

Educa Week na TUL: Petr Ludwig a »Kovy«

3.10.2025 - Adam Pluhař | Technická univerzita v Liberci

O spokojenosti uprostřed chaosu, stresu i emočně vypjatých situací i o tom, zda technologie ovládáme my, nebo ony nás, budou na TUL v rámci akce Educa Week mluvit ve dvou exkluzivních přednáškách Petr Ludwig a Karel Kovář Kovy.

Petr Ludwig: Spokojenost je volba

Petr Ludwig, autor bestselleru Konec prokrastinace, který byl přeložen do více než 20 jazyků, přijíždí na TUL s přednáškou o tom, jak se obrnit proti negativitě, skepsi a rezignovanosti a jak nalézt cestu k větší každodenní spokojenosti.

Účastníci přednášky si odnesou konkrétní metody, jak zvládat emočně náročné situace a jak se naučit krok po kroku nastavit životní styl, který přináší větší klid a radost. *„V dnešní době jsme denně vystaveni nepřehlednému množství informací, negativním zprávám a stresovým podnětům. Do toho nám algoritmy sociálních sítí servírují obsah, který nám vyplavuje takzvaný ‚levný dopamin‘. Více než kdy jindy je proto potřeba naučit se zklidnit svoji mysl a reagovat na podněty více vědomě,“* upozorňuje Petr Ludwig a dodává: *„Dobrá zpráva však je, že náš mozek je takzvaně neuroplastický a jeho podvědomé vzorce se dají postupně změnit. Optimismus a pesimismus je naučitelný. Smyslem školení je předat metody tréninku optimistického životního stylu. Účastníci si odnášejí konkrétní postupy, jak zvládat emočně náročné stresové situace a jak dlouhodobě zvyšovat svoji každodenní spokojenost.“*

Petr Ludwig je zakladatelem společnosti Procrastination.com, která pomáhá lidem i firmám růst díky poznatkům z neurovědy a behaviorální ekonomie. Vystupuje na světových konferencích, inspiruje manažery i studenty a ukazuje, že optimismus i odolnost vůči negativitě se dají trénovat.

7. října | 18:00 | Aula TUL, budova G, Univerzitní náměstí 1410/1

Vstupenky

Studující Technické univerzity v Liberci mají zvýhodněné vstupné. Vstupenky pro studenty TUL budou kontrolovány při vstupu na akci (ISIC, potvrzení o studiu, atd...)

Karel Kovář »Kovy«: V zajetí algoritmu

Přichází doba nástrojů, které budou používat nás? Jak sociální sítě mění naši pozornost, naše vztahy – a možná i samotnou společnost? Karel Kovář »Kovy«, jeden z nejvýraznějších českých influencerů a tvůrců obsahu, nás vezme do zákulisí digitálního světa, kde hlavní slovo mají algoritmy.

Z pozice tvůrce obsahu i uživatele prožil Kovy vývoj platform a sítí z první ruky. Jakou proměnu vidí? *„Sociálními sítěmi jsme se v průběhu let proswipovali k algoritmicky řazeným nekonečným feedům. Kontrola nad tím, co a v jakém množství konzumujeme, je stále vzácnější. Člověk o tuto kontrolu musí bojovat,“* říká Kovy.

Kromě pár tipů na to, jak vést tento boj vědomě a úspěšněji, se zamyslíme i nad tím, zda se s nástupem AI revoluce nedostáváme do doby nástrojů, které budou používat nás. Jak sociální sítě společnost proměňují? Proč je kontrola, stejně jako emoční i společenská stabilita stále vzácnější? Stojí v pozadí behaviorální algoritmy sítí, lockdownová disrupce normality, nebo jen „tradičně“ se

kývající kyvadlo dějin? Pojďme se nad tím zamyslet společně!

Karel Kovář alias KOVY je jeden z nejvýraznějších představitelů české YouTube scény, který dokáže oslovit široké publikum aktuálními společenskými tématy, kterým se jiní spíše vyhýbají. Na svém Youtube kanále má více než 933 tisíc odběratelů a už dávno ho nesledují jen děti. Je také moderátorem diskuzního pořadu V centru Televize Seznam.

8. října | 18:00 | Aula TUL, budova G, Univerzitní náměstí 1410/1

Vstupenky

Studenti TUL mají zvýhodněné vstupné (kontrola při vstupu - ISIC, potvrzení o studiu apod.).

Přednáška trvá cca 40 minut, následovat bude až 50 minut otevřené debaty na různá témata, která budou účastníky zajímat.

TUL bude na veletrhu Educa

Pro letošní maturanty, kteří hledají tu správnou školu bude Technická univerzita v Liberci k dispozici na tradičním veletrhu vzdělávání a práce Educa Expo v Home Credit Areně. Přijďte k našemu stánku zjistit, co vše u nás můžete studovat a nechte se navést na celouniverzitní den otevřených dveří nebo se zeptejte na vše, co vás ohledně studia na TUL zajímá. V aréně pro vás budeme od čtvrtka 9. října až do soboty 11. října. Vždy od 9 hodin. Těšíme se na vás!

Kompletní program Educa Week.

- ad -

<https://tuni.tul.cz/a/educa-week-na-tul-petr-ludwig-a-kovy--163945.html>