

SOS – semestrální práce

1. Sociální role

- 5 až 7 sociálních rolí, které zastávám
- U každé z nich odpovědět na otázku: Co mě na té roli baví, co mě naplňuje?
- Identifikovat společné jmenovatele

2. Osobní vztahy

- Vyplněný dotazník
- Reflexe výsledků

3. Johariho okno

- Vyplněné Johariho okno
- Reflexe odpovědí od druhých lidí

4. Cíle

- vytvořit seznam svých krátkodobých, střednědobých a dlouhodobých (během života) cílů, celkem min. 6 cílů, v každé kategorii min. 1 cíl
- vybrat si jeden z cílů a rozpracovat ho pomocí myšlenkové mapy

5. Závěrečná reflexe

- 3 odstavce odpovídající na následující otázky:
 - V jakých oblastech jsem během uplynulého semestru učinil pokrok a jak se to konkrétně projevuje?
 - Jak se mně dařilo pracovat na osobnostním rozvoji v oblastech, které jsem si stanovil na konci předchozího semestru?
 - V jakých oblastech osobnostního rozvoje bych na sobě chtěl pracovat, čeho bych chtěl dosáhnout a v jakém časovém horizontu?

Forma:

- odevzdání ve fyzické podobě v rychlovazači
- texty, odpovědi na otázky, seznamy a tabulky psát na PC, myšlenkové mapy dle vlastní volby na PC (aplikace na vytváření myšlenkových map) nebo ručně