

## Corporate wellness wg Samuraja Biznesu...

Ku mojej wielkiej radości filozofia **corporate wellness** znajduje w Polsce coraz większe rzesze zwolenników. Coraz więcej firm przekonuje się, że dbanie o zdrowie i dobrostan pracowników nie tylko sprawia, że zadowolony, zdrowy pracownik osiąga lepsze wyniki, bardziej lubi i ceni swoją pracę, mocniej się w nią angażuje, ale też znakomicie wpływa na kondycję i postrzeganie całej firmy.

Coraz częściej koncepcja corporate wellness nie jest już traktowana jako „fanaberia z zachodu”, ale mądra, perspektywiczna, wręcz niezbędna inwestycja w przyszłość organizacji.

**Czołowe firmy technologiczne świata, jak Google czy Facebook przeznaczają 20% czasu pracy pracowników na aktywności nie związane bezpośrednio ze świadczoną przez nich pracą!**

I jaki jest efekt? Nie dość, że skuteczność pracowników w pozostałym czasie pracy znacznie wzrasta, to jeszcze większość kreatywnych pomysłów powstaje właśnie wtedy, gdy pracownik nie jest zaangażowany w pracę!

**Nie powinno to zresztą nikogo dziwić. Ludzie żyjący w nieustannym stresie, sfrustrowani i chronicznie przemęczeni nie są w stanie wyzwolić swojej kreatywności, ponieważ ich umysły funkcjonują w trybie „przetrwać za wszelką cenę”. Co więcej, energetyczna i emocjonalna apatia udziela się całemu zespołowi i wywiera negatywny wpływ na atmosferę i kondycję całej firmy.**

Moim zdaniem dobry program corporate wellness powinien zawierać nie tylko doraźne działania będące chęcią pokazania się organizacji jako przyjaznego pracodawcy, zainteresowanego chwilową poprawą jakości życia swoich pracowników. Powinien budować zaangażowanie pracowników, modelować postawy, promować wartości oraz kreować pomysły na integrację ich ciała, ducha i umysłu w dłuższej perspektywie czasowej!

Program corporate wellness jest nie tylko sposobem poprawy zdrowia i samopoczucia pracowników. **Stanowi również strategię budowania „nowej” kultury organizacyjnej, wprowadzając do niej „efekt świeżości”, jak też tworzenia unikalnej atmosfery pracy i świadomości pracowników, wyróżniającej pracodawcę wśród innych firm wdrażających podobne inicjatywy na rynku.**

**Samuraj Biznesu proponuje nowatorskie rozwiązanie, które nie opiera się na żadnych trendach czy chwilowych modach, a na starożytnych narzędziach pracy z ciałem i umysłem! Pozwala pracownikom obcować z prostymi i niezwykle skutecznymi narzędziami, stanowiącymi arcydzieła chińskiej myśli i filozofii, wyrosłymi z kultury Dalekiego Wschodu, „specjalizującej się” od tysięcy lat w integracji ciała, ducha i umysłu!**

Filozofię „wellness” stworzył amerykański lekarz Halbert Dunn w 1959 roku. **Na Dalekim Wschodzie koncepcja wellness znana jest już od...2 tysięcy lat!** Taoizm nie jest bowiem niczym innym, jak filozofią prostego życia, zgodnego z naturą, naturalnymi wartościami, cieszeniem się drobnymi rzeczami, codziennością tu i teraz, oraz osiaganiem biegłości w tym, czym się zajmujemy, w całkowitej harmonii ciała, ducha i umysłu...