

Назив програма обуке

1.5. АНТИ – СТРЕС РАДИОНИЦА

Компетенција чијем развоју програм обуке доприноси

Понашајна компетенција: Оријентација ка учењу и променама.

Циљ програма

Овладавање техникама које омогућавају побољшавање физичког, менталног и емоционалног стања и доприносе стварању предуслова за креирање позитивног радног окружења.

Опис програма и тематских целина

Игре за поспешивање општег психо – физичког стања; Технике дисања у стресним ситуацијама; Технике за подизање радног елана; Неговање унутрашњег мира; Превазилажење туге; Подизање нивоа самопоуздања; Ублажавање nelaгоде у стресним ситуацијама; Различити приступи решавања проблема у стресним ситуацијама.

Циљна група којој је програм намењен

Сви службеници.