

Sesja szybko i bezboleśnie

Koło Naukowe Zarządzanie Zasobami Ludzkimi *Experience* już po raz drugi postanowiło pomóc studentom przygotować się do trudnych dni zaliczeń i egzaminów. W ramach kolejnej edycji projektu *Sesja szybko i bezboleśnie* zorganizowano osiem warsztatów. Każdy pozwalał dowiedzieć się czegoś nowego o tym, jak radzić sobie z własną naturą, czy też z pozoru obiektywnymi trudnościami.

Firma Master Mind Training radziła, jak mądrze korzystać z relaksacji. *Nie taki diabeł straszny...* – przekonywała mgr Joanna Sztobryn – Giercuskiewicz – i tłumaczyła jak sprawić, by stres stał się sprzymierzeńcem, a nie wrogiem. Tych, którzy spóźniają się na zajęcia lub nie oddają projektów w terminie szkolili z zarządzania czasem dr Jarosław Piotr Lenzion oraz mgr Anna Walecka. Ważne dla rozwoju osobowości, choć trochę obok sesyjnej tematyki, były wystąpienia poświęcone planowaniu swojej kariery, pokazujące jak skutecznie kształtować siebie i rozwijać własne umiejętności (mgr Izabela Pilżys z firmy HR Partners). Mówiono o istotnej w osiągnięciu sukcesu sztuce automotywacji (Anna Okrassa oraz Michał Szczepanik), czy też o szybkiej nauce i skutecznych technikach pamięciowych (firma Dura Training).

Pod hasłem *Stań przed tłumem i zrób show* firma Eternal poprowadziła szkolenie z autoprezentacji. Projekt przygotowany przez Koło *Experience* cieszył się dużym zainteresowaniem zarówno studentów Politechniki Łódzkiej jak i Uniwersytetu Łódzkiego. Jego III edycja odbędzie się dopiero za rok, ale już teraz w ofercie naszego Koła można znaleźć wiele innych równie ciekawych propozycji.

Autor: Wioleta Klimczak

Źródło: Politechnika Łódzka, „Życie Uczelni” Nr 103, marzec 2008 r.