

## 2 URNA PREDAVANJA/ DELAVNICE

Za podjetja in kolektive izvajamo 2 urne delavnice, ki so zasnovane teoretično in praktično. Teme le-teh so iz vseh treh področij, ki so pomembna za zmanjševanje stresa (um, duh in telo).

Spodaj navedene teme delavnic lahko izvedemo posamično ali jih kombiniramo po dogovoru (največ 2 skupaj), glede na želje in potrebe kolektiva.

### **Predavatelj: Urša Milavec, Vodja MCT treninga, NLP Coach, Mojster Hipnoze**

- POVEZANOST Z NOTRANJO MODROSTJO NAM POMAGA BOLJE IN LAHKOTNEJE OBVLADOVATI TEŽJE ŽIVLJENJSKE SITUACIJE IN VAJA ZA POVEČANJE KONCENTRACIJE (-predavanje s primeri in vajo)
- 5 STEBROV KOMUNIKACIJE Z MANJ STRESA IN TEHNIKE SPROŠČANJA (-predavaje in vaje)

### **Predavatelj: dr. Matej Miklavec, transformativni leadership coach**

- TEMELJNI MEHANIZMI DELOVANJA UMA IN POSLEDICE ZA UČINKOVITE REZULTATE IN ZADOVOLJSTVO (-predavanje s primeri in vajami)

### **Predavatelj: Primož Potokar, MCT antistresni trener, NLP Coach**

- KREIRANJE LASTNEGA POTENCIALA ZA PREMAGOVANJE STRESA
  - TIPI OSEBNOSTI TER NIHOVI SPROŽITELJI STRESA
- (-predavanje s primeri)

### **Predavatelj: Nana Milačinski, MCT antistresni trener, mojster NLP, Mojster Theta Healinga**

- ENERGIJSKA PRIPRAVA NA JAVNI NASTOP
  - KAKO OKREPITI SVOJO IZVORNO ENERGIJO IN SE S TEM ZAŠČITITI PRED STRESOM
- (-predavanje z vajo)

\*vsa predavanja izvajamo za skupino max 20 ljudi)

**Master Change Training**

Tržaška cesta 2, 1000 Ljubljana, 08 / 201 4369, [info@masterchangetraining.si](mailto:info@masterchangetraining.si),

[www.masterchangetraining.si](http://www.masterchangetraining.si)



Master  
Change  
Training™

**Master Change Training**

Tržaška cesta 2, 1000 Ljubljana, 08 / 201 4369, [info@masterchangetraining.si](mailto:info@masterchangetraining.si),

[www.masterchangetraining.si](http://www.masterchangetraining.si)