

Poznaj zakres tematyczny wykładów, warsztatów i szkoleń, które prowadzę. Dowiedz się, jak wygląda moja propozycja **“out of the box”**.

1. WYKŁADY / POWER SPEECHE (🔊)

Oswoić Nosorożca

Wykład o tym, jak żyć i prowadzić biznes w obecnych, nieprzewidywalnych czasach. Porozmawiamy, jak rozwijać zwinność adaptacyjną czy zarazić się “nie-wiedzeniem”. Dowiesz się, gdzie szukać motywacji oraz identyfikować prawdziwe szanse i zagrożenia, budując umiejętność zwaną kryzyso-odpornością.

DEI praktycznie

O roli liderów w budowaniu i wspieraniu polityki diversity, equity&inclusion. O tym, jak wykorzystać potencjał wspólny w budowaniu silniejszej organizacji i osiągnięciu lepszych wyników finansowych. Podczas wykładu opowiem “co działa, a co nie działa” na konkretnych przykładach dobrych praktyk.

Włączaj nie wyłączając

O tym, co warto wiedzieć o różnicach i nieświadomionych uprzedzeniach? Jak w tym wszystkim działa nasz mózg? Dlaczego to, co słyszymy od innych, nie jest o nas samych? Jak stawiać granice w świadomości swoich zasobów i jak mówić trudną prawdę. Czym jest inkluzywność i jak z niej korzystać.

🔊 Mój przyjaciel kryzys

W jaki sposób poradzić sobie z przeciwnościami losu oraz jak umiejętnie wykorzystać naukę płynącą z kryzysów w dążeniu do sukcesu.

Poruszymy zagadnienia dotyczące:

- psychologii kryzysu,
- wstydu,
- jak uczyć się na błędach,
- jak wytrwać w działaniu,
- jak próbować kolejny raz, bazując na swoim doświadczeniu.



ULGA by OLGA

Żyjemy w świecie VUCA – zmienności, niepewności, złożoności i niejednoznaczności. Z każdej strony bombardowani wiadomościami. Pospieszani deadlineami w pracy i w domu. Przebodźcowani i zapatrzeni w swoje smartfony. Biegniemy. Podejmujemy błędne decyzje, tracimy coś lub kogoś, chorujemy. Badania pokazują, że dziś nasze zmęczone ciała i umysły nie szukają już szczęścia, chcą poczuć ulgę.

Za cel postawiłam sobie dwa lata temu, opracowanie takich sposobów na problematyczne, trudne, kryzysowe sytuacje, które są proste i do zastosowania od razu – tu i teraz. Nazwałam je ULGAMI.

KOCHASZ? NIE POMAGAJ

Przekornie o partnerstwie, o tym dlaczego potrzebujemy zaangażowania mężczyzn w budowanie lepszego świata. Pomówimy o zdrowiu i równowadze, dlaczego równość przynosi korzyści mężczyznom, dzieciom i kobietom. W wykładzie oprzemy się na szeregu badań.

2. WYKŁADY / WARSZTATY



Co byś zrobił_a, gdybyś wiedział_a, że na 100% Ci się uda

Wykład o sile przekonania. Rozmawiamy, o tym jak powstają i w jaki sposób je odżywiać. Opowiem o zmianie tych, które latami nas blokują, aby sięgnąć po więcej. Całość oprzemy na solidnej pewności siebie, zbudowanej na 6 kluczowych filarach. Temat przygotowuję w formie wykładu lub warsztatów.



Fascynuj słowem

Opowiem o tym, jak odważyć się na bycie sobą na scenie, przemawiać perswazyjnie i interesująco. Porozmawiamy, o tym jak wykorzystać techniki storytellingu, język korzyści, operowanie głosem, oddechem, pauzą i akcentem, by podkreślić swój profesjonalizm i motywować innych. **Dostępny także w formie warsztatów oraz w opcji 1 na 1.**

Komunikacja w różnorodności

Wykład w którym porozmawiamy, jak się komunikować, aby budować silniejsze zespoły. Dzięki temu będąc świadomymi różnic, stereotypów i kodów zachowań, a w efekcie osiągając swoje cele. Dowiesz się również, jak efektywnie delegować, stawiać granice i umiejętnie mówić trudną prawdę. **W formie wykładu lub warsztatów.**

3. PROGRAMY SZKOLENIOWE

Program – Inclusive Female Leader

Program kształtujący świadome siebie, otwarte na zmiany i inkluzywne liderki. Inclusive Female Leader opiera się na dwóch filarach.

Filar biznesowy zawiera kompetencje z obszaru zarządzania, motywowania, komunikacji, występów publicznych oraz budowania własnej marki i monetyzacji sieci kontaktów.

Filar osobisty odnosi się do bycia świadomym siebie i swojego otoczenia. Między innymi powiemy o budowaniu zdrowej pewności siebie, opartej o 6 filarów PWW, świadomości własnych talentów, zasobów i granic.

Uczestniczki programu stają się otwarte na zmiany, świadome siebie i asertywne. Zyskują poczucie sprawczości, umiejętność budowania pozycji liderki przez odpowiednią komunikację i pozycjonowanie siebie. Nabierają świadomości wpływu nowych technologii na efektywniejsze funkcjonowanie biznesów, umiejętność czerpania z różnorodności oraz budowania przewag konkurencyjnych przez działania włączające.

Zalecamy, aby przerwa między spotkaniami wynosiła około 2 tygodni. W tym czasie uczestniczki otrzymują materiały i ćwiczenia utrwalające wiedzę w danych obszarach.

Program - przywództwo jutra, kluczowe kompetencje

Program kształtujący przywództwo w oparciu o kompetencje pozwalające budować przewagi konkurencyjne w turbulencyjnym świecie. Opieramy się również na przewodzeniu różnorodnym zespołom oraz zapewnianiu sobie odpowiedniego poziomu LifeBalance.

Uczestnicy programu zyskują wiedzę w zakresie wykorzystania krytycznego myślenia do podejmowania trafnych decyzji biznesowych oraz identyfikacji zagrożeń i szans. Uczą się odróżniać „fake” i dezinformację od prawdy. Zgłębiają techniki radzenia sobie z emocjami w procesie zmian, korzystając ze zwinności adaptacyjnej. Uczą się budować wspólnoty rozumiejąc kontekst gospodarczy i biznesowy. Oswajają rolę empatii w przywództwie, bazującej na zdrowym podejściu win-win.

4. OUT OF THE BOX czyli COŚ INNEGO

POWER HOUR – To połączenie muzyki i słowa.

Zabieram uczestników do świata Hygge, gdzie odpoczną, pośmieją się i dowiedzą, jak budować obfitość siebie i relacji. Słowa ubrane są w formułę „power speech”.

Muzyka skomponowana przeze mnie łączy w sobie elementy easy jazz, folku i indie pop.



Tutaj możesz posłuchać kilku utworów na youtube.