**Vabilo na predavanje za starše, skrbnike in zaposlene**

V sredo, 28. 2. 2024, Vas vabimo na predavanje z naslovom »**Dejavniki uspeha pri delu in v življenju«.** Predaval bo prof. dr. **Matej Tušak**, dipl. psih.

**Predavanje bo potekalo ob 18.00** **v telovadnici OŠ Draga Bajca Vipava in je namenjeno vsem staršem, skrbnikom in zaposlenim.**

*Prof. dr.****Matej Tušak****, dipl. psih. je zaposlen na Fakulteti za šport. Poleg pedagoškega dela aktivno sodeluje na Inštitutu za šport v procesu psihične priprave vrhunskih slovenskih športnikov. V zadnjih 30 letih je bil psiholog večine slovenskih športnih reprezentanc in mnogih znanih slovenskih športnikov, nosilcev medalj na EP, SP in OI. Je tudi predavatelj in svetovalec v mnogih domačih in tujih podjetjih, svetuje upravam in managerjem podjetij, je član mednarodnega teama za promocijo zdravja na delovnem mestu, sodeluje pri sanaciji slovenskih bolnišnic, sodeluje z ameriško Mayo kliniko in raziskuje šport, zdravje in psihologijo, izvaja coachinge in druge oblike psihoterapije in svetovanja.*

**Kratka predstavitev predavanja**

Na predavanju se bomo sprehodili skozi dejavnike, ki determinirajo našo uspešnost.

Govorili bomo o motivaciji, postavljanju ciljev, notranjem lokusu kontrole (iskanju vzrokov pri sebi in ne zunaj sebe), samomotivaciji, pomenu razvijanja vztrajnosti in samodiscipline.

Spoznali bomo tudi vlogo timskega dela, komunikacijskih spretnosti ter vodenja. Razmišljali bomo o odgovornosti in zaupanju v timu.

Spoznali bomo, da so najboljši dobri v stresnih situacijah oz. takrat, ko je najtežje, in da je zato potrebno razvijati tudi visoko stopnjo samokontrole.

Skozi zgodbe naših in tujih športnikov bomo spoznali, kaj dela uspešne ljudi drugačne od povprečnih. Njihove zgodbe bodo ilustrirale pot do uspeha in skušale navdihniti nas vse, da smo jim podobni.

Lepo vabljeni.