

## Harmonogram

**Nazwa Beneficjenta:** Warmińsko-Mazurski Zakład Doskonalenia Zawodowego w Olsztynie

**Placówka realizująca kurs:** Centrum Edukacji w Iławie

**Numer projektu:** FEWM.07.06-IZ.00-0034/25

**Tytuł projektu:** Zdrowo, dobrze, zawodowo! 9

**Nazwa szkolenia zawodowego/kursu:** Zarządzanie konfliktem i trudne sytuacje w pracy

**Nr kursu:** 9/108/2026

**Uczestników:** 8 w tym kobiet: 5, mężczyzn: 3

**Termin realizacji:** 16.04.2026-17.04.2026



Fundusze Europejskie  
dla Warmii i Mazur

Dofinansowane przez  
Unię Europejską



## 1. Harmonogram

Data realizacji	Godziny realizacji zajęć od-do	Temat zajęć	Miejsce realizacji zajęć/nazwa instytucji (miejscowość, ulica, nr lokalu, nr sali)
16.04.2026	08:30-09:15	Pojęcie konfliktu w środowisku pracy Typy konfliktów wg Christophera Moore'a	Hotel Anders, ul. Spacerowa 2, 14-133 Stare Jabłonki
	09:15-10:00	Źródła konfliktów: organizacyjne, interpersonalne, komunikacyjne	Hotel Anders, ul. Spacerowa 2, 14-133 Stare Jabłonki
	10:00-10:10	PRZERWA	
	10:10-10:55	Etapy narastania konfliktu Konflikt konstruktywny i destrukcyjny	Hotel Anders, ul. Spacerowa 2, 14-133 Stare Jabłonki
	10:55-11:40	Style reagowania na konflikt Postawy konfliktowe wg Thomasa-Kilmanna	Hotel Anders, ul. Spacerowa 2, 14-133 Stare Jabłonki
	11:40-11:50	PRZERWA	
	11:50-12:35	Komunikacja empatyczna i asertywna Aktywne słuchanie	Hotel Anders, ul. Spacerowa 2, 14-133 Stare Jabłonki
	12:35-13:20	Parafraza, klaryfikacja i pytania pogłębiające Komunikaty „JA”	Hotel Anders, ul. Spacerowa 2, 14-133 Stare Jabłonki
	13:20-13:50	PRZERWA	
	13:50-15:20	Bariery komunikacyjne i ich przełamywanie Informacja zwrotna FUKO Trójkąt satysfakcji	Hotel Anders, ul. Spacerowa 2, 14-133 Stare Jabłonki
	15:20-15:30	PRZERWA	
	15:30-16:15	Negocjacje i mediacje w sytuacjach konfliktowych Kompromis, współpraca, unikanie, rywalizacja	Hotel Anders, ul. Spacerowa 2, 14-133 Stare Jabłonki
16:15-17:00	Etapy rozmowy rozwiązującej konflikt 5-krokowy model rozwiązywania konfliktów	Hotel Anders, ul. Spacerowa 2, 14-133 Stare Jabłonki	
17.04.2026	09:00-09:45	Błędy w rozwiązywaniu konfliktów i sposoby ich unikania	Hotel Anders, ul. Spacerowa 2, 14-133 Stare Jabłonki
	09:45-10:30	Rola emocji w konflikcie Stres i napięcie w pracy	Hotel Anders, ul. Spacerowa 2, 14-133 Stare Jabłonki
	10:30-10:40	PRZERWA	
	10:40-11:25	Reakcje stresowe w sytuacjach spornych Techniki szybkiej regulacji napięcia	Hotel Anders, ul. Spacerowa 2, 14-133 Stare Jabłonki
	11:25-12:10	Konflikt jako źródło zmiany	Hotel Anders, ul. Spacerowa 2, 14-133 Stare Jabłonki
	12:10-12:20	PRZERWA	



Fundusze Europejskie  
dla Warmii i Mazur

Dofinansowane przez  
Unię Europejską



17.04.2026	12:20-13:05	Budowanie kultury dialogu Konflikty w zespołach pracowniczych	Hotel Anders, ul. Spacerowa 2, 14-133 Stare Jabłonki
	13:05-13:50	Trudne sytuacje z klientem lub współpracownikiem Rola lidera zespołu- przekształcenie konfliktu w pozytywną siłę napędową	Hotel Anders, ul. Spacerowa 2, 14-133 Stare Jabłonki