

Published on *Urząd Miejski w Świeciu* (<https://archiwum.swiecie.eu>)

Strona główna > Warsztaty rozwojowe

Warsztaty rozwojowe

05 listopada 2017



[1]

Warsztaty rozwojowe z psychologiem
Pracownia Rozwoju Wyspa Skarbów, godz. 10.00-14.00
Koszt: 40 zł/zajęcia (4h)

Terminy spotkań:

18.11.2017 - Trening asertywności i wzmacniania samooceny
20.01.2018 - Sztuka efektywnej komunikacji
17.03.2018 - Trening umiejętności wychowawczych
12.05.2018 - Okiełznać stres

Warsztaty rozwojowe to cykl czterech spotkań, prowadzonych przez psycholog, pracującą na co dzień w Poradni Psychologiczno – Pedagogicznej w Świeciu. Na zajęciach uczestnicy zdobędą wiedzę dotyczącą relacji międzyludzkich, komunikacji, radzenia ze stresem. Wykonywane praktyczne ćwiczenia pozwolą na zwiększenie samoświadomości własnych reakcji w różnych sytuacjach, przećwiczenie optymalnych sposobów reagowania i technik relaksacyjnych. Każde zajęcia mają swój temat przewodni, ale to grupa i jej potrzeby są najważniejsze.

Magdalena Kutowska

Ukończyła psychologię na Uniwersytecie Kazimierza Wielkiego w Bydgoszczy, kurs podstawowy psychoterapii systemowej oraz liczne szkolenia z zakresu diagnozy i terapii dzieci i młodzieży. Od 2006 roku pracownik Poradni Psychologiczno-Pedagogicznej w Świeciu, pracowała też w Wojewódzkim Szpitalu dla Nerwowo i Psychicznie Chorych w Świeciu oraz Powiatowym Centrum Pomocy Rodzinie. W latach 2006 – 2014 prowadziła szkolenia dla dorosłych z zakresu rozwijania kompetencji miękkich, m.in. komunikacji, radzenia sobie ze stresem, samopoznania, zarządzania czasem.

6.11.2017

Adres źródłowy: <https://archiwum.swiecie.eu/pl/news/warsztaty-rozwojowe>

Links

[1] https://archiwum.swiecie.eu/sites/default/files/field/image/37045488_m_0.jpg