



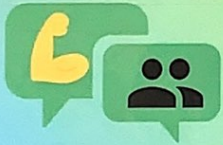
# SOFT SKILLS

## QUÈ SÓN?

Són una combinació d'activitats interpersonals, socials, de comunicació. També, estan relacionades amb el caràcter i la personalitat.

## QUINES TREBALLEM?

Autoconeixement  
Empatia  
Comunicació  
Empoderament



## PERQUÈ SÓN IMPORTANTS?

Juguen un paper important en la creació de la personalitat d'una persona i complementen les habilitats dures (hard skills), que són necessàries pel món laboral i acadèmic.

Ens ajuden a conèixer qui som i saber com millorar les nostres actituds, les nostres reaccions, el saber estar...

## AUTOCONEIXEMENT

L'autoconeixement és el procés de reflexió que ens permet reunir i recopilar informació útil sobre nosaltres mateixos: com som, què ens agrada, quines coses sabem fer i en quines tenim més dificultat, com ens relacionem amb els altres i amb l'entorn, com reaccionem davant de diferents situacions...



L'autoconeixement, per tant, implica definir-se en funció d'uns valors, uns gustos, unes virtuts, uns defectes, unes relacions i una experiència prèvia.

POSITIVE  
VIBES

Es desenvolupa pensant sobre la nostra pròpia vida.