

Jacek Olszewski

- ✓ Trener
 - ✓ Coach
 - ✓ Mediator
 - ✓ Interwent kryzysowy
-



- ✓ Konsultant
 - ✓ Handlowiec
 - ✓ KAM
 - ✓ Manager
-

- Około 480 grup / 5 300 godzin na sali
- Około 1 500 godzin coachingu i treningu on the job
- Współpraca projektowa z klientami
- Przygotowanie i realizacja projektów rozwojowych
- Tworzenie materiałów szkoleniowych

- Konsultacje projektowe – 21 lat
- Sprzedaż szkoleń – 15 lat
- Negocjacje - rynek nowoczesny – 4 lata
- Negocjacje – rynek tradycyjny – 6 lat
- Zarządzanie zespołem – 8 lat

Wykształcenie i metody pracy

Wykształcenie:

- Magister biologii – UMK Toruń
- Trener i coach biznesowy – Grupa Szkoleniowa Kontrakt-OSH
- SPIN – Move4ward
- Psychologia kryzysu i interwencji kryzysowej – SWPS
- Racjonalna Terapia Zachowań I i II stopień – PTPPB
- Terapia Skoncentrowana na rozwiązaniach – CPSR
- Mediacje – SMR / staż KOPD

Zakres podejmowanych działań:

- ✓ Kontakt i konsultacje z klientami
- ✓ Tworzenie projektów / programów / materiałów szkoleniowych
- ✓ Diagnoza przed rozpoczęciem projektów
- ✓ Realizacja projektów na sali i on-line
- ✓ Konsultacje / coaching / trening on the job w terenie, telefoniczny i on-line
- ✓ Rekomendacje do dalszej pracy rozwojowej dla klientów
- ✓ Tworzenie ścieżek kariery
- ✓ Wsparcie merytoryczne i rozwojowe dla zespołu firmy partnerskiej
- ✓ Pisanie artykułów, udział w konferencjach, przygotowanie i prowadzenie webinarów

Metody pracy:

Ujmę ten wątek w skrócie:

Wychodzę z założenia, że moi klienci mają być zadowoleni, wyposażeni w praktyczną wiedzę i umiejętności oraz efektywniejsi w podejmowanych zadaniach. Dlatego stosuje różne metody pracy zakładające głównie aktywność uczestników i praktyczny trening umiejętności. Pierwszym krokiem w pracy z grupą lub indywidualnej jest poradzenie sobie z wewnętrznym, naturalnym oporem uczestników do stosowania nowych rozwiązań. Bez tego zajęcia mogą być ciekawe, ale nie przełożą się na praktykę po warsztatach.



Specjalizacja trenerska

Prowadzenie efektywnych spotkań z rodzicami

Praca z trudną klasą / grupą

Prowadzenie rozmów indywidualnych z rodzicami

Radzenie sobie ze stresem i efektywna asertywność

Efektywna komunikacja wewnętrzna

Współpraca w zespołach interdyscyplinarnych

Budowanie współpracy w zespole fundacji, stowarzyszenia

Warsztaty managerskie dla zarządzających placówkami pomocowymi

Trening uważności, medytacje, trening autogeny

Efektywna komunikacja w kryzysie małżeńskim

Wypalenie zawodowe

Budowanie efektywnych zespołów

Kryzysy / konflikty / mediacje

Kompetencje trenerskie

Warsztaty dla osób w procesie rozwodowym

Konsultacje indywidualne / mediacje / coaching



Wybrane projekty

- Cykl webinarów dla lekarzy z zakresu wypalenia zawodowego – Viatris
- Warsztaty managerskie – Fundacja ETOH
- Konstruktywna komunikacja w trudnych sytuacjach – Fundacja ETOH
- Budowanie współpracy w zespole interdyscyplinarnym – Fundacja ETOH
- Asertywność i konstruktywna komunikacja – warsztat dla wolontariuszy – KOPD Warszawa
- Warsztaty dla osób w procesie rozwodowym – KOPD Warszawa
- Praca z trudną klasą – Szkoła Podstawowa w Warszawie
- Konstruktywny dialog małżeński – cykl warsztatów – Opactwo Benedyktynów w Tyńcu
- Medytacje i trening autogenny – Biblioteka Główna w Grudziądzu
- Trening kompetencji społecznych dla osób z niepełnosprawnością umysłową – Fundacja Ładowarka
- Interwencje antymobbingowe – Chemirol / CUK
- Zajęcia dla osób z zaburzeniami adaptacyjnymi i stresem przewlekłym – Biblioteka Główna / Warta
- Budowanie poczucia własnej wartości – Fundacja Sajgon w Ciechocinku
- Elementy psychopatologii dla managerów - Medicovert



Coś o mnie:

Nie jest mi łatwo o tym napisać, ale moja praca z ludźmi jest efektywna nie tylko dzięki wiedzy, ale też dzięki moim osobistym doświadczeniom.

Mam stwierdzone ADHD i towarzyszące temu zaburzeniu - zaburzenia adaptacyjne i stany depresyjne. Wbrew pozorom jest to moja siła w pracy z ludźmi, którzy doświadczają wykluczenia, cierpią na stany lękowe, depresje. Mało tego pomagają w prowadzeniu zajęć dla osób, które zarządzają zespołami i mają w nich ludzi cierpiących na różne zaburzenia.



Kontakt

Jacek Olszewski

Ul. Kilińskiego 12 m 5
86-300 Grudziądz
Woj. Kujawsko-Pomorskie



+48 509 406 703



ja47cek@gmail.com

Zachęcam do zobaczenia mnie. Filmik skierowany jest do firm szkoleniowych (ok.3,5 minuty):



Można mnie znaleźć również na:

Linkedin: Jacek Olszewski Grudziądz

Google Maps: Konspekt Jacek Olszewski Grudziądz