**PSIHOFEST**

Festival popularizacije psihologije

Psihofest ove godine traje od **18. rujna** do **26. rujna 2021**. Nudi mogućnost sudjelovanja na različitim online radionicama. Sudjelovanje je besplatno.

Izdvojili smo popis i termine radionica koje su povezane s profesionalnim usmjeravanjem. Radionice su namijenjene učenicima, ali i odraslim osobama koje zanimaju ponuđene teme.

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **SUBOTA, 18.09.** | **NEDJELJA,19.09.** | **UTORAK, 21.09.** | **PETAK, 24.09.** | **SUBOTA, 25.09.** |
| *Sindrom izgaranja na poslu – Kako si pomoći?* | *Kako znati koga zaposliti na svemirski brod?* | *Kad odrastem, bit ću…* ispunjavanje Upitnika profesionalnih sklonosti | *Zvjezdana flota želi tebe (postupak selekcije – upitnik ličnosti)* | *Postoji li posao iz snova?* |
| Vrijeme: 16.00 h | Vrijeme: 11.30 h | Tijekom cijelog dana | Tijekom cijelog dana | Vrijeme: 16.00 h |
|  |  | *Karijerni plan – dream job više nije san* | Uspješni ljudi, uspješna tvrtka |  |
|  |  | Vrijeme: 19.00 h | Vrijeme: 19.00 h |  |

Raspored ostalih radionica nalazi se na <https://psihofest.ffzg.unizg.hr/raspored/>.

OPIS RADIONICA:

**SUBOTA, 18.09.2021.**

Sindrom izgaranja na poslu - kako si pomoći?

Kako prevenirati nastanak sindroma sagorijevanja na poslu? Kako se s njim izboriti ukoliko ga ipak razvijemo?

<https://psihofest.ffzg.unizg.hr/prevencija_burnouta_na_poslu/>

Vrsta točke: Unaprijed snimljeno predavanje

Opis točke: Svatko od nas se ponekad osjeća umorno, iscrpljeno ili iziritirano zbog zahtjeva posla. Možda se ti osjećaji javljaju jer u zadnje vrijeme imamo previše obaveza na poslu, možda postoje trzavice s nekim od kolega, a možda smo naposljetku to jutro jednostavno ustali na „krivu nogu“. Ipak, što ako nam ti u osjećaji u jednom trenutku postanu svakodnevica? Što ako nam odlazak na posao počinje predstavljati sve veći i veći stres? U tom slučaju možemo reći da je došlo do takozvanog burnouta, odnosno sindroma izgaranja.

Ako se pronalazite u gornjem tekstu, ne treba očajavati. Postoje razne metode kako smanjiti simptome izgaranja, a više o njima možete naučiti slušajući upravo ovo predavanje!

Dob: 18+

**NEDJELJA, 19.09.2021.**

Kako znati koga zaposliti na svemirski brod?

Saznajte kako psiholozi osmišljavaju selekciju za posao u radnim organizacijama

<https://psihofest.ffzg.unizg.hr/koga_zaposliti_na_svemirski_brod/>

Vrsta točke: Online interaktivna radionica

Opis točke: Tijekom ove radionice sudionici će zajedno s voditeljima proći kroz proces analize posla kojim se utvrđuje koja su sve znanja, vještine i osobine bitne za uspješno obavljanje nekog posla na primjeru radnog mjesta na svemirskom brodu. Analiza posla je jedna od glavnih aktivnosti psihologa u ljudskim potencijalima i čini temelj svakog selekcijskog postupka.

Dob: 14+

**UTORAK, 21.09.2021.**

Kad odrastem, bit ću...

Ispunjavanje Upitnika profesionalnih sklonosti

<https://psihofest.ffzg.unizg.hr/kad_odrastem_bit_cu/>

Vrsta točke: Interaktivni materijali

Opis točke: Sudionici će moći ispuniti Upitnik profesionalnih sklonosti. Na temelju upitnika bit će im predložena zanimanja koja odgovaraju njihovim profesionalnim interesima.

Karijerni plan - dream job više nije san

Kako ostvariti svoje karijerne ciljeve?

<https://psihofest.ffzg.unizg.hr/karijerni_plan/>

Vrsta točke: Online interaktivna radionica

Opis točke: Koliko ste puta u životu čuli pitanje “Što ćeš biti kad odrasteš?” A koliko puta ni sami niste znali što odgovoriti? Na ovoj ćemo interaktivnoj radionici učiniti prvi korak prema pustolovini boljeg upoznavanja sebe. Pokušat ćemo odgovoriti na pitanje Tko sam “profesionalni ja”?, proučiti kako se to mijenjalo tijekom vremena i zašto nam je uopće važno. Zatim ćemo razmišljati o svojim jakim stranama, ali i onome na čemu još možemo poraditi. Pokušat ćemo zaključiti oslanjamo li se više na intuiciju ili ipak uzimamo papir i olovku te zapisujemo prednosti i nedostatke. Planiramo li cijeli tjedan unaprijed ili smo tipovi “što možeš danas, ostavi za sutra”? Sve su ovo pitanja na koja ćemo zajedničkim snagama doći do odgovora, a na tom će nam putu pomoći različiti upitnici, karijerni planovi i nove tehnike!

Dob: 14+

Potrebna je prijava za sudjelovanje na radionici.

**PETAK, 24.09.2021.**

Zvjezdana flota želi tebe!

Saznaj imaš li što je potrebno za rad na svemirskom brodu

<https://psihofest.ffzg.unizg.hr/zvjezdana_flota_zeli_tebe/>

Vrsta točke: Interaktivni materijali

Opis točke: Posjetitelji mogu proći kroz postupak selekcije (izmišljene) agencije za zapošljavanje na svemirskim brodovima tako da riješe često korišteni upitnik ličnosti. Nakon ispunjavanja dobit će informacije o svojim rezultatima na osobinama ličnosti te preporuku za radno mjesto na nekom od svemirskih brodova iz poznatih znanstveno-fantastičnih svjetova.

Dob: 14+

Uspješni ljudi, uspješna tvrtka

Kako pomoću inovacija odabrati i smjestiti prave ljude na prava mjesta u tvrtki?

<https://psihofest.ffzg.unizg.hr/uspjesni-ljudi-uspjesna-tvrtka/>

Vrsta točke: Online predavanje

Opis točke: Temelj svake uspješne tvrtke su njezini zaposlenici, a stvaranje kvalitetnog kadra započinje njegovim odabirom. Uspješnost selekcijskog procesa ovisi o kvaliteti procjene, ali i načinu na koji procjenjujemo. Stoga, upotreba psiholoških instrumenata je neophodna kako bismo procijenili karakteristike pojedinca koje nisu vidljive iz samog razgovora, kako bismo otkrili talente, ali i moguća rizična ponašanja. Međutim, kako društvo napreduje tako su potrebne prilagodbe u načinima procjene. Uvođenjem inovativnih načina testiranja psihologija se modernizira, ali i postaje bliska široj populaciji.

Svrha ovog predavanja je objasniti važnost procjene kandidata za posao i predstaviti inovativne načina testiranja ličnosti kroz fotografije i inteligencije pomoću adaptivnog načina testiranja

Dob: 18+

**SUBOTA, 25.09.2021.**

Postoji li posao iz snova?

Je li moguće uživati u svom poslu/Trebamo li se poslovno baviti s onime što uživamo raditi

<https://psihofest.ffzg.unizg.hr/postoji_li_posao_iz_snova/>

Vrsta točke: Online predavanje

Opis točke: Govori o povezanosti intrinzične motivacije sa poslom i povezanosti sa skrivenom cijenom nagrade. Postoji li posao koji netko uživa i voli raditi? Mogu li neki aspekti posla povećati našu intrinzičnu motivaciju i uživanje u samom poslu? Je li bolje birati posao “pametno”, tj. po nekim uvjetima kao što su visoka plaća i manji stres, ili “po osjećaju”. Je li bolje ostaviti aktivnosti kojima se volimo baviti, kao što su npr. crtanje, za hobi ili bi se trebali nastaviti školovati kako bi se kasnije time bavili u životu? Koji su poslovi ili zanimanja kojima se ljudi najviše vole baviti?

Dob: 18+