

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: 10/224/2025

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

Termin realizacji: 25.09.2025-28.09.2025



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)
25.09.2025	13:30-14:15	Siła pierwszego wrażenia. Komunikacja werbalna i niewerbalna.	u. Chrobrego 4; 12-100 Szczytno
	14:15-15:00	Siła pierwszego wrażenia. Komunikacja werbalna i niewerbalna.	u. Chrobrego 4; 12-100 Szczytno
	15:00-15:45	Narzędzia komunikacji, jak je stosować, żeby efektywnie się porozumiewać.	u. Chrobrego 4; 12-100 Szczytno
	15:45-16:00	PRZERWA	
	16:00-16:45	Narzędzia komunikacji, jak je stosować, żeby efektywnie się porozumiewać.	u. Chrobrego 4; 12-100 Szczytno
	16:45-17:30	Informacja zwrotna – jak dawać i odbierać efektywną informację zwrotną.	u. Chrobrego 4; 12-100 Szczytno
	17:30-18:00	PRZERWA	
	18:00-19:30	Informacja zwrotna – jak dawać i odbierać efektywną informację zwrotną.	u. Chrobrego 4; 12-100 Szczytno
	19:30-20:15	Asertywność złotym środkiem komunikacji.	u. Chrobrego 4; 12-100 Szczytno
26.09.2025	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
27.09.2025	13:30-14:15	Źródła stresu. Objawy stresu. Stres a skuteczność działania.	u. Chrobrego 4; 12-100 Szczytno
	14:15-15:00	Źródła stresu. Objawy stresu. Stres a skuteczność działania.	u. Chrobrego 4; 12-100 Szczytno
	15:00-15:45	Metody radzenie sobie w stresie.	u. Chrobrego 4; 12-100 Szczytno
	15:45-16:00	PRZERWA	
	16:00-16:45	Metody radzenie sobie w stresie.	u. Chrobrego 4; 12-100 Szczytno
	16:45-17:30	Czym jest konflikt, czym jest konflikt emocjonalny?	u. Chrobrego 4; 12-100 Szczytno
	17:30-18:00	PRZERWA	
	18:00-18:45	Twoje własne nastawienie – najlepsze narzędzie w zarządzaniu emocjonalnymi sytuacjami.	u. Chrobrego 4; 12-100 Szczytno
	18:45-19:30	Zapalniki sytuacji emocjonalnych i konfliktowych.	u. Chrobrego 4; 12-100 Szczytno
	19:30-20:15	Co to znaczy – "odpuścić i pozwolić" – praktyczne metody i długofalowe efekty.	u. Chrobrego 4; 12-100 Szczytno
28.09.2025	13:30-14:15	Psychologia zmiany – model Fishera.	u. Chrobrego 4; 12-100 Szczytno
	14:15-15:45	Potencjał osobowy i zespołowy w procesie zmiany.	u. Chrobrego 4; 12-100 Szczytno
	15:45-16:00	PRZERWA	
	16:00-16:45	Indywidualne czynniki motywowania.	u. Chrobrego 4; 12-100 Szczytno



Fundusze Europejskie
dla Warmii i Mazur

Dofinansowane przez
Unię Europejską



28.09.2025	16:45-17:30	Określanie celów i zadań i rozwojowych.	u. Chrobrego 4; 12-100 Szczytno
	17:30-18:00	PRZERWA	
	18:00-18:45	Powiązanie osobistych potrzeb i celów z celami zawodowymi.	u. Chrobrego 4; 12-100 Szczytno
	18:45-20:15	Savoir vivre w miejscu pracy.	u. Chrobrego 4; 12-100 Szczytno



Fundusze Europejskie
dla Warmii i Mazur

Dofinansowane przez
Unię Europejską

