

Motywacja

make
things
happen

Program szkolenia

- Motywacja dla Organizacji Pozarządowych

Warsztaty poprowadzi ekspert:

Iwona Paszkiewicz
Biznes z Pasją



Zagadnienia główne:

- Motywacja – podstawy teoretyczne
- Dwa systemy motywacyjne: dopamina (nagrody) i adrenalina (stres, kary, terminy).
- Wyznaczanie celów
- Podział celów na krótko- i długoterminowe (perspektywiczne).
- Praca pod presją czasu – wpływ adrenaliny na szybkość i jakość wykonania zadania.
- Stworzenie nowej rutyna pracy jako droga do skuteczności.
- Motywacja w Praktyce dla NGO
- Jak podnieść swoją efektywność w zakresie automotywacji – podstawowe reguły



ProABILITY

Motywacja

Program szkolenia

- Motywacja dla Organizacji Pozarządowych



make
things
happen

Plan treningu

9:00 -10:30

Motywacja – podstawy teoretyczne

- Dwa systemy motywacyjne: dopamina (nagrody) i adrenalina (stres, kary, terminy).
- Motywacja wewnętrzna a motywacja zewnętrzna.
- Motywacja w pracy w organizacji pozarządowej.

Wyznaczanie celów

- Cel jako droga do motywacji: dlaczego zawsze musisz myśleć o tym, co chcesz uzyskać.
- Kontrola zasadności zaplanowanych celów: analiza S.M.A.R.T.
- Podział celów na krótko- i długoterminowe (perspektywiczne).
- Wstępne szacowanie czasu realizacji celu i jego kosztu.

10:45- 12:15

Realizacja celów i zaplanowanych zadań

- Jak realizować cele: techniki automotywacji.
- Praca pod presją czasu – wpływ adrenaliny na szybkość i jakość wykonania zadania.
- Jak zabrać się do wyzwań bez adrenaliny. System nagród dla siebie – jak wybrać odpowiedni i co zrobić, by się sprawdził.

- Podejście behawioralno-poznawcze (zmiana schematów myślenia i reagowania) w motywowaniu siebie.
- Stworzenie nowej rutyny pracy jako droga do skuteczności.

Motywacja w Praktyce dla NGO

- delegowanie zadań
- nie bądź perfekcjonistą
- stosuj higienę pracy
- dziel się sukcesem

12 :30 -14:00

Plan zmiany osobistej (ćwiczenia i praca własna uczestników)

- Jak podnieść swoją efektywność w zakresie automotywacji – podstawowe reguły.
- Tworzenie własnych list celów. Wyznaczanie priorytetów.
- Planowanie dnia pracy: aktywność indywidualna uczestników. Dodatkowe uwagi i wskazówki dotyczące praktycznego planowania wybranych aktywności.
- Wprowadzanie planu w życie. Hierarchia zmian: co i od kiedy wprowadzam w życie i jak to kontroluję.

22.09.2020r., Warszawa

Motywacja

Program szkolenia
- Motywacja dla Organizacji Pozarządowych

make
things
happen

Iwona Paszkiewicz-Biznes z Pasją- autorka książki „Pomiędzy biznesem a szczęściem”

Moje podejście do biznesu zostało ukształtowane przez 25-letnie doświadczenie zawodowe. Lubię dzielić się swoją wiedzą, dlatego też poprzez Fundację follow Me wspieram innych na drodze rozwoju osobistego. Prowadząc Fundację wiem z jakimi problemami borykają się Organizacje Pozarządowe. Dlatego dzielę się swoją wiedzą, żeby wspierać inne organizacje w rozwoju.



Przebieg treningu i metody pracy

Szkolenie składa się z części teoretycznej oraz treningu praktycznego (min. 60 proc. czasu szkolenia). Część teoretyczną stanowią mini-wykłady z zakresu teorii zarządzania czasem, projektami i zadaniami oraz psychologii emocji i motywacji. W trakcie warsztatu praktycznego uczestnicy ćwiczą metody planowania własnej pracy oraz terminowej realizacji zaplanowanych działań. Ćwiczeniom towarzyszą burze mózgów i dyskusje nad metodami radzenia sobie z niedoborami motywacji i czynnikami rozprasającymi.

Do kogo kierujemy:

Do menadżerów rozpoczynających zarządzanie zespołami rozproszonymi i pracownikami zdalnymi
Do liderów projektów oraz kierowników projektów pracujących wirtualnie
Do specjalistów i pracowników pracujących w zespołach rozproszonych lub współpracujących z zespołami rozproszonymi, którzy chcą pracować bardziej efektywnie
Do osób jakie mierzą się w swojej codziennej pracy z wyzwaniami pracy zdalnej z zespołem, przełożonymi lub z klientami w innych lokalizacjach
Do pracowników działów HR, w organizacjach, w których występują rozproszone zespoły lub w których planowane jest ich wprowadzenie, a w szczególności:

- ✓ Kierownicy
- ✓ Dyrektorzy
- ✓ wszystkie osoby zarządzające zespołem

22.09.2020r., Warszawa

WIĘCEJ INFORMACJI:
biuro@proability.pl
22 787 59 12

MIEJSCE WARSZTATÓW:
Centrum Konferencyjne Golden Floor
Al. Jerozolimskie 123A, 02-037 Warszawa