V ramci projektu Sme privetivi, pozývame Vás a Vašich kolegov na marcové podujatie Online vzdelávania. Nižšie nájdete všetky potrebné informácie o podujatí, aj sli.do link.

Téma: **SAMOTA VERZUS OSAMELOSŤ - HRANICA MEDZI SLOBODOU A IZOLÁCIOU**
Prečo sa v dobe prepojených technológií cíti čoraz viac ľudí osamelo. Kde leží hranica medzi potrebou samoty a pocitom izolácie.

Termín: **26. marec 2026 o 10:00**
Link: https://app.sli.do/event/pziNdVGYrmaYH7nqNdRU49 (použite prosím názov firmy ako login, sli.do podujatie nájdete aj pod #liga)
Diskutujúci:

- **Timea Keresztényiová** - moderátorka
- **Peter Sunyík** - psychológ a psychoterapeut

Program v detaile:

10:00 – 10:25 | Sloboda alebo ticho, ktoré bolí?

- Kedy je samota vedomou voľbou a zdrojom slobody – a kedy sa mení na nechcenú osamelosť
- Aké signály nám napovedajú, že už nejde o zdravú samotu, ale o izoláciu
- Môže byť človek osamelý aj uprostred ľudí? Čo mu vtedy chýba?
- Je schopnosť byť sám so sebou dnes oslabená alebo posilnená moderným životom?

10:25 – 10:50 | Prepojení nonstop. Spojení naozaj?

- Prečo sa v dobe neustáleho online spojenia cíti čoraz viac ľudí osamelo
- Ako je možné, že sa človek cíti izolovane aj v silnom tíme alebo veľkej firme
- Nahrádzajú digitálne interakcie skutočné vzťahy, alebo ich len dopĺňajú?
- Je remote práca (práca na diaľku) viac oslobodzujúca alebo izolujúca?

10:50 – 11:15 | Tím bez tlaku: vzťahy, ktoré fungujú

- Ako môže firma podporovať zdravé sociálne väzby bez vytvárania povinného „teambuildingového“ tlaku
- Aký je rozdiel medzi autentickou komunitou a formálnou firemnou kultúrou
- Ako môže líder rozpoznať, že niekto v tíme prežíva izoláciu, hoci podáva výkon
- Ako nastaviť pracovné prostredie tak, aby rešpektovalo potrebu samoty aj potrebu spojenia

Prenos bude realizovaný technicky cez kombináciu sli.do a Vimeo stream.

Linky na nahrávky pre tých z Vašich kolegov, ktorí sa nebudú môcť zúčastniť vo štvrtok, budeme zasielať po diskusii. Chceme Vás poprosiť o spropagovanie podujatia Vašimi internými komunikačnými kanálmi a tešíme sa na Vašu aktívnu účasť.