

INFORMACIJA o realizovanoj obuci

„SAVLADAJTE TREMU PRE NEGO ŠTO ONA SAVLADA VAS”

Služba za upravljanje ljudskim resursima organizovala je obuku na temu „Savladajte tremu pre nego što ona savlada vas”. Obuka je održana 07. maja 2025. godine, u zgradi Pokrajinske vlade.

Tematske celine koje su obrađene: različiti aspekti treme (psihologija treme i strah od javnog nastupa; način razmišljanja samouverenih govornika; značaj govora tela pri suzbijanju treme); „razbijanje” treme u praksi (priprema za nastup; tehnike za smanjenje treme pred nastup; tehnike pravilnog disanja; korišćenje pauze; kada javni nastup pođe po zlu: lapsusi i greške; dobri i loši primeri iz prakse).



Obuku je realizovala Nataša Raketić, upisana u Stalnu listu predavača i drugih realizatora obuka koju vodi Nacionalna akademija za javnu upravu.

Prisustvovala su službenice iz šest pokrajinskih organa.