



OSVJEŠTENOST KAO STRATEGIJA UPRAVLJANJA STRESOM

Pozitivan i negativan stres

Stres se smatra dobrom kad vas motivira da date svoj maksimum umjesto da vas sputava.



Osvještenost i stres

Zahvaljujući tome, umjesto da se fokusirate na negativne posljedice osjećaja stresa, nudi vam priliku da drukčije promišljate o stresu.



Osvještenost i donošenje odluka



Osvještenost može dovesti do poboljšanja na način da mozak procesира infomacije, donosi odluke, stvara sjećanja, itd.

Osvještenost i kreativnost

Kad oslobođite svoj um od distrakcija i postanete promatrač svega oko vas, poboljšavate vašu sposobnost dobivanja novih perspektiva.



INNEO

fip
Future In Perspective

AKLUB

iSQ



BALLYBEELEN
WOMEN'S CENTRE

dante
USTANOVU ZA ADULT
OBRAZOVANJE
DORASLIH
ADULT EDUCATION
INSTITUTION

NAŠ HEM
DALEKOG VREDNUĆE