

Semináře na téma „Sebepoznání a kariéra“

1. Název: Moje pracovní hodnoty a silné stránky (1. 11. 2018; 16:30-19:30, místnost: RB 359)

Účastníci dostanou aktuální pohled na to, co je zásadní pro jejich dobré pracovní uplatnění v dynamicky se měnícím světě. Seznámí se s konceptem silných stránek a naučeného chování, vycházejícího z přístupu Oceňujícího ptaní a také s konceptem optimálního prožívání FLOW a jeho uplatněním v pracovní oblasti. Při sdílení a v rámci aktivit budou hledat svoje silné stránky, na kterých mohou stavět svoji úspěšnou pracovní kariéru. S pomocí lektora si také najdou a pojmenují co je důležité pro jejich spokojenost a úspěch v pracovní oblasti.

[Registrace na akci](#)

2. Název: Můj kariérní plán a úspěch (8. 11. 2018; 16:30-19:30, místnost: RB 359)

Na semináři si účastníci nejprve připomenou výstupy z předchozího semináře, které vytvářejí jejich osobní konkurenční výhodu. Následně se podívají na svoji budoucí práci z různých perspektiv, což jim umožní vytvořit si konkrétnější představu o tom, jaká práce by jim v budoucnu mohla vyhovovat. Dostanou možnost vybrat si s konkrétních atributů pracovních pozic i pracovní náplně a sestavit si tak svůj optimální pracovní rámec. Seznámí se s technikou vizualizace, která jim pomůže ověřit, zda jim jejich představy opravdu vyhovují. Na základě toho budou hledat konkrétní plán, milníky a praktické kroky, které povedou k úspěšnému začátku jejich budoucí pracovní dráhy.

[Registrace na akci](#)

Lektor: Lukáš Kučera

Původně vystudoval Fakultu jadernou a fyzikálně inženýrskou na ČVUT a tomuto oboru se dále nevěnoval, což je jeden z důvodů proč se věnuje kariérnímu poradenství. V tom vidí cestu, jak lidem pomoci včas si uvědomit své silné stránky a motivace a postavit na nich úspěšnou a spokojenou kariéru. Po škole tři roky vedl Kariérní centrum ČVUT. Doplnil si vzdělání v oblasti kariérního poradenství mimo jiné distančním kurzem na Stockholmské univerzitě, švýcarským přístupem mapování kompetencí CH-Q, koučovací přístupem či oceňujícím ptaním (Appreciative inquiry). Kromě toho má za sebou již 12 let organizování zážitkových a rozvojových akcí, tříletý výcvik Somatic Experience pro práci se stresem a traumatickými zážitky a první rok výcviku integrativní psychoterapie se zaměřením na tělo. V současné době působí jako lektor, facilitátor, kariérní poradce a průvodce osobním rozvojem na volné noze a ve vzdělávací společnosti Edutica.