**Tipy studentům, jak se o prázdninách vyhnout prokrastinaci**

**PRAHA, 20. ČERVENCE 2021 – Placená brigáda, stáž ve firmě nebo jazykový kurz zdarma? Možností, jak efektivně strávit prázdniny, je víc a na rozdíl od předešlých roků je i během léta stále z čeho vybírat.**

Uplatnění absolventů ve většině oborů epidemická situace výrazně neovlivnila. „Stále platí, že student, který se už během školy rozvíjel nejen v oborových, ale i mezioborových dovednostech, soft skills, má zkušenosti z brigád, stáží, různých trainee programů, realizoval vlastní projekty nebo třeba dobrovolničil, má na pracovním trhu vyšší hodnotu než jeho konkurenti. Příležitostí je dost, ale tím bych se rozhodně nenechala ukolébat. Lidé, kteří na sobě profesně pracují, průběžně si zvyšují nebo prohlubují svoji kvalifikaci, budou mít vždy větší možnosti výběru, ať je krize, nebo ne. Jak potvrzují data z celého světa, ekonomické krize a výkyvy na trhu práce vždy nejvíc dopadají na lidi s nejnižší úrovní vzdělání,“ popsala kariérová poradkyně v programu Samsung Tvoje šance #futureskills Petra Drahoňovská.

Pracovní trh se po turbulencích v minulém roce stabilizoval a absolventům a studentům je otevřený. „Firmy ve většině odvětví nabírají nové lidi téměř stejně jako v době před pandemií, zvlášť v technických oborech trvale převyšuje poptávka firem nad nabídkou uchazečů a s létem přichází další příležitosti sezónních prací. V oborech nejvíc zasažených covidem, jako gastro, cestovní ruch nebo kultura, se podniky sice stále nedostaly na svá původní business čísla a vracet se zatím nechtějí ani původní pracovníci, kteří našli své jistoty jinde, ale pro absolventy to naopak znamená menší konkurenci a šanci na lepší uplatnění než za obvyklých podmínek,“ míní kariérová poradkyně.

Rok s covidem posílil možnosti neformálního vzdělávání v on-line prostředí. K mání je řada jazykových kurzů, dovednostních webinářů a workshopů zdarma. Mezi mladými jsou pak oblíbené tábory, horské túry, cestování a chaty s přáteli. „V rámci programu Tvoje Šance #futureskills se dvakrát sejdeme na několik workshopových dní v Praze. S kamarády poprvé vyrážíme na společnou zahraniční dovolenou. Kromě rodinné dovolené a atletického soustředění se pokusím najít krátkodobý zahraniční kurz pro aktivní mladé lidi. Na cestách bych chtěl absolvovat několik online kurzů, kontaktovat a potkávat inspirativní lidi a přečíst pár knih. Také se budu věnovat brigádě a hledání bydlení v Praze,“ vyjmenoval dvacetiletý Ondřej.

Stejně nabitý prázdninový itinerář mají i jeho další kolegové z rozvojového programu Samsung Tvoje šance #futureskills. Všichni se shodují, že po dlouhých měsících „v on-linu“ se těší na společné setkávání a kontakty. Prázdniny považují za ideální dobu, kdy hledat a zkoušet nové příležitosti, nebát se vystoupit ze svých každodenních stereotypů a zábavnou formou si zdokonalit své dovednosti například v oblasti IT nebo jazycích. Pár tipů, jak nezahálet a využít volný čas efektivně, mají i pro ostatní studenty.

1. **Stáž ve vybrané firmě**

Brigáda nebo stáž ve firmě je pro většinu studentů cennou pracovní zkušeností. Zjistí, co která pozice obnáší, a leckdy odhalí, že vlastní představy o vysněné práci se od reality mohou lišit. Poznatky z praxe pak bývají určujícím faktorem při výběru profesního zaměření. „Oproti minulým generacím máme dnes velkou výhodu v množství příležitostí a informací, které se nám nabízejí. Stejně důležité je ale i správné rozhodnutí, jakou aktivitou se ve svém omezeném čase zabývat. Nedávno jsem získal placenou stáž na pozici webdevelopera a marketéra. Jako dobrovolník se o prázdninách chystám pomáhat vícero firmám s tvorbou webových stránek a také si už definitivně vybrat vysokou školu,“ popsal 19letý Richard.

1. **On-line kurzy zdarma**

Snadno dostupné jsou různé kurzy, přednášky a webináře v on-line prostředí. Na serverech jako seduo.cz, grow.google/intl/cz nebo coursera.org naleznou zájemci o neformální vzdělávání nespočet videí v češtině i angličtině. Díky nim je možné rozšířit si znalosti z managementu, IT, marketingu, posílit měkké dovednosti, zdokonalit jazyky a mnoho dalšího. Nabídka témat je široká a každý student si v ní najde to, co ho baví. „Mám v plánu absolvovat několik kurzů na vzdělávací platformě Learn2Code. Ráda bych se mimo jiné zaměřila na své znalosti němčiny, protože je budu v nastávajícím akademickém roku potřebovat,“ svěřila se 18letá Eliška.

1. **Četba rozvojových knih**

Knihy má s dovolenými spjaty i většina dospělých. Zpříjemňují chvíle v letadle, autobuse, při lenošení na pláži nebo na chatě. Autobiografie úspěšných osobností z oboru bývají čtivou oddechovkou a mladým čtenářům mohou přinést hodně poučení a „aha momentů“. „Prázdniny na střední jsou sice chvilkou odpočinku, ale dají se skvěle využít ke vzdělávání a objevování nového. Doporučuji číst, dokud je čas a není potřeba číst povinnou četbu,“ míní 19letý Adam. Podle jeho kamaráda Ondřeje vypadají každého prázdniny jinak - někdo je stráví cestováním, někdo zase prací na brigádě, někdo čte, ale vždycky se dá rozvíjet v tom, na čem člověku záleží. „Možností je spousta - od on-line kurzů přes zahraniční výjezdy až po naučné knihy. Neváhejte kontaktovat lidi, kteří vás inspirují. Pár rozhovorů s takovými lidmi vás může nasměrovat na zajímavou cestu. Nechte se inspirovat a zkoušejte nové věci,“ shrnul za všechny účastníky rozvojového programu Samsung Tvoje šance #futureskills Ondřej.

**KONTAKT PRO MÉDIA:**

**Mgr. Eliška Crkovská\_mediální konzultant**

****

**+420 605 218 549,** [**eliska@pearmedia.cz**](mailto:eliska@pearmedia.cz)

**SAMSUNG TVOJE ŠANCE #FUTURESKILLS,** [**tvojesancefutureskills**](https://www.samsungtvojesancefutureskills.cz/#home)

Program Samsung Tvoje šance #FUTURESKILLS iniciátora Samsung Electronics Czech and Slovak, s. r. o., má za cíl připravit mladé lidi na změny na trhu práce a naučit je dovednosti, které jim otevřou možnosti pro lepší uplatnění v jakékoli profesi. Po úspěšné realizaci dvou ročníků Samsung Tvoje šance, které v letech 2018 a 2019 podpořily nastartování kariéry 21 znevýhodněným dětem, se nový program Samsung Tvoje šance #FUTURESKILLS rozhodl oslovit všechny mladé lidi bez ohledu na jejich zázemí a rodinnou situaci, aby jim pomohl v rozvoji dovedností budoucnosti.

Realizátorem druhého ročníku programu Tvoje šance #FUTURESKILLS je Institut kariéry a rozvoje, z. s., jehož zájmem je mimo jiné medializovat problematiku vědomé volby kariéry a motivovat mladé lidi k výběru budoucího zaměstnavatele na základě osobních hodnot.