



# PORTFOLIO RAZVOJNIH PROGRAMA

Jaka Lounge Human Capital



Cilj ovog portfolija je da pruži više informacija o našim razvojnim programima, kao što su treninzi i edukativni programi, kao i da pomogne našim klijentima da bolje razumeju sadržaj i cilj svakog od njih.

Na ovaj portfolio možete gledajti i kao na dobar izvor inspiracije za naš budući dijalog o vašim konkretnim razvojnim potrebama.

**Imate ideju? Hajde da razgovaramo!**

# UNAPREDITE SVOJE VEŠTINE

---

„Oduvek sam imao potrebu da nešto razvijam...“

- Majnard Džejms Kinan



# ASERTIVNA KOMUNIKACIJA

---

## UKRATKO

Asertivna komunikacija će pomoći zaposlenima da efikasnije komuniciraju – da jasno i direktno izraze svoje mišljenje, želje i osećanja, kao i da se zauzmu za sebe poštujući sagovornika.

## KOME JE NAMENJEN TRENING?

Ovaj trening je za sve zaposlene kojima je potreban razvoj i nadogradnja njihovih komunikacionih veština.

## ŠTA ĆETE NAUČITI?

- Kako da oblikujete svoj komunikacioni stil i adekvatno odreagujete u situacijama neslaganja sa drugima
- Da razlikujete pasivno/agresivno/asertivno ponašanje
- Da naučite kako da promenite svoja uverenja koja vas sprečavaju da se ponašate asertivno
- Da razvijete senzitivnost i razumevanje za druge ljude
- Da konstruktivno upravljate konfliktom, poštujući principe asertivnosti

### Ukratko o programu:

Priprema pre treninga + 2 bloka sesija | 16 sati



# STRES MENADŽMENT

---

## UKRATKO

Naučite kako da se efikasno borite sa stresom i pritiskom.

## KOME JE NAMENJEN TRENING?

Trening je namenjen svim zaposlenima koji žele da steknu znanja i razviju veštine upravljanja stresom na način koji će im omogućiti da budu zadovoljni sobom, svojim poslom, kao i odnosima sa kolegama.

## ŠTA ĆETE NAUČITI?

- Kako da prepoznate stres kod sebe i drugih
- Kako da preuzmete odgovornost za svoja osećanja, zadovoljstvo i nezadovoljstvo
- Da li je stres neizbežna posledica modernog biznisa
- Koje su posledice neadekvatnog upravljanja stresom
- Koje snage Vam mogu pomoći u upravljanju stresom
- Zašto ponavljamo iste greške kada smo pod stresom i kako da to promenimo

### Ukratko o programu:

Priprema za trening + 2 bloka sesija | 8 sati



# UPRAVLJANJE VREMENOM

---

## UKRATKO

Ovaj trening zaposlenima pruža uvide, veštine i alate pomoću kojih će postati efikasniji i produktivniji u svakodnevnom radu.

## KOME JE NAMENJEN TRENING?

Namenjen je svim zaposlenima koji bi želeli da bolje raspoređuju svoje dnevne zadatke i odgovornosti i koji su motivisani da istraju u korišćenju novih alata koji im mogu pomoći u tome.

## ŠTA ĆETE NAUČITI?

- Da planirate i prioritizujete zadatke u odnosu na svoje ciljeve
- Da radite bez prokrastinacije/odlaganja zadataka
- Da prepoznate na šta gubite vreme i da naučite kako to da kontrolišete
- Da efikasno komunicirate kada se susrećete sa kompleksnim zahtevima/zadacima

### Ukratko o programu:

Priprema za trening + 2 bloka sesija | 8 sati



# PREZENTACIONE VEŠTINE

---

## UKRATKO

Ovaj trening omogućava zaposlenima da nauče kako da efikasno prezentuju određeni sadržaj uz maksimalni uticaj na publiku.

## KOME JE NAMENJEN TRENING?

Namenjen je svim zaposlenima koji žele da unaprede način na koji prezentuju pred publikom.

## ŠTA ĆETE NAUČITI?

- Kako da struktuirate svoju priču
- Kako da prezentujete pred malom i velikom publikom
- Kako da koristite jezik, glas, govor tela kao svoju prednost
- Kako da se nosite sa strahom od javnog nastupa i da se pripremite za prezentaciju

**Ukratko o programu:**

Priprema za trening + 2 bloka sesija | 16 sati





**IMATE IDEJU?**  
HAJDE DA RAZGOVARAMO!

[info@jakalounge.com](mailto:info@jakalounge.com)  
+381 11 40 99 586  
[www.jakalounge.com](http://www.jakalounge.com)