



**PROGRAM  
JAČANJA KAPACITETA  
STUDENATA I UČENIKA  
2023**

*[svetionik.rs](http://svetionik.rs)*

## UVOD

---

Program "Tvoja stipendija" pruža stipendistima niz obuka za jačanje njihovih ličnih kapaciteta u vidu neformalnog obrazovanja kako bi bili konkurentniji na tržištu rada i lakše našli posao ali i mogućnost da nauče kako da prevaziđu probleme, poboljšaju svoju komunikaciju i budu korisni članovi svoje zajednice.

Predstavljamo vam detalje o ciklusu radionica koje nudimo u toku ove godine za stipendiste. Ciklus radionica za svaku grupu obuhvata 4 tročasovna ili četvoročasovna susreta. Bićete vam ponuđeno 8 grupa, a svako od vas će imati priliku da odabere koja mu grupa odgovara. Ciklusi radionica se odnose na sledeće tematske celine:

- 1. Mentalno zdravlje (3 grupe)**
- 2. Akademske i životne veštine (4 grupe)**

U nastavku možete pročitati detaljnije o svakoj obuci a na kraju dokumenta imate ponuđene datume i grupe, gde je potrebno da nakon što odlučite koja vam grupa najviše odgovara da se putem linka prijavite. Naglašavamo da je broj učesnika za svaku grupu ograničen na 25 a prednost imaju upravo oni koji se prvi prijave.

# 1. AKADEMSKE I ŽIVOTNE VEŠTINE

---

Ciklus radionica životnih vještina namenjen je svima onima koji žele da se usavršavaju na ličnom i profesionalnom planu, koji žele da predstavljaju sebe i svoje ideje na najbolji mogući način.

Koje nam prednosti dobro izrađeni CV i motivaciono pismo donose? Kako napisati dobar CV i motivaciono pismo? Pisanje dobrog CV-a i motivacionog pisma je prvi važan korak ka uspostavljanju radnog odnosa i prijavljivanja na konkurse različitog tipa. Pored toga ciklus radionica je posvećen metodama otklanjanja treme pred javni nastup, kao i tome kako uspešno i kreativno započeti i održati prezentaciju.

Naučićete kako da se pripremite za važan poslovni razgovor i kako da jasno i konkretno izložite svoju kreativnu ideju ili poslovni plan (individualno i u timu).

Ciklus radionica se odnosi na sledeće tematske celine:

**Radionica 1: Tehnike pisanja CV-a i motivacionog pisma, intervjua za posao**

**Radionica 2: Kreativno prezentovanje i javni nastup**

**Radionica 3: Psihološka snaga kroz akademski svet**

**Radionica 4: Dokumentarni film i diskusija**

## MAJ – JUN

## AVGUST – SEPTEMBAR

---

### 1. grupa

#### AKADEMSKE I ŽIVOTNE VEŠTINE

23.05.2023- 03.06.2023.

23.05. : Tehnike pisanja CV-a i motivacionog pisma, intervjua za posao

26.05. : Dokumentarni film i diskusija

31.05. : Kreativno prezentovanje i javni nastup

03.06. : Psihološka snaga kroz akademski svet

<https://forms.gle/FsbGejbqWq2ipryT6>

-----

### 2. grupa

#### AKADEMSKE I ŽIVOTNE VEŠTINE

24.05.2023.- 06.06.2023.

24.05. : Tehnike pisanja CV-a i motivacionog pisma, intervjua za posao

27.05. : Psihološka snaga kroz akademski svet

31.05. : Kreativno prezentovanje i javni nastup

06.06. : Dokumentarni film i diskusija

<https://forms.gle/wpXdpCcnQHf1RXG49>

### 3. grupa

#### AKADEMSKE I ŽIVOTNE VEŠTINE

18.08.2023.- 08.09.2023.

18.08. : Tehnike pisanja CV-a i motivacionog pisma, intervjua za posao

25.08. : Kreativno prezentovanje i javni nastup

01.09. : Psihološka snaga kroz akademski svet

08.09. : Dokumentarni film i diskusija

<https://forms.gle/DkDNvbRnkg6XQyDp8>

-----

### 4. grupa

#### AKADEMSKE I ŽIVOTNE VEŠTINE

19.08.2023.- 09.08.2023.

19.08. : Tehnike pisanja CV-a i motivacionog pisma, intervjua za posao

26.08. : Kreativno prezentovanje i javni nastup

02.09. : Psihološka snaga kroz akademski svet

09.09. : Dokumentarni film i diskusija

<https://forms.gle/tsUff5NMSQSg8QkM7>

## 2. MENTALNO ZDRAVLJE

---

Cilj je da kroz radionice pomognemo mladima da povećaju nivo samopoštovanja i da što bezbolnije prođu kroz ovu specifičnu razvojnu fazu, koju mogu pratiti i različita anksiozna i depresivna stanja.

Učenje i usvajanje određenih strategija i tehnika za "emocionalno opismenjavanje" i jačanje kompetencija za obradu emocija (kroz edukaciju i interaktivne vežbe, mladi će se upoznati sa definicijom emocija, raspoznavanjem različitih vrsta emocija, načinima njihove kontrole i asertivnog ispoljavanja istih, identifikovanje iracionalnih uverenja koji izazivaju nezdrave emocije, rešavanju konflikta, podizanju motivacije i razvijanju coping mehanizama za uspešno prevazilaženje stresnih situacija, itd.).

Učenje o osnovnim psihološkim poremećajima (klasifikacija, simptomatologija, ponašajni obrasci, kome se i kada obratiti, ukoliko prepoznaju iste).

Ciklus radionica se odnosi na sledeće tematske celine:

**Radionica 1: Emocionalna inteligencija**

**Radionica 2: Mentalno zdravlje**

**Radionica 3: Poruke u komunikaciji**

**Radionica 4: Dokumentarni film i diskusija**

### JUN – JUL

### JUL – AVGUST

---

#### 1. grupa

##### MENTALNO ZDRAVLJE

08.06.2023.- 01.07.2023.

08.06. : Poruke u komunikaciji

10.06. : Emocionalna inteligencija

23.06. : Dokumentarni film i diskusija

01.07. : Mentalno zdravlje

<https://forms.gle/jwuu6h69AZqCb5ed8>

#### 2. grupa

##### MENTALNO ZDRAVLJE

10.06.2023.- 01.07.2023.

10.06. : Emocionalna inteligencija

16.06. : Poruke u komunikaciji

24.06. : Dokumentarni film i diskusija

08.07. : Mentalno zdravlje

<https://forms.gle/M55wQdKmmp1eXTeK6>

#### 3. grupa

##### MENTALNO ZDRAVLJE

04.07.2023.-05.08.2023.

04.07. : Emocionalna inteligencija

21.07. : Poruke u komunikaciji

29.07. : Dokumentarni film i diskusija

05.08. : Mentalno zdravlje

<https://forms.gle/i3ZhAwxLDvo99tQQA>