

Majine skúsenosti s kurzom Essence+:

O kurze: Intenzívne, radostné, plné smiechu, nečakané od prvého momentu, stretnutie s veľmi blízkymi ľuďmi, komunikácia na mnohých úrovniach, posunutie dôvery a závislosti za osobné hranice a objavenie nových a vyšších základov prepojenia s ľuďmi a tímom.

Keď som na stene videla plán nášho týždňa, môj prvý dojem nebol veľmi šťastný. Niektoré veci sa mi nepáčili, napríklad zmienka o "komfortnej zóne", hm, to nemá nikto rád 😊, alebo niečo, čo sa volá "zasvätenie", čo to, do čerta, nie ja!

Takže posúvanie hraníc mojej komfortnej zóny bolo veľmi príjemné, ľahké a takmer pohodlné, pretože sme si v skupine za veľmi krátky čas vybudovali veľmi silné spojenie a vzájomnú dôveru vďaka teambuildingovým aktivitám, ktoré boli zábavné, hravé, príjemné a zároveň náročné, pútavé a na tento účel šikovne vybrané.

"Testovanie" tímu v teréne na expedícii bolo zábavné a úspešné, hoci trochu vyčerpávajúce a pre niektorých členov tímu možno až príliš. Kíby a kolená ma po tomto cvičení boleli ešte asi mesiac 😊.

Páčilo sa mi lezenie na vysokých lanových prvkoch, najmä na Jakubovom rebríku a bola som sama zo seba veľmi prekvapená, pretože, úplne pravdupovediac, nemám rada výšky a nikdy v živote som nemala chuť skúšať liezť na čokoľvek, vrátane stromov v záhrade 😊.

Výsledky vzdelávania: Po návrate domov som mala mesiac na dokončenie a naplnenie projektovej žiadosti Erasmus+ s dvoma partnermi, ktorú sme začali realizovať už pred časom, a ja som statočne prevzala zodpovednosť a vedenie a odvedli sme skvelú prácu. Teraz čakáme na výsledky, ale proces spolupráce počas tohto mesiaca bol pre mňa veľmi jednoduchý a sebavedomý, bez akéhokoľvek stresu, za čo vďačím priamo kurzu Essence+.

Celkovo mám pocit, že som vďaka tomuto kurzu veľmi vyrástla a teším sa na ďalšie stretnutia a učenie sa od vás 😊.