRAUMA COALITION
response. preparedness. resilience.

RA



ЩО ТАКЕ BASIC PH і ЯК МИ ПРАЦЮЄМО З ЦИМ В КОМПАНІЇ

- ▶ Мулі (Шмуель) Лахадом — ізраїльський професор, який розробив багатовимірну модель внутрішньої стійкості
- ▶ Салютогенез замість патогенезу
- ▶ «Стресовий стан може розвинутися в кризу завдяки повторним безплідним спробам звільнитися від нього. Важко виносити цей стан довго, якщо ми не можемо використовувати для позбавлення власні сили і ресурси. Іноді ця реакція переходить у кризу, бо людина повторно користується тими ж засобами, щоб вийти з тяжкого становища. Іншими словами, людина застряє на одній і тій же реакції, на одному і тому ж методі подолання, без яких би то не було результатів. Криза в цьому випадку заснована на зацикленості, на нестачі гнучкості» (проф. Мулі Лахад).

РОЗВИТОК ВНУТРІШНОЇ СТІЙКОСТІ. МОДЕЛЬ BASIC PH

Belief

філософія життя, вірування і моральні цінності

Affect

почуття, емоції

Social support

суспільство, функція, приналежність, соціальна організація

Imagination

дух творчості, уява

Cognition

свідомість, мислення, думка

Physiology

фізична, чуттєва і діяльна модальність



- ▶ Пісні та історії з хорошим закінченням, які надають сенси тій реальності, яка зараз є. Знаходження сенсів у поточних подіях
- ▶ Розповіді з Корана, Біблії, Тори
- ▶ Молитва
- ▶ Слова надії, оптимізму
- ▶ Концентрація на здібностях, внутрішніх силах подолати складну ситуацію. Віра в свої сили та обраний шлях
- ▶ Віросповідання
- ▶ Обряди, амулети, прикмети

- ▶ Слухання, розуміння та прийняття емоцій – емпатія до себе та інших
- ▶ Музика, ігри, співи, вистави, мистецтво, емоційні розповіді, фільми, гумор
- ▶ М'які іграшки, ляльки, м'яка ковдра
- ▶ Домашні тварини, взаємодія з живою природою
- ▶ Місце для усамітнення та заспокоєння
- ▶ Погладжування, поцілунки, обійми
- ▶ Підтримка з вираженням відчуттів, добрих слів, емоційний контакт
- ▶ Дозвіл у вираженні відчуттів (страх, злість, розчарування) зі слезами, криком, сміхом собі та іншим



SOCIAL SUPPORT

СУСПІЛЬСТВО. ФУНКЦЯ. ПРИНАЛЕЖНІСТЬ. СОЦІАЛЬНА ОРГАНІЗАЦІЯ

- ▶ А) Сім`я – первинне середовище, яке є для людини первинним захистом, підтримкою, базою, трампліном для особистісного росту
 - Б) Знайомі, друзі, співробітники
- ▶ Підтримка та допомога іншим, отримання підтримки та допомоги від інших
- ▶ Організація групи з акцентом на приналежність до неї
 - ▶ Емпатія, прийняття та розуміння інших, співчуття
 - ▶ Організація спільних дій, ігор, подій
 - ▶ Виконання ролі чи функцій в групі



- ▶ Уявні ігри
- ▶ Розслаблення (з направленим фантазуванням, музикою, напруженням чи розслабленням м`язів)
- ▶ Придумування додаткових способів вирішення складної ситуації
- ▶ Гумор
- ▶ Направленість на майбутнє, фантазування про те, як будуть виглядати події, мріяння
- ▶ Придумування чарівного розвитку подій з реальної ситуації
- ▶ Творчість – малювання, ліплення, вишивка, в`язання



СВІДОМІСТЬ. МИСЛЕННЯ. ДУМКА

- ▶ Збір інформації, інформаційні розмови, пояснення
- ▶ Пізнавальні книги, інформаційні передачі з поясненням фактів
- ▶ Складання списків справ, занять чи речей. Створення шкали пріоритетів
- ▶ Планування сценарії та підготовка запланованих змін
- ▶ Самонавчання, переосмислення подій, рефлексія, надання нових інтерпретацій чи сенсів
- ▶ Логічні ігри



ФІЗИЧНА, ЧУТТЄВА І ДІЯЛЬНА МОДАЛЬНІСТЬ

- ▶ Релаксуюче дихання
- ▶ Обійми, погладжування, масаж
- ▶ Крик
- ▶ Їжа, душ, ванна, сауна, увага та турбота про себе
- ▶ Ритміка, рух, зарядка, танці, плавання, спорт
- ▶ Збирання намиста, рвати папір, робота з глиною, пластиліном, тістом, в'язання
- ▶ Займатись улюбленою справою
- ▶ Приготування їжі
- ▶ Відпочинок, сон
- ▶ Медитація, релаксуючі вправи, йога, аромотерапія
- ▶ Секс

ЩО ЩЕ МОЖНА ЗРОБИТИ?

- ✓ Ділитись ресурсами, відкритість
- ✓ Дивитись у майбутнє, шукати та створювати тренди
- ✓ Чесність





ДЯКУЮ!

KORMOTECH.COM

KORMOTECH@KORMOTECH.COM.UA