

Tytuł:

**Świadomy start na studiach – warsztaty rozwojowo-integracyjne dla osób studiujących na pierwszym roku.**

Opis:

Zapraszamy osoby studiujące na pierwszym roku studiów pierwszego stopnia oraz jednolitych studiów magisterskich na 6-godzinne warsztaty integracyjno-rozwojowe. To wyjątkowa okazja, aby w bezpiecznej i przyjaznej atmosferze lepiej się poznać, przełamać pierwsze bariery, odkryć wspólne zainteresowania oraz poznać techniki redukcji stresu, przyjrzeć się swoim mocnym stronom i zasobom, które mogą pomóc w dobrym starcie na studiach.

Warsztaty mają charakter interaktywny i obejmują ćwiczenia w parach, zadania grupowe oraz gry sprzyjające współpracy, rozwijaniu umiejętności komunikacji i budowaniu relacji w grupie. Zajęcia prowadzone są przez trenerów z Centrum Pomocy Psychologicznej UW oraz trenerów z Biura Karier UW. Spotkania odbywają się w małych grupach (do 10 osób), co pozwala stworzyć przestrzeń sprzyjającą wymianie doświadczeń, wzmacnianiu poczucia przynależności do społeczności studenckiej oraz rozpoznawaniu własnych możliwości i kierunków rozwoju.

Warsztaty realizowane są w ciągu jednego dnia (6 godzin akademickich) na terenie poszczególnych jednostek dydaktycznych.

Termin realizacji: kwiecień – czerwiec 2026 r.



Fundusze Europejskie  
dla Rozwoju Społecznego



Rzeczypospolita  
Polska

Dofinansowane przez  
Unię Europejską

