

Uspešno prevazilaženje prepreka u traženju posla

Uroš Rajaković
psiholog, psihoterapeut



Preporuke za introvertne osebe

1. Ne izvinjavajte se za ono što jeste.
2. Ne budite strogi prema sebi i ne ističiti svoj ograničenja.
3. Fokusirajte se na postignute uspehe.
4. Uvežbavajte.

5. Primenite vežbe relaksacije.

6. Čekajte svojih 5 minuta u delu „1 na 1“.

7. Jedan po jedan uz kontakt očima.

8. „Želeo/la bih da dodam“.

**NEOBAVEZNI RAZGOVOR SA
PRIJATELJEM**



NEVAŽAN



BEZ EMOCIJA

**RAZGOVOR ZA
POSLO**



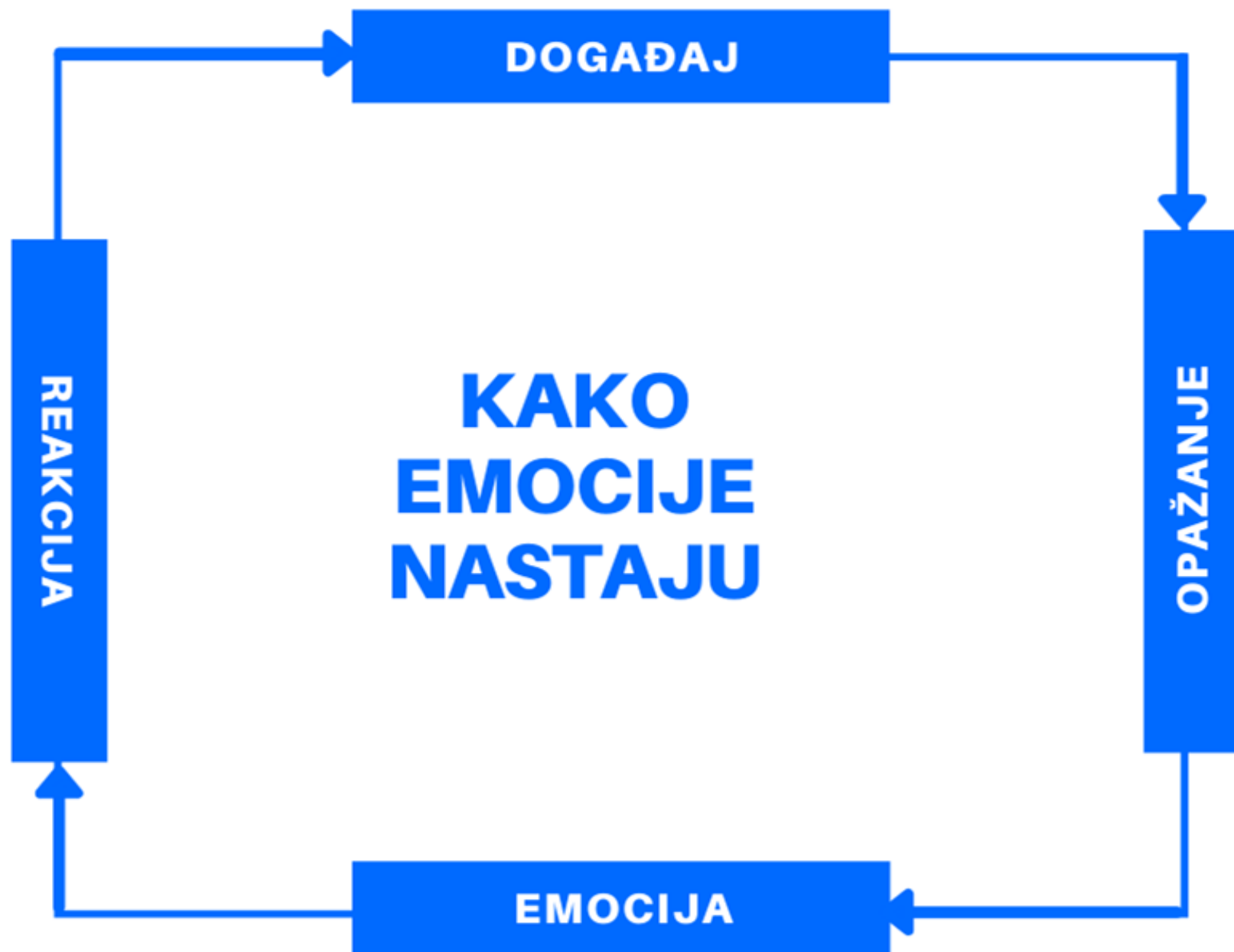
VAŽAN



EMOCIJE

Preporuke za anksiozne osobe

1. Okrenite nedostatak iskustva u svoju korist.
2. Pokažite prednosti svojih mana.
3. Vežbajte, izlažite se.
4. Niko nije savršen.



Hvala na pažnji

Projekat podržali:

