

Harmonogram

Nazwa Beneficjenta: Warmińsko-Mazurski Zakład Doskonalenia Zawodowego w Olsztynie

Placówka realizująca kurs: Centrum Edukacji w Szczytnie

Numer projektu: FEWM.06.04-IZ.00-0030/24

Tytuł projektu: Szczycieńska Szkoła Branżowa II stopnia ZDZ z plusem

Nazwa szkolenia zawodowego/kursu: Trening kompetencji osobistych i społecznych

Nr kursu: 10/070/2025

Uczestników: 13 w tym kobiet: 10, mężczyzn: 3

Termin realizacji: 30.04.2025-04.05.2025



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)
30.04.2025	08:00-09:30	Siła pierwszego wrażenia. Komunikacja werbalna i niewerbalna.	u. Chrobrego 4; 12-100 Szczytno
	09:30-10:15	Narzędzia komunikacji, jak je stosować, żeby efektywnie się porozumiewać.	u. Chrobrego 4; 12-100 Szczytno
	10:15-10:30	PRZERWA	
	10:30-11:15	Narzędzia komunikacji, jak je stosować, żeby efektywnie się porozumiewać.	u. Chrobrego 4; 12-100 Szczytno
	11:15-12:00	Informacja zwrotna – jak dawać i odbierać efektywną informację zwrotną.	u. Chrobrego 4; 12-100 Szczytno
	12:00-12:30	PRZERWA	
	12:30-14:00	Informacja zwrotna – jak dawać i odbierać efektywną informację zwrotną.	u. Chrobrego 4; 12-100 Szczytno
	14:00-14:45	Asertywność złotym środkiem komunikacji.	u. Chrobrego 4; 12-100 Szczytno
01.05.2025	08:00-09:30	Asertywność złotym środkiem komunikacji.	u. Chrobrego 4; 12-100 Szczytno
	09:30-10:15	Typologia osobowości we współpracy zespołowej- różnorodność i jej wymiary.	u. Chrobrego 4; 12-100 Szczytno
	10:15-10:30	PRZERWA	
	10:30-12:00	Typologia osobowości we współpracy zespołowej- różnorodność i jej wymiary.	u. Chrobrego 4; 12-100 Szczytno
	12:00-12:30	PRZERWA	
	12:30-14:00	Gry i role jakie toczy, które utrudniają współpracę w zespole.	u. Chrobrego 4; 12-100 Szczytno
	14:00-14:45	Wykorzystanie różnorodności w pracy zespołowej.	u. Chrobrego 4; 12-100 Szczytno
02.05.2025	10:30-12:00	Źródła stresu. Objawy stresu. Stres a skuteczność działania.	u. Chrobrego 4; 12-100 Szczytno
	12:00-12:45	Metody radzenia sobie w stresie.	u. Chrobrego 4; 12-100 Szczytno
	12:45-13:00	PRZERWA	
	13:00-13:45	Metody radzenia sobie w stresie.	u. Chrobrego 4; 12-100 Szczytno
	13:45-14:30	Czym jest konflikt, czym jest konflikt emocjonalny?	u. Chrobrego 4; 12-100 Szczytno
	14:30-15:00	PRZERWA	
	15:00-15:45	Twoje własne nastawienie – najlepsze narzędzie w zarządzaniu emocjonalnymi sytuacjami.	u. Chrobrego 4; 12-100 Szczytno
	15:45-16:30	Zapalniki sytuacji emocjonalnych i konfliktowych.	u. Chrobrego 4; 12-100 Szczytno
	16:30-17:15	Co to znaczy – "odpuścić i pozwolić" – praktyczne metody i długofalowe efekty.	u. Chrobrego 4; 12-100 Szczytno
04.05.2025	08:00-08:45	Psychologia zmiany – model Fishera.	u. Chrobrego 4; 12-100 Szczytno
	08:45-10:15	Potencjał osobowy i zespołowy w procesie zmiany.	u. Chrobrego 4; 12-100 Szczytno
	10:15-10:30	PRZERWA	
	10:30-11:15	Indywidualne czynniki motywowania.	u. Chrobrego 4; 12-100 Szczytno
	11:15-12:00	Określanie celów i zadań i rozwojowych.	u. Chrobrego 4; 12-100 Szczytno
	12:00-12:30	PRZERWA	



Fundusze Europejskie
dla Warmii i Mazur

Dofinansowane przez
Unię Europejską



04.05.2025	12:30-13:15	Powiązanie osobistych potrzeb i celów z celami zawodowymi.	u. Chrobrego 4; 12-100 Szczytno
	13:15-14:45	Savoir vivre w miejscu pracy.	u. Chrobrego 4; 12-100 Szczytno



Fundusze Europejskie
dla Warmii i Mazur

Dofinansowane przez
Unię Europejską

