# Kompetencje osobiste i społeczne - kluczem do sukcesu

WUP Poznań Data publikacji: 23.08.2017

**Warsztaty rozwoju osobistego w Wojewódzkim Urzędzie Pracy w Poznaniu**

We współczesnym świecie rozwój osobisty staje się coraz ważniejszy. Żyjemy w czasach globalizacji, dynamicznego rozwoju technologii i dużej konkurencji, które stawiają przed nami nowe wyzwania i oczekiwania zarówno te edukacyjne, jak i te ze sfery psychicznej. Wielość i różnorodność, jakie oferuje nam świat, sprawiają że nieustannie musimy wybierać, a do tego niezbędna jest zdrowa samoocena, umiejętność samodzielnego myślenia i dbałość o własny potencjał. Wzrasta też zainteresowanie obszarem komunikacji, który jest jednym z istotniejszych elementów samopoznania. Im lepiej komunikujemy się z otoczeniem i budujemy pozytywne relacje z ludźmi, tym lepiej radzimy sobie w aktywnościach zawodowych oraz w życiu osobistym.

Wojewódzki Urząd Pracy w Poznaniu wychodzi naprzeciw tym oczekiwaniom i przygotował na najbliższy czas ofertę zajęć warsztatowych z radzenia sobie ze stresem, zarządzania czasem i skutecznego rozwiązywania sytuacji konfliktowych. Doskonalenie tych umiejętności przyniesie uczestnikom wiele korzyści.

Na zajęcia (bezpłatne) urząd zaprasza do Centrum Informacji i Planowania Kariery Zawodowej WUP w Poznaniu przy ulicy Szyperskiej 14. Zapisy już się rozpoczęły – tel. 61 846 38 52, 61 846 38 54.

**Harmonogram warsztatów**

1. **Skuteczne rozwiązywanie sytuacji konfliktowych w życiu codziennym i zawodowym**
   29-31 sierpnia 2017 r., godz. 9-14.30
2. **Jak efektywnie zarządzać czasem i skutecznie realizować swoje cele?**
   4-5 września 2017 r., godz. 9-14
3. **Jak zarządzać stresem w życiu prywatnym i zawodowym?**
   11-12 września 2017 r., godz. 9-14