

DLA FIRM

Oferta szkoleń i wystąpień

Dorota Filipiuk

Psychologia • skuteczna nauka • koncentracja • produktywność • AI

Szkolenia • Warsztaty • Keynote'y • Programy rozwojowe

dorotafilipiuk.pl • biuro@dorotafilipiuk.pl

Wiedza ma zmieniać sposób działania.

Dobre szkolenie nie kończy się na ciekawych slajdach. Ma pomóc ludziom lepiej rozumieć mechanizmy, podejmować trafniejsze decyzje i wdrażać rozwiązania, które zostają z nimi po wydarzeniu.

01

Więcej skupienia

Jak odzyskać uwagę w świecie powiadomień, wielozadaniowości i przeciążenia informacyjnego.

02

Lepsza praca z wiedzą

Jak szybciej rozumieć, zapamiętywać i wykorzystywać informacje zamiast tylko je konsumować.

03

Mądrzejsze użycie AI

Jak wykorzystywać sztuczną inteligencję jako wsparcie myślenia, uczenia się i pracy - bez oddawania jej całego procesu.

04

Skuteczniejsze działanie

Jak projektować środowisko, nawyki i sposób pracy tak, aby mniej energii tracić na walkę ze sobą.

Dobieramy format do celu i odbiorców.

Inaczej projektuję energiczne wystąpienie konferencyjne, inaczej praktyczny warsztat dla zespołu, a jeszcze inaczej proces rozwojowy, który ma realnie zmienić codzienne nawyki.

01

Keynote / wystąpienie

Dynamiczne, konkretne wystąpienie na konferencję, event firmowy lub spotkanie wewnętrzne. Mocny przekaz, zrozumiały mechanizm i praktyczne wnioski.

02

Warsztat

Praca na przykładach i ćwiczeniach. Uczestnicy nie tylko poznają koncepcje, ale od razu przekładają je na własny sposób uczenia się i działania.

03

Program rozwojowy

Cykl działań dla organizacji, która chce czegoś więcej niż jednorazowej inspiracji: wdrożenia, praktyki, utrwalenia i wspólnego języka w zespole.

Format może być dopasowany do wydarzenia.

Zakres, długość, poziom zaawansowania i przykłady dobieram do odbiorców oraz celu biznesowego.

Tematy, które łączą naukę z praktyką.

01 Koncentracja w świecie rozproszenia

Jak odzyskać uwagę i ograniczyć koszt ciągłego przełączania się między zadaniami.

02 Przeciążenie poznawcze

Jak rozpoznawać przeciążenie informacyjne i projektować pracę tak, aby mózg miał szansę działać skutecznie.

03 Skuteczne uczenie się dorosłych

Co naprawdę pomaga zapamiętywać i jak wykorzystać mechanizmy pamięci w pracy eksperckiej.

04 AI do uczenia się i pracy z wiedzą

Jak używać AI do porządkowania, analizowania i uczenia się - bez utraty własnego myślenia.

05 Pamięć i zarządzanie wiedzą

Jak przestać gromadzić informacje i zacząć budować system, z którego można naprawdę korzystać.

06 Nawyki i skuteczne działanie

Dlaczego motywacja nie wystarcza i jak projektować zachowania, które mają większą szansę się utrzymać.

DLACZEGO DOROTA?

Psychologia i nauka bez akademickiego zadęcia.

Łączę wiedzę psychologiczną i badania nad uczeniem się z doświadczeniem szkoleniowym. Zależy mi na tym, aby uczestnik rozumiał nie tylko co zrobić, ale też dlaczego dana metoda działa.

17+

lat doświadczenia

10 000+

godzin na sali szkoleniowej

50 000+

sprzedanych kursów

DOŚWIADCZENIE I ZAUFANIE

Współpracowałam z organizacjami, uczelniami i uczestnikami wydarzeń, a wiedzę popularyzuję także poprzez YouTube, podcast i wystąpienia publiczne.

PKO Bank Polski

MAN

EUROPART

ASBIRO

Telewizja Polska

Każdy temat i przykład dopasowuję do grupy oraz kontekstu wydarzenia.

Prosty proces. Bez gotowców z szuflady.

Najpierw chcę zrozumieć, kto będzie na sali i co ma się zmienić po spotkaniu. Dopiero potem dobieramy temat, format i przykłady.

01

Krótki brief

Cel wydarzenia, grupa, kontekst i oczekiwany rezultat.

02

Dopasowanie

Temat, format i poziom szczegółowości dobieramy do odbiorców.

03

Realizacja

Szkolenie lub wystąpienie prowadzone w praktycznym, angażującym stylu.

Porozmawiajmy o Twoim wydarzeniu.

Napisz kilka zdań o grupie, celu i terminie.

biuro@dorotafilipiuk.pl

dorotafilipiuk.pl/dla-firm/