



Poradenské a kariérní
centrum VŠPJ



Vysoká škola
polytechnická
Jihlava

KONEC PROKRASTINACE:

Ing. Lukáš Hána,
GrowJOB Institut

VĚCI, KTERÉ
BYCH MĚL
DĚLAT

VĚCI, KTERÉ
BYCH CHTĚL
DĚLAT

VĚCI, KTERÉ
DĚLÁM KDYŽ
PROKRASTINUJI

Jak si poručit a poslechnout se?

Znáte ten pocit, když přesně víte, co máte udělat, ale přesto to neuděláte?

Stává se vám, že si poručíte, ale neposlechnete se?

Bojujete s odporem začít pracovat na některých úkolech?

Máte potíže pustit se hned do práce a často věci odkládáte?



23. března 2018 od 9 do 12 hodin



učebna U9



KAPACITA: 20 účastníků



REGISTRACE: <http://bit.ly/2Fz47NV>



NA SEMINÁŘI SE DOZVÍTE:

- Jak funguje náš mozek z pohledu motivace, sebeovládání, vůle a prokrastinace.
- Jak zvýšit svojí vnitřní motivaci do práce.
- Jak si organizovat čas a úkoly tak, abychom se vyhnuli rozhodovací paralýze a soustředili se.
- Jak vytvořit pozitivní návyky a zbavit se těch negativních.
- Jak se naučit vědomě opouštět komfortní zónu a překonávat sami sebe.



KONTAKT

**Poradenské a kariérní centrum
VŠPJ**

Bc. Simona Mertlová

Tel.: 567 141 104

Email: poradce@vspj.cz



EVROPSKÁ UNIE
Evropské strukturální a investiční fondy
Operační program Výzkum, vývoj a vzdělávání



MINISTERSTVO ŠKOLSTVÍ,
MLÁDEŽE A TĚLOVÝCHOVY