



Motywacja i motywowanie: siebie i innych

Cele szkolenia:

Zapoznanie uczestników z psychologicznymi aspektami motywacji.

Przekazanie wiedzy na temat teorii, modeli i wyników badań nad motywacją.

Nauczenie praktycznych metod prowadzenia rozmów motywujących.

Zagadnienia szkoleniowe:

1. Definicja i istota motywacji.
2. Napęd a motywacja – różnice w źródłach, mechanizmach działania i efektach.
3. Przegląd kluczowych tez, teorii i modeli związanych z motywacją.
4. Kij i marchewka – co o tym wiemy dziś i co to dla nas oznacza?
5. Dialog metodą GROW - praktyka rozmowy motywującej.

Metody szkolenia:

Interaktywny wykład online. Dyskusja moderowana. Pokazy filmów (scenki) z omówieniem.

Prezentacja z omówieniem. Sesja pytań i odpowiedzi podsumowująca poszczególne zagadnienia.

Czas trwania:

2 h

