



Fundusze Europejskie
dla Rozwoju Społecznego



Rzeczpospolita
Polska

Dofinansowane przez
Unię Europejską



Program szkolenia

Efektywność menedżerska i zarządzanie sobą w czasie

Szkolenie koncentruje się na priorytetyzowaniu zadań, planowaniu celów, delegowaniu oraz zarządzaniu czasem i zadaniami w dynamicznym środowisku. Obejmuje również budowanie produktywności, przewodzenie w cyfrowym świecie, zarządzanie energią i zapobieganie wypaleniu zawodowemu.

Szkolenie skierowane jest do wszystkich osób, które chcą **dowiedzieć się**:

- Jak skutecznie priorytetyzować zadania i planować cele indywidualne oraz zespołowe?
- Jak efektywnie delegować zadania i wspierać rozwój zespołu?
- Jak radzić sobie z wielozadaniowością i presją czasu?
- Jak budować trwałe nawyki produktywności i ulepszyć swój styl pracy?
- Jak asertywnie zarządzać oczekiwaniami innych i zyskać czas na strategiczne działania?
- Jak mądrze przewodzić w cyfrowym świecie i budować autorytet oparty na zaufaniu, a nie na kontroli?
- Jak dbać o work-life balance i świadomie zarządzać energią, zapobiegając wypaleniu zawodowemu?

Po szkoleniu uczestnik będzie potrafił:

- priorytetyzować zadania i tworzyć indywidualne plany dnia pracy
- skutecznie delegować zadania, wykorzystując sprawdzone narzędzia, aby zrealizować cele własne oraz całej organizacji
- wykorzystywać nowoczesne metody i techniki zarządzania czasem w codziennych obowiązkach menedżera
- skutecznie zarządzać zadaniami pod presją czasu i w dynamicznym środowisku
- świadomie kształtować nawyki wspierające codzienną skuteczność menedżerską

Projekt: „**Uniwersytet WSB Merito w Gdańsku partnerem biznesu w kształceniu przez całe życie**” współfinansowany przez Unię Europejską ze środków Europejskiego Funduszu Społecznego Plus FERS.01.05-IP.08-0535/23



Fundusze Europejskie
dla Rozwoju Społecznego



Rzeczpospolita
Polska

Dofinansowane przez
Unię Europejską



- koncentrować się na kluczowych zadaniach poprzez eliminowanie rozpraszaczy
- przewodzić w cyfrowym świecie w sposób angażujący i partnerski
- świadomie zarządzać granicami między życiem zawodowym a prywatnym

Szkolenie poprowadzi:

dr Agnieszka Jarosik-Michalak

Termin szkolenia i forma:

19.11.2026 (9:00-15:30) (1 dzień szkolenia)

online