

TMD - Trénink měkkých dovedností (soft skills)

Seberozvojový seminář

Vyučující Mgr. Zdeněk Šturma



Soft skills – dovednosti, které tě škola obvykle nenaučí

Umíš mluvit před lidmi bez stresu? Domluvit se v týmu, obhájit svůj názor nebo si lépe zorganizovat čas? Právě na to je zaměřený seminář Soft skills. Nečekej frontální výuku ani biflování – většinu času budeme pracovat prakticky: diskutovat, řešit reálné situace, zkusit si komunikaci, spolupráci i vystupování nanečisto.

Seminář ti pomůže lépe poznat sám sebe, zjistit, v čem jsi silný/á a na čem má smysl zapracovat. Získáš dovednosti, které se hodí nejen do školy, ale i na vysokou, na brigády, do práce i do běžného života. Naučíš se lépe zvládat stres, plánovat si čas a fungovat v kolektivu bez zbytečných konfliktů.

V semináři budeme pracovat na týmových projektech, naučíme se poskytovat si navzájem zpětnou vazbu, budeme rozvíjet prezentační dovednosti. Dozvíme se, co všechno o nás prozrazuje naše tělo, budeme rozvíjet empatii, sebereflexi a strategické myšlení. Zúčastníme se několika seberozvojových workshopů. Hodnotí se aktivní přístup a účast na semináři.