



evropský
sociální
fond v ČR



EVROPSKÁ UNIE



MINISTERSTVO ŠKOLSTVÍ,
MLÁDEŽE A TĚLOVÝCHOVY



INVESTICE DO ROZVOJE VZDĚLÁVÁNÍ

PRACOVNÍ LIST 5 – JEDNÁNÍ A VYJEDNÁVÁNÍ

1. Vytvořte svůj autoportrét (Jak vidíte sami sebe?)

Vynikám v:

Moje dobré vlastnosti:

Co chci na sobě změnit:

Vztah k sobě samému:

Vztah k druhým:

Znalost cizích jazyků:

Schopnosti, talent:

2. Vyjádřete pozitivně:

a) Dnes mám poslední den dovolené, zítra musím do práce.

.....

b) Teď to nemohu vyřídit, nemám čas.

.....

c) S tím se nedá nic dělat.

.....

3. Každý den si udělejte chvilku času a odpovězte si na otázky:

1) Jaká tři pozitiva mi dnešek přinesl?

2) Co se mi dnes povedlo?

3) Jaké nové poznatky a zkušenosti jsem získal/-a?

4) Kdo nebo co mě dnes rozesmálo nebo mile překvapilo?

5) Jak mohu pozitivně využít nějaký dnešní neúspěch?

4. Doplňte co nejrychleji začátky vět:

a) Umím velmi dobře

b) Umím velmi dobře.....

c) Umím velmi dobře

d) Umím velmi dobře

e) Umím velmi dobře

(zdroj: Jaroslav Štěpaník: Umění jednat s lidmi)

Název projektu:	Efektivní komunikace – cesta k úspěchu
Registrační číslo:	CZ.1.07/3.2.06/01.0015

Evropská obchodní akademie, Děčín I., Komenského náměstí 2, příspěvková organizace