



- **Krytyczne myślenie w praktyce – jak rozwijać kompetencję XXI wieku?**
 - Krytyczne myślenie kompetencją XXI wieku
 - Błędy intelektualne, które popełnia na co dzień twój mózg
 - Praktyczne sposoby rozwoju krytycznego myślenia
 - Trening myślenia na przykładach
- **Wzmacnianie odporności psychicznej – jak radzić sobie z trudnościami?**
 - Czym naprawdę jest odporność psychiczna i od czego zależy?
 - Poznaj 4 filary kształtowania się odporności psychicznej
 - Czym jest zdrowe myślenie i jak je rozwijać?
 - Praktyczne techniki rozwijania odporności psychicznej
- **Hakowanie mózgu: czyli o tym jak się uczyć szybko i skutecznie**
 - Dlaczego wiedza na temat tego jak się uczyć to prawdziwy game changer?
 - Jakie są twoje indywidualne preferencje dotyczące uczenia się?
 - Nigdy więcej uczenia na pamięć: poznaj skuteczne metody przyswajania wiedzy
 - A co robić gdy się nie chce? – czyli jak zrozumieć i poskromić prokrastynację
- **Mniej stresu, więcej mocy: poznaj strategię radzenia sobie z trudnościami**
 - Czym naprawdę jest stres oraz dlaczego i po co go odczuwamy?
 - Odkryj swój styl radzenia sobie ze stresem
 - Praktyczne sposoby radzenia sobie ze stresem przewlekłym
 - Techniki opanowywania stresu – tu i teraz
- **Jak zmobilizować się do działania – czyli samodyscyplina w praktyce**
 - Czym jest motywacja, a czym samodyscyplina i co na nie wpływa?
 - Błędy, które sprawiają, że nie wykonujesz swojego planu
 - Złote zasady skutecznego planowania i rzeczywistego działania
 - Sposoby rozwijania samodyscypliny – bez względu na to, czy masz motywację, czy nie
- **Włącz kreatywność! Pomysły, które zmieniają zasady gry**
 - Kreatywność: wielkie pomysły a życie codzienne
 - Od czego zależy rozwój kreatywnego myślenia?
 - Praktyczne techniki rozwijania kreatywności
 - Pomysły nie z tej ziemi – czyli trenuj giętkość i oryginalność myślenia
- **Gadu-Gadu 2.0: czyli pogadajmy o tym, jak się dogadać.**
 - Tajniki skutecznej komunikacji werbalnej i niewerbalnej
 - O asertywności, czyli jak być w porządku w stosunku do siebie i innych?
 - Poznaj swój styl radzenia sobie z konfliktem.
 - Jak gasić pożary i umacniać relacje? – sposoby i korzyści płynące z konstruktywnego konfliktu

Projekt „TalentON 2 – opracowanie standardu diagnozy psychologiczno-pedagogicznej ucznia zdolnego”, realizowany przez Fundację Polskiej Akademii Nauk, jest dofinansowany ze środków budżetu państwa w ramach programu Ministra Edukacji i Nauki pod nazwą „Nauka dla Społeczeństwa II”. Umowa o realizację nr NdS-II/SN/0071/2023/01 z dnia 08.12.2023 r.