



Energy

MANAGEMENT FOR BUSINESS

Upravljaj svojom energijom
i doživi uspeh kakav zaslužuješ



U životu dosta obraćamo pažnju na vreme i bavimo se upravljanjem našim vremenom, pazimo na finansije i bavimo se finansijskim menadžmentom, bavimo se stresom kroz stress management ili promenom kroz change management . Ali, sa druge strane, **ne obraćamo pažnju na nivo naše lične energije** i ne upravljamo svojom energijom u toku dana.

**NOVAC,
VREME,
ZADACI...**

su nam nekako važniji od unutrašnjeg stanja. I vrlo često zaboravimo da se zapitamo: **"Kako sam sada, dok sve ovo radim?"**

Ovaj trening je podsetnik da je naš energetski status ipak **najvažniji zadatak** koji imamo, ako **ŽELIMO DA**

- ✓ upravljamo vremenom i novcem,
- ✓ a samim time i našim poslovnim poduhvatima i uspehom na kraju.





Vreme

JE VAŽNA TEMA

jer sa naše tačke gledišta i iskustva ne možemo upravljati vremenom, ali svoje obaveze možemo organizovati u određenom vremenskom periodu i što smo energetski bolji, to ćemo sve lakše obavljati ono što smo planirali. Setite se samo kako ste radili kada ste bili dobro, poletni, nasmejani, a kako ste iste te zadatke rešavali sa glavoboljom u stresu. Iste zadatke možete uraditi brže i efikasnije!

Stres



JE VAŽNA TEMA

jer ne možemo upravljati stresom, ali možemo upravljati okidačima da do stresa i ne dođe. Gde je naš fokus u kontekstu stresa? Na stvarima koje radimo loše i očekujemo neprijatne ishode ili na fantastične stvari koje umemo da radimo i postavimo ih kao dominantne.

Kada naučimo da se prvo dovedemo u dobro stanje, a zatim planiramo i razmišljamo o obavezama, zadacima, ljudima, situacijama, tada će se poboljšati i naš kvalitet posla. Sve što inače radimo radićemo sa više

✓ **MIRA**

✓ **LJUBAVI**

✓ **STRPLJENJA**

✓ **TOLERANCIJE,** što je sjajno!

Za sve će nam trebati *manje vremena.*

Svakodnevno nam se **nameću razna nezadovoljstva** i mislimo da ćemo biti bolji ako ih zadovoljimo, ali u stvari samo treba podići nivo životne energije i zadovoljstvo životom, poslom i uspehom raste.

Da li postoje ljudi koji vode moderan način života i ostaju u balansu uprkos raznim nepredviđenim okolnostima? Dobra vest je da postoje! **To su ljudi koji shvataju da je organizacija vremena važna, ali da je upravljanje energijom važnije!**

Ono u šta usmeravamo svoju energiju je najviše materijalizovano u našem životu. Ako se brinemo, u strahu smo ili pod stresom, bez obzira koliko smo dobri, nećemo imati energije da se popnemo na viši nivo uspeha i postignemo velike ciljeve.

Ljudi koji su uspešni vrlo dobro upravljaju svojom energijom, ne dozvoljavaju drugima da ih iscrpljuju i koriste tu kreativnu energiju za postizanje sjajnih rezultata i vrlo kvalitetan način života.

NA EDUKACIJI OBRAĐUJEMO:

Komunikaciju

1

- Razumevanja komunikacijskog modela
- Komunikacija iz energija žustrine, razigranosti i nežnosti
- Verbalna i neverbalna komunikacija
- Postavljanje okvira komunikacije i očekivanja

Kreiranje

MEĐULJUDSKIH ODNOSA

2

- Svest o različitostima
- Poštovanje razlika u stavovima
- Prevazilaženje konflikta
- Fleksibilnost i adaptibilnost
- Smerovi motivacije

DNEVNI

energetski status

3

- Sporedne stvari koje utiču direktno na poslovni uspeh
- Kreiranje korisnih rutina
- Energetski prilivi i odlivi u toku dana
- Kako povećati nivo energije, a samim tim i produktivnost i efikasnost u danu

Emotivni STATUS

4

- Emocije koje ne umemo da pokazujemo i uticaj na energetski status
- Nesvesna pasivna agresija
- Strategije manipulacije
- Povezivanje na nivou vrednosti

O nama

Milena Lopušina



Milena je čitavu deceniju radila na visokim rukovodećim pozicijama u hotelijerstvu. Vodila je timove do 100 zaposlenih. Rad sa ljudima pomogao joj je da stekne iskustvo u komunikaciji, organizaciji i prodaji. Primenjivala je NLP tehnike u svom radu i podsticala saradnike da se menjaju, uče i razvijaju, što je dovelo do značajnog unapređenja poslovanja i jačanja timskog duha. Pored toga, održala je veliki broj obuka poslovnih veština za javne institucije i "in house" treninge za kompanije, poslovne konsultacije i tim bildinge. Ona duboko veruje da je znanje najveće bogatstvo i da ljudi imaju sve resurse za uspeh.

Darko Cvetković



Internacionalni NLP Trainer & Coach, Reiki Učitelj, Doktor medicine. Jedan od osnivača međunarodne kompanije za podršku ličnom i profesionalnom razvoju "Energy House".

Dugi niz godina radio u internacionalnoj korporaciji na visokim menadžment pozicijama. Kroz treninge i obuke prodajnog tima beležio izrazite poraste prodaje u 5 zemalja Balkanskog regiona. Bogato praktično iskustvo u direktnoj prodaji, rukovođenju timovima objedinio sa tehnikama i veštinama NLP-a u jednostavne i lako prihvatljive radionice i treninge. Pored edukacija otvorenih za sve koji žele da unaprede svoj život, radi i na individualnim biznis konsultacijama kao i "in house" treninzima za kompanije i preduzetnike.

O nama

Nekoliko hiljada ljudi nam je do danas poklonilo poverenje i sa nama napravilo prvi korak. Mnogi su svoj lični i profesionalni razvoj podigli na viši nivo. Na naše veliko zadovoljstvo i ponos veliki broj njih već sada ima svoju organizaciju i sa uspehom nastavlja da podržava ljude u kreiranju boljeg života.

Neke od kompanija sa kojima smo saradivali ili i dalje saradujemo su:

PPU "Bambini"
PLK „Konzulat“
„Top Holidays“
JP „Putevi Srbije“
TO Niš, Aleksinac, Ražanj,
Lebane
PK rasinskog upravnog
okruga
"Mg Mivela"
"Namenska" Trstenik
„Tiens“
„Icotim“ Doo

FLP
Hotel „Junior“ – Brzeće
Udruženje poslovnih
žena Niš
Udruženje
"Ambasadori dobre
usluge"
"Boja"
i druge.



KONTAKT:

Milena Lopušina

office@mindlaboratory.rs

+381 63 8 255 725

www.mindlaboratory.rs

KONTAKT:

Darko Cvetković

darko@energyhouse.life

+381 63 8 557 574

www.darkocvetkovic.com

www.energyhouse.life

