



ANDRZEJ TUCHOLSKI

PSYCHOLOG BIZNESU | 4X TEDX SPEAKER | AUTOR BESTSELLERA

Problem: Żyjemy w erze ciągłej zmiany i nieustającego kryzysu. Stare podejście (pracuj ciężiej, optymalizuj więcej, zaciśnij zęby) wykańcza ludzi i odbiera im radość z życia.

- **76%** pracowników doświadcza wypalenia zawodowego (Gallup).
- **1 bilion dolarów** kosztują straty wywołane wypaleniem (WHO).
- **To nie wszystko:** najlepsi pracownicy nie wypalają się wyłącznie od nadmiaru pracy – często wypalają się także z powodu utraty kontaktu z własnymi wartościami.

Szansa: Organizacje, które zbudują zrównoważoną efektywność poprzez samoodzyskanie połączone z wysokosprawczością, wygrają w obszarach retencji, innowacji oraz odporności na chaos.

KIM JEST ANDRZEJ I CZEMU JEGO OFERTA JEST WYJĄTKOWA?

Andrzej Tucholski stworzył koncepcję wysokosprawczości, aby pomóc ludziom nawigować przez trudy i wymagania współczesności. Po pewnym czasie zauważył coś niepokojącego: niektórzy z jego najskuteczniejszych klientów okazywali się też najbardziej oddaleni od własnego “ja”. Zoptymalizowali się aż do granic wypalenia. To wtedy Andrzej postanowił połączyć wysokosprawczość z samoodzyskaniem (powrotem do wartości, predyspozycji, preferencji i talentów człowieka).

Obecnie, jako 4-krotny mówca TEDx, autor bestsellera (ponad 10 000 sprzedanych egzemplarzy) oraz psycholog biznesu z ponad dekadą doświadczenia w szkoleniu liderów i zespołów w firmach takich jak Google, Red Bull, IBM, T-Mobile, Nestlé czy ING, Andrzej pomaga organizacjom budować zrównoważoną efektywność i wyniki, które nie niszczą ludzi.

Bez motywacyjnego bełkotu. Bez ogólników. Każde wystąpienie i warsztat są dopasowane do faktycznych wyzwań Twojej organizacji. Przynoszą realne wyniki i trwałą transformację myślenia.

Booking: [linkedin.com/in/andrtucholski](https://www.linkedin.com/in/andrtucholski) ••• andrzejtucholski.pl/biznes/ ••• czesc@andrzejtucholski.pl



“Andrzej wnosi ogrom wiedzy i doświadczenia do każdego realizowanego projektu. Jego spostrzeżenia dotyczące ludzkich zachowań i dynamiki organizacyjnej są niezwykle trafne i wartościowe. Bez wahania polecam Andrzeja Tucholskiego jako eksperta psychologii biznesu. To zaufany profesjonalista, który konsekwentnie dostarcza świetne rezultaty.”

– Natalia Siniło, Erickson Professional Coach

ANDRZEJ TUCHOLSKI

ELASTYCZNE OPCJE WSPÓŁPRACY

Dostępne wersje materiałów:

- Keynote: 45 lub 90 minut (stacjonarnie lub online)
- Warsztat: Pół dnia lub cały dzień (tylko stacjonarnie)
- Andrzej jest też dostępny na panele dyskusyjne

W pakiecie:

- Konsultacja przed wydarzeniem, by dopasować treść
- Sesja Q&A po wystąpieniu

Andrzej mieszka w Warszawie ••• jest dostępny na wydarzenia w całej Europie i na świecie

POROZMAWIAJMY O TEMATACH

Do najczęściej realizowanych przez Andrzeja materiałów należą:

- **Human Premium:** Odzyskiwanie sensu, motywacji oraz dążenia do mistrzostwa w erze AI
- **Chief Meaning Officer:** przywództwo oparte o narrację, która wygrywa z chaosem
- **Mikronawyki Poprawiające 1%:** małe nawyki, które zmieniają trajektorię lidera i zespołu
- **Praca 3.0:** integracja duszy, strategii i technologii, czyli jak budować efektywność przyszłości
- **Atomowy Rozpęd:** jak budować sprawnie realizowane cele zgodne z wartościami zespołu

... A NAJNOWSZYMI, ZDOBYWAJĄCYMI UZNANIE PROPOZYCJAMI SĄ:

TEMAT 1: SAMOODZYSKANIE: ANTYDOTUM NA WYPALENIE

Większość profesjonalistów działa w trybie chronicznego samoporzucenia, odgrywając rolę tego, kim „powinni” być, zamiast tego, kim naprawdę są. Ta sesja pokazuje, w jaki sposób samoodzyskanie staje się fundamentem zrównoważonej efektywności i autentycznego zaangażowania w pracę.

Z czym zostają uczestnicy:

- Fundamenty samoświadomości
- Model identyfikacji samoporzucenia
- Narzędzia zapobiegające wypaleniu

TEMAT 2: WYSOKOSPRAWCZOŚĆ: DZIAŁANIE W NIEPEWNOŚCI

Gdy sytuacja jest niepewna, większość liderów i zespołów czeka, zamiast działać. Ta sesja uczy wysokosprawczości – pięciu filarów, dzięki którym ludzie będą sprawniej brać odpowiedzialność, podejmować decyzje i rozwiązywać problemy nawet wtedy, gdy droga naprzód nie będzie w pełni czytelna.

Z czym zostają uczestnicy:

- 5 filarów wysokosprawczości
- Model tworzenia zaradnej kultury
- Narzędzia budujące proaktywność

TEMAT 3: ZMIANA PERSPEKTYWY: AKTYWNE DĄŻENIE KU NOWEMU

Ludzki mózg (podobnie jak większość systemów) naturalnie stawia opór zmianom. Ta sesja stawia na filozofię i psychologię, aby zmienić postrzeganie źródeł tego oporu. Zamiast walczyć ze zmianą, liderzy i zespoły uczą się wykorzystywać ją jako siłę napędową do budowania relacji, wzrostu oraz innowacji.

Z czym zostają uczestnicy:

- Podstawy życia w permakryzysie
- Model generujący adaptacyjność
- Narzędzia tworzenia antykruchości

Booking: [linkedin.com/in/andrtucholski](https://www.linkedin.com/in/andrtucholski) ••• andrzejtucholski.pl/biznes/ ••• czesc@andrzejtucholski.pl



"Produktem współpracy było godzinne wystąpienie, w którym Andrzej w swoim rzetelno-humorystycznym stylu porwał publiczność swoją autentycznością, ale również wiedzą, którą poparł literaturą naukową (100 na 400 uczestników udzieliło feedbacku w którym wystąpienie Andrzeja zostało ocenione na 9,5/10)."

– Piotr Kudzia, Business Manager