

Wewnątrz - czy zewnątrzsterowność - automotywacja w pracy

Informacje o usłudze

Czy usługa może być dofinansowana?	Tak
Sposób dofinansowania	<ul style="list-style-type: none">wsparcie dla przedsiębiorców i ich pracowników
Rodzaj usługi	Usługa szkoleniowa
Podrodzaj usługi	Usługa szkoleniowa
Dostępność usługi	Otwarta

Numer usługi		2019/01/11/13272/271415	
Cena netto	720,00 zł	Cena brutto	720,00 zł
Cena netto za godzinę	60,00 zł	Cena brutto za godzinę	60,00
Usługa z możliwością dofinansowania		Tak	
Liczba godzin usługi		12	
Termin rozpoczęcia usługi	2019-01-16	Termin zakończenia usługi	2019-01-16
Termin rozpoczęcia rekrutacji	2019-01-11	Termin zakończenia rekrutacji	2019-01-16
Maksymalna liczba uczestników		25	
Kategoria główna KU		Usługi	
Podstawa uzyskania wpisu w zakresie świadczenia usług współfinansowanych		Certyfikaty: Certyfikat systemu zarządzania jakością wg. ISO 9001:2015 (PN-EN ISO 9001:2015) - w zakresie usług szkoleniowych	
Czy usługa pozwala na zdobycie kwalifikacji lub części kwalifikacji zarejestrowanych w ZRK?		Nie	
Czy usługa pozwala na uzyskanie kwalifikacji innych niż kwalifikacje zarejestrowane w ZRK?		Nie	

Czy usługa prowadzi do nabycia kompetencji?

Tak

Informacje o podmiocie świadczącym usługę

Nazwa podmiotu	Klinika Wiedzy Agata Drabek		
Osoba do kontaktu	Agata Drabek	Telefon	+48608638947
E-mail	agatadrabek@klinikawiedzy.pl		

Cel usługi

Cel edukacyjny

Celem szkolenia jest umiejętność doboru czynników wewnętrznych i zewnętrznych wpływających na motywację w procesie pracy. Celem szkolenia jest nabycie przez Uczestników wiedzy na temat technik motywacyjnych i umiejętności wykorzystywania ich w codziennej pracy. Szkolenie wspiera rozwój osobisty pracowników, pomaga zapobiegać wypaleniu zawodowemu oraz utrzymywać aktywność zawodową

Szczegółowe informacje o usłudze

Ramowy program usługi

Program szkolenia:

Program szkolenia

1. Teoria motywacji – aspekt psychologiczny
2. Motywacja a automotywacja – motywujące czynniki zewnętrzne a czynniki wewnętrzne
3. Autodiagnoza własnych zasobów motywacyjnych
4. Czynniki motywujące a demotywatory – analiza przypadków
5. Czym jest automotywacja?
6. Odkrywanie własnego potencjału
7. Automotywacja w pracy
8. Praca na zasobach
9. Problemy decyzyjne a automotywacja
10. Problem automotywacji w monotonnej pracy i przy rutynowych obowiązkach
11. Stres jako czynnik demotywujący
12. Life – work balance
13. Wyznaczanie celów i priorytetów w procesie automotywacji
14. Przekonania i nawyki jako czynniki wpływające na obniżenie automotywacji
15. Trudne sytuacje w pracy – jak sobie z nimi radzić, żeby się nie zdemotywować

16. Skazani na sukces, zablokowani wizją porażki
17. Techniki automotywacyjne – prezentacja i omówienie
18. Motywacja wewnętrzna – jak ją w sobie odnaleźć i uruchomić
19. Dostosowanie technik automotywacyjnych do typów osobowości
20. Analiza skuteczności
21. Rola emocji w procesie automotywacji
22. Zarządzanie czasem jako element automotywacji
23. Problem wypalenia zawodowego i rola automotywacji w profilaktyce tego zjawiska
24. Automotywacja jako droga do poczucia satysfakcji i spełnienia – nie tylko zawodowego
25. Budowanie poczucia własnej wartości
26. Automotywacja w życiu codziennym

Efekty usługi (produkty), efekty uczenia się/kształcenia

Po ukończeniu szkolenia Uczestnicy posiadają:

W efekcie szkolenia Uczestnicy:

Zdobędą wiedzę na temat motywacji i automotywacji

Zdiagnozują własne zasoby motywacyjne

Poznają i nauczą się stosować najskuteczniejszych technik automotywacyjnych

Poznają zasady automotywacji w pracy

Nauczą się, jak radzić sobie ze stresem, syndromem wypalenia zawodowego i jak wspierać swoją motywację w monotonna i rutynowych obowiązkach zawodowych

Dowiedzą się, jak utrzymać równowagę między pracą zawodową a życiem prywatnym

Udoskonalą swoje umiejętności w zakresie zarządzania czasem i planowania

Grupa docelowa

Szkolenie dedykowane jest dla pracowników wszystkich branż. Minimalna liczba uczestników: 10.

Harmonogram

LP	Przedmiot / Temat zajęć	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
1	Wewnątrz - czy zewnątrzsterowność - automotywacja w pracy	2019-01-16	07:00	19:00	12:00

Osoby prowadzące usługę

Imię i nazwisko	Nina Kalista
Obszar specjalizacji	treningi interpersonalne i intrapsychiczne

Doświadczenie zawodowe	<p>W 2000 roku stworzyła na zlecenie Regionalnego Centrum Polityki Społecznej Punkt Konsultacyjny dla młodzieży uzależnionej w Wieruszowie woj. łódzkie. W latach 2002 - 2003 instruktor terapii uzależnień w Z.O.Z „MONAR” w Sokolnikach. Od 2003 do 2006r. terapeuta w Ośrodku Rehabilitacyjno- Readaptacyjnym w Małkowie. W latach 2004 - 2006 prowadząca Punkt Doradztwa Zawodowego w ramach programu „Daj mi szansę”. Od 2008r. certyfikowany specjalista terapii uzależnień (nr certyfikatu SP/0296/2008) W latach 2008 - 2010 koordynator projektu reintegracji zawodowej i społecznej „Udany start”. Od 2010r.- 2012r. - prowadząca Punkt Doradztwa Zawodowego w ramach programu „Dla nas lepiej”. Od 2010r. prowadząca Punkt Konsultacyjny dla osób uzależnionych uruchomiony przez Urząd Miasta Zgierza. 2012 - 2014 - wykładowca w Wyższej Szkole Pedagogicznej w Łodzi. 2014 - 2015 prowadząca Punkt Doradztwa Zawodowego w programie „Gotowi na sukces”</p>
Doświadczenie w świadczeniu tego typu usług	<p>Od 2004r. prowadząca zajęcia edukacyjne oraz treningi interpersonalne i intrapsychiczne ze studentami w Europejskiej Akademii Psychologii Integracyjnej. Od 2004 do 2006r. współpracująca z Centrum Kształcenia „BROST” w obszarze prowadzenia zajęć psychologicznych dla osób długotrwale pozostających bez pracy. Od 2005r. do 2008r. współpracowała z Oddziałem Terapeutycznym Zakładu Karnego w Sieradzu, prowadząc zajęcia psychologiczne z osadzonymi.</p>
Wykształcenie	<p>Wykształcenie wyższe, absolwentka Uniwersytetu Łódzkiego wydział Nauk o Wychowaniu, kierunek Psychologia Stosowana (nr dyplomu 9052), specjalizacja: psychologia resocjalizacji i psychologia kliniczna. Doktorat z filozofii w zakresie psychologii.</p>

Lokalizacja usługi

Adres:

**Piotrkowska 249/251/22
90-456 Łódź, woj. łódzkie**

Szczegóły miejsca realizacji usługi:

**Na życzenie Zamawiającego miejsce
realizacji szkolenia może ulec zmianie**

Warunki logistyczne: