

Harmonogram

Nazwa Beneficjenta: Warmińsko-Mazurski Zakład Doskonalenia Zawodowego w Olsztynie

Placówka realizująca kurs: Centrum Edukacji w Iławie

Numer projektu: FEWM.06.04-IZ.00-0032/24

Tytuł projektu: Iławska Szkoła Policealna ZDZ z plusem

Nazwa szkolenia zawodowego/kursu: Trening kompetencji osobistych i społecznych

Nr kursu: 9/131/2025

Uczestników: 21 w tym kobiet: 13, mężczyzn: 8

Termin realizacji: 16.06.2025-28.06.2025

1. Harmonogram

Data realizacji	Godziny realizacji zajęć od-do	Temat zajęć	Miejsce realizacji zajęć/nazwa instytucji (miejscowość, ulica, nr lokalu)
16.06.2025	15:00-16:30	Siła pierwszego wrażenia. Komunikacja werbalna i niewerbalna.	ul. Grunwaldzka 13; Iława
	16:30-16:40	PRZERWA	
	16:40-18:10	Narzędzia komunikacji, jak je stosować, aby efektywnie się porozumiewać.	ul. Grunwaldzka 13; Iława
	18:10-18:40	PRZERWA	
	18:40-19:25	Informacja zwrotna – jak dawać i odbierać konstruktywną informację zwrotną.	ul. Grunwaldzka 13; Iława
	19:25-20:10	Informacja zwrotna – jak dawać i odbierać konstruktywną informację zwrotną.	ul. Grunwaldzka 13; Iława
17.06.2025	16:00-17:30	Asertywność złotym środkiem komunikacji.	ul. Grunwaldzka 13; Iława
	17:30-17:40	PRZERWA	
	17:40-19:10	Typologia osobowości we współpracy zespołowej- różnorodność i jej wymiary.	ul. Grunwaldzka 13; Iława
20.06.2025	07:50-09:20	Gry i role jakie podejmujemy w życiu codziennym, które utrudniają współpracę w zespole.	ul. Grunwaldzka 13; Iława
	09:20-09:30	PRZERWA	
	09:30-11:00	Wykorzystanie różnorodności w pracy zespołowej.	ul. Grunwaldzka 13; Iława
	11:00-11:45	Źródła stresu. Objawy stresu. Stres a skuteczność działania.	ul. Grunwaldzka 13; Iława
	11:45-12:15	PRZERWA	
	12:15-13:00	Źródła stresu. Objawy stresu. Stres a skuteczność działania.	ul. Grunwaldzka 13; Iława
	13:00-14:30	Metody radzenie sobie w stresie.	ul. Grunwaldzka 13; Iława
	14:30-14:40	PRZERWA	
	14:40-15:25	Czym jest konflikt, czym jest konflikt emocjonalny?	ul. Grunwaldzka 13; Iława
	15:25-16:10	Twoje własne nastawienie – najlepsze narzędzie w zarządzaniu emocjonalnymi sytuacjami.	ul. Grunwaldzka 13; Iława
28.06.2025	07:50-08:35	Zapalniki sytuacji emocjonalnych i konfliktowych.	ul. Grunwaldzka 13; Iława
	08:35-09:20	Co to znaczy – "odpuścić i pozwolić" – praktyczne metody i długofalowe efekty.	ul. Grunwaldzka 13; Iława
	09:20-09:30	PRZERWA	
	09:30-11:00	Savoir vivre w miejscu pracy	ul. Grunwaldzka 13; Iława
	11:00-11:45	Psychologia zmiany – model Fishera.	ul. Grunwaldzka 13; Iława
	11:45-12:15	PRZERWA	
	12:15-13:45	Potencjał osobowy i zespołowy w procesie zmiany.	ul. Grunwaldzka 13; Iława
	13:45-14:30	Indywidualne czynniki motywowania.	ul. Grunwaldzka 13; Iława
	14:30-14:40	PRZERWA	
	14:40-15:25	Określanie celów i zadań i rozwojowych.	ul. Grunwaldzka 13; Iława
	15:25-16:10	Powiązanie osobistych potrzeb i celów z celami zawodowymi.	ul. Grunwaldzka 13; Iława



Fundusze Europejskie
dla Warmii i Mazur

Dofinansowane przez
Unię Europejską

