

Paweł Tempczyk (www.paweltempczyk.eu)

10.09.1985

[ptempczyk@gmail.com/606632511](mailto:ptempczyk@gmail.com)

Wykształcenie

2004-2009

Uniwersytet Warszawski, Wydział Psychologii

Kierunek: **psychologia** (studia dzienne)

Specjalizacja: psychometria stosowana

Specjalizacja2: wspieranie rozwoju osobowości

2008-2010

Wyższa Szkoła Komunikowania i Mediów Społecznych

Kierunek: **aktorstwo** (studia dzienne)



Języki

angielski zaawansowany, **kilkuletnie doświadczenie w prowadzeniu zajęć po angielsku**

francuski średniozaawansowany

Doświadczenie w prowadzeniu warsztatów i innych form (wybrane):

- | | |
|-----------|--|
| 3.21-6.25 | Prowadzenie zajęć po angielsku i po polsku dla studentów Wydziału Psychologii Akademii Ekonomiczno Humanistycznej: Interpersonal Skills Training (30h x 7 grup), Basics of Training Skills (24 h x 3 grupy), Team Communication (30 h x 4 grupy), Self-presentation & Public Speaking (24h x 3 grupy), Trening asertywności i radzenia sobie ze stresem (24h x 2 grupy) |
| 4.25 | Przeprowadzenie po angielsku zajęć z autoprezentacji dla studentów Wydziału Prawa i Administracji UJ w ramach przygotowania do międzynarodowego konkursu IBA ICC MOOT COURT (24h) |
| 8-9.24 | Przygotowanie dwóch cykli webinarów dla lekarzy weterynarii na potrzeby platformy Vetadventures: Asertywność w pracy lekarza weterynarii (5h) oraz Podstawy psychologii w pracy lekarza weterynarii (5h) |
| 8.24 | Przeprowadzenie warsztatów Budowanie odporności psychicznej dla pracowników Ministerstwa Zdrowia (16h x 2 grupy) |

- 8.23 Współprowadzenie od strony umiejętności miękkich projektu **Seminar Social and Solidarity Economy** organizowanego przez francuską organizację AMSED w Strasburgu (8 dni)
- 9.22-5.23 Implementacja wiedzy psychologicznej do **projektu Idea+ - gry komputerowej** uwzględniającej psychologię (np. cechy osobowości zgodnie z Wielką Piątką) i mającej na celu rozwój psychologiczno-społeczny graczy
- 10-11.22 Współprowadzenie **sesji dialogowych** w gminie Łowicz w ramach projektu Uważni w rozmowie Fundacji Wspierania Dialogu "Rozmawiajmy" z grantu Funduszy Norweskich i EOG
- 10.21-7.22 Prowadzenie warsztatów po polsku dla studentów Wydziału Psychologii w Biznesie Wyższej Szkoły Bankowe w Warszawie: **Myślenie krytyczne w pracy psychologa** (16 h x 3 grupy), **Prezentacje i wystąpienia publiczne** (24h x 4 grupy)
- 4-5.21 Współorganizowanie oraz prowadzenie zajęć w ramach projektu **Intercultural Dialogue/ Dialogue Interculturel** francuskiej organizacji AMSED
- 2.20-12.20 Prowadzenie i organizowanie zajęć (**Mapy marzeń, Trening radzenia sobie ze stresem, Coaching kreatywności**) w ramach Stowarzyszenia Poczucia dzięki grantom z UM Dzielnicy Mokotów
- 6-12.19 Koordynacja, przygotowanie oraz współprowadzenie jako wiceprezes Stowarzyszenia Poczucia międzynarodowego treningu w Serocku **DEMOcrisis: Fostering Active Citizenship in Times of a Crisis** w ramach grantu z programu Erasmus Plus (7 dni)
- 9.16-6.17 Prowadzenie cyklicznych warsztatów rozwojowych dla pracowników firmy Mal-Win Bis (**Asertywność, Pozyskiwanie klientów, Technika mowy, Autoprezentacja** i in., każdy warsztat 4h)
- 3.11-12.12 Warsztaty w ramach Europejskiego Funduszu Społecznego - **Animator czasu wolnego** (w PCPR Nowy Dwór Mazowiecki), **Savoir-vivre** (MGOPS Drohiczyn) oraz **Autoprezentacja i savoir-vivre** (Collegium Civitas, Warszawa)
- 11.9-4.12 Bycie uczestnikiem, a potem asystentem Oksany Dąbrowskiej w **Interaktywnym Teatrze Procesu**, teatrze opartym o improwizację, dramę i psychodramę - prowadzenie zajęć oraz przygotowanie spektaklu
- 3-10.11 Organizowanie i prowadzenie otwartych warsztatów w Ośrodku Psychoterapii Dobra4 - różne tematy (m.in.. **Asertywność, Pozytywny obraz siebie, Technika mowy**)
- 7-8.10 Organizacja cyklu warsztatów "**Nie bądź letni w lato!**" w ramach grantu z Fundacji Kronenberga przy CITI Handlowym (Kreatywność/integracja, Autoprezentacja - pozytywny obraz siebie, Asertywność, Role grupowe, Sposoby nauki, Trening antystresowy, Autoprezentacja - technika mowy, Trening aktorski, Trening twórczości - tworzywo:reklama)

Ukończone kursy i szkolenia (wybrane):

4.13-8.25	Uczestnictwo w projektach unijnych (treningach, konferencjach, spotkaniach networkingowych oraz wymianach młodzieżowych), w ramach programów Youth, Youth in Action, Erasmus Plus i innych, m.in. XV Tool Fair w Portugalii, XVIII Tool Fair w Islandii, TC: Advocacy for youth policies w Belgii, Engage to shape! Structured dialogue w Grecji, Evaluation meeting (Youth in Action Programme) w Czarnogórze, YET – Youth Empowerment and Theatre w Hiszpanii, Le Pouvoir de l'Education Non-Formelle we Francji, Sustainability Academy: building Future(s) Scenarios! w Luksemburgu, Training Laboratory II: Designing Learning for Peace w Armenii, Hitchhikers Guide to the Digital Galaxy w Gruzji, Re-Thinking Leadership w Słowenii
9.24	Szkolenie moderatora Design Thinking - Brainwave (24h)
10-11.18	Kurs diagnostów PERSO.IN - Daniel Rydel (24h)
4-12.13	Coaching grupowy - Grupa TROP (100h)
9.13	Kurs liderów jogi śmiechu - Laughter Yoga International (16h)
3-10.12	Kurs delfinoterapeutów - Fundacja "Dobra Wioska" (100h)
10.9	Trening interpersonalny - Grupa Training & Consulting (40h)
9.9	Kurs liderów organizacji pozarządowych - Polskie Stowarzyszenie Studentów i
9.9	Kurs dramy - Stowarzyszenie STOP-KLATKA (30h)
2006-2008	Dwuletnie Studio Teatralne Tomka Zadróżnego

Rekomendacje z przeprowadzonych warsztatów (wybrane):

Fundacja Wspierania Dialogu "Rozmawiajmy" - współpraca:

<https://www.paweltempczyk.eu/wp-content/uploads/2025/07/Rekomendacja-Pawel-PL-scaled.jpg>

Prowadzeni Słowami - warsztat z autoprezentacji dla studentów WPIA UJ:

<https://www.paweltempczyk.eu/wp-content/uploads/2025/05/Referencje-Pomiedzy-Slowami-warsztat-Autoprezentacja-724x1024.jpg>

Kancelaria PROGRESSIO - warsztaty Budowanie odporności psychicznej dla pracowników MZ:

<https://www.paweltempczyk.eu/wp-content/uploads/2024/09/REFERENCJE-Budowanie-odpornosci-psychicznej-scaled.jpg>

Akademia Ekonomiczno-Humanistyczna - prowadzenie warsztatów:

https://www.paweltempczyk.eu/wp-content/uploads/2023/05/papier-firmowy_PTtempczyk.jpg

Biblioteka Śląska - współprowadzenie webinaru "Niepewność, lęk, złość":

<https://www.paweltempczyk.eu/wp-content/uploads/2022/06/Referencje-Mental-Health-at-work.jpg>

AMSED - przeprowadzenie webinaru "The impact of the health crisis on youth":

<https://www.paweltempczyk.eu/wp-content/uploads/2021/08/Rekomendacja-AMSED-scaled.jpg>

Red8 Events - prowadzenie sesji jogi śmiechu w ramach eventu Wielkie Śniadanie Nutelli:

<https://www.paweltempczyk.eu/wp-content/uploads/2021/08/2014-Red8Events-Joga-smiechu.jpg>

Grupa TROP - przeprowadzenie Treningu motywacyjnego w ramach kursu coachingu grupowego:

<https://www.paweltempczyk.eu/wp-content/uploads/2021/08/2013-Grupa-TROP-Coaching-grupowy-trening-motywacyjny.jpg>