



EDUKACIJA

ŠTO KAD SU BATERIJE NAPOLA PRAZNE?

Pula, 30. svibnja 2018. (od 10:00 do 16:00 sati)

Ovo interaktivno predavanje namijenjeno je svima koji ponekad imaju osjećaj da ih životne obaveze stišću i da ponekada zaista ne znaju ili se ne mogu s njima nositi. Bez obzira radi li se o poslovnim ili privatnim pritiscima i zahtjevima, vjerujemo da će ovo predavanje biti svima od koristi.

Sadržaj

10:00 - 10:30 Uvod, upoznavanje i očekivanja sudionika

10:30 - 11:30 Što je stres i zašto nam smeta

11:30- 11:45 Pauza

11:45- 13:30 Kako sami sebi gomilamo stres i prisilna ponašanja

13:30 - 13:50 Pauza

13:50 - 16:00 Kako se nositi sa stresom, moguća rješenja

Informacije o predavačici

Jelena Vrsaljko

Jelena Vrsaljko je rođena 1973. u Zagrebu. Na Pravnom fakultetu, Studij za socijalni rad, diplomira 1997. godine.

Na Neuroenergetics - Internacionalnom institutu za Humanističku neurolingvističku psihologiju u Lancasteru 2006. godine certificirana je za trenera neurolingvističkog programiranja (NLP-a), trenera humanističkog smjera neurolingvističkog programiranja(HNLP-a) te coacha.

2015. godine polaže ispit iz transakcijske analize pri Europskoj asocijaciji transakcijskih analitičara i stječe naziv certificiranog psihoterapeuta (CTA).

2016. godine stječe naziv učitelja i supervizora transakcijske analize (PTSTA).

Tijekom posljednjih 14 godina stekla je bogato iskustvo u radu s klijentima. Do danas kontinuirano sudjeluje na edukacijama iz područja psihoterapije i coachinga.

Svoje višegodišnje iskustvo vođenja treninga iz područja NLP-a pretočila je u prvu knjigu hrvatskih autora iz tog područja "NLP—Uvod u osobni rast i razvoj".

Članica je INHNLP-a, HNLPD-a, EATA-e i UTA-e, strukovnih udruga NLP trenera i psihoterapeuta transakcijske analize.

Direktorica je Centra za edukaciju i savjetovanje Budi svoj u okviru kojeg održava treninge iz područja transakcijske analize, NLP-a, soft skills treninge, radionice za roditelje i partnere te pruža usluge psihoterapije i savjetovanja.

Smatra da je osnova ostvarivanja u karijeri i ostvarivanja intimne veze rad na sebi, koji je osnova svih usluga koje pruža. Njena je životna misija „širenje autonomije“ te kroz svoj rad pomaže ljudima da se vrate k sebi.

Piše stručne i popularne članke za portale ordinacija.hr, roditelji.hr, klinfo.hr te tjednike i časopise Večernji list, Jutarnji list, Sensa, Story kids. Stalni je suradnik Hrvatskog radija.