



Projekt „Lepsze jutro” współfinansowany ze środków Unii Europejskiej w ramach Europejskiego Funduszu Społecznego

POWIATOWE  
CENTRUM POMOCY RODZINIE  
99-301 Kutno, ul. B. Krzywoustego 11  
tel./fax 024 355-47-50  
NIP 775-21-03-574 REGON 472200940

**Kutno 04.09.2012**

## REFERENCJE

W ramach Projektu pn. „Lepsze jutro” Działanie 7.1 Poddziałanie 7.1.2 Programu Operacyjnego Kapitał Ludzki Pani Agata Matuszewska prowadziła dla Beneficjentów Ostatecznych projektu „Trening kompetencji i umiejętności społecznych” w ilości 20 godzin.

Zakres tematyczny treningu obejmował:

- umiejętność pracy w zespole
- komunikacja interpersonalna
- elementy savoir vivre
- asertywność
- stereotypy
- równość płci
- sposoby na skuteczne i pozytywne wyrażanie siebie- poznaj siebie
- autodiagnoza- test
- radzenie sobie ze stresem w trudnych sytuacjach życiowych
- metody właściwej komunikacji interpersonalnej
- budowanie poczucia własnej wartości
- komunikacja werbalna i umiejętność werbalizowania myśli i opinii
- pojęcie konfliktu, jego źródeł, dynamiki oraz poznanie sposobów jego rozwiązywania
- poznanie modeli negocjacji partnerskich
- radzenie sobie z krytyką
- wykorzystanie umiejętności negocjacyjnych i mediacyjnych w realnych sytuacjach osobistych, społecznych i zawodowych.

Zajęcia prowadzone przez Panią Agatę przebiegały efektywnie i sprawnie. Prowadząca wykazała się dużą wiedzą, profesjonalizmem i perfekcją. Współpraca z Panią Matuszewską jest godna polecenia.

ZARZĄDZAJĄCA PROJEKTEM  
*Agata Matuszewska*  
Ewa Wypych



POWIATOWE CENTRUM POMOCY RODZINIE  
W KUTNIE

Realizator projektu



Instytucja Pośrednicząca 2 stopnia