

Zbog čega nam drugi ponekad idu na živce?

Predavač:

Sandro Kraljević, mag. psych.

CEO @ Mind Lab d.o.o.

Vodice, 26. listopada 2022.



Poslovna iskaznica

- **Sandro Kraljević**

- Magistar psihologije (FFZG)
- 50+ certifikata iz područja primijenjene psihologije, upravljanja ljudskim potencijalima, digitalnog marketinga i brandinga
 - NLP Practitioner, NLP Master, NLP coach
 - Certificirani praktičar mindfulnessa i autogenog treninga
 - 2/3 stupnja edukacije za kognitivno-bihevioralnog psihoterapeuta

- **Sandro u 4 riječi:** psiholog, poduzetnik, prijatelj, pomagač

- **Danas:**

- Vlasnik i direktor tvrtke **Mind Lab d.o.o.** – primijenjena poslovna psihologija
- Autor knjige **Kako preživjeti u suvremenoj džungli** (Beletra)
- Kreator prve hrvatske mobilne aplikacije za mentalno zdravlje zaposlenika – **NAOMI**
- Urednik i voditelj emisije **Mislište** na Poslovnom FM radiju
- Stalni kolumnist za Poslovni FM, InStore magazin i Ja TRGOVAC



Klijenti

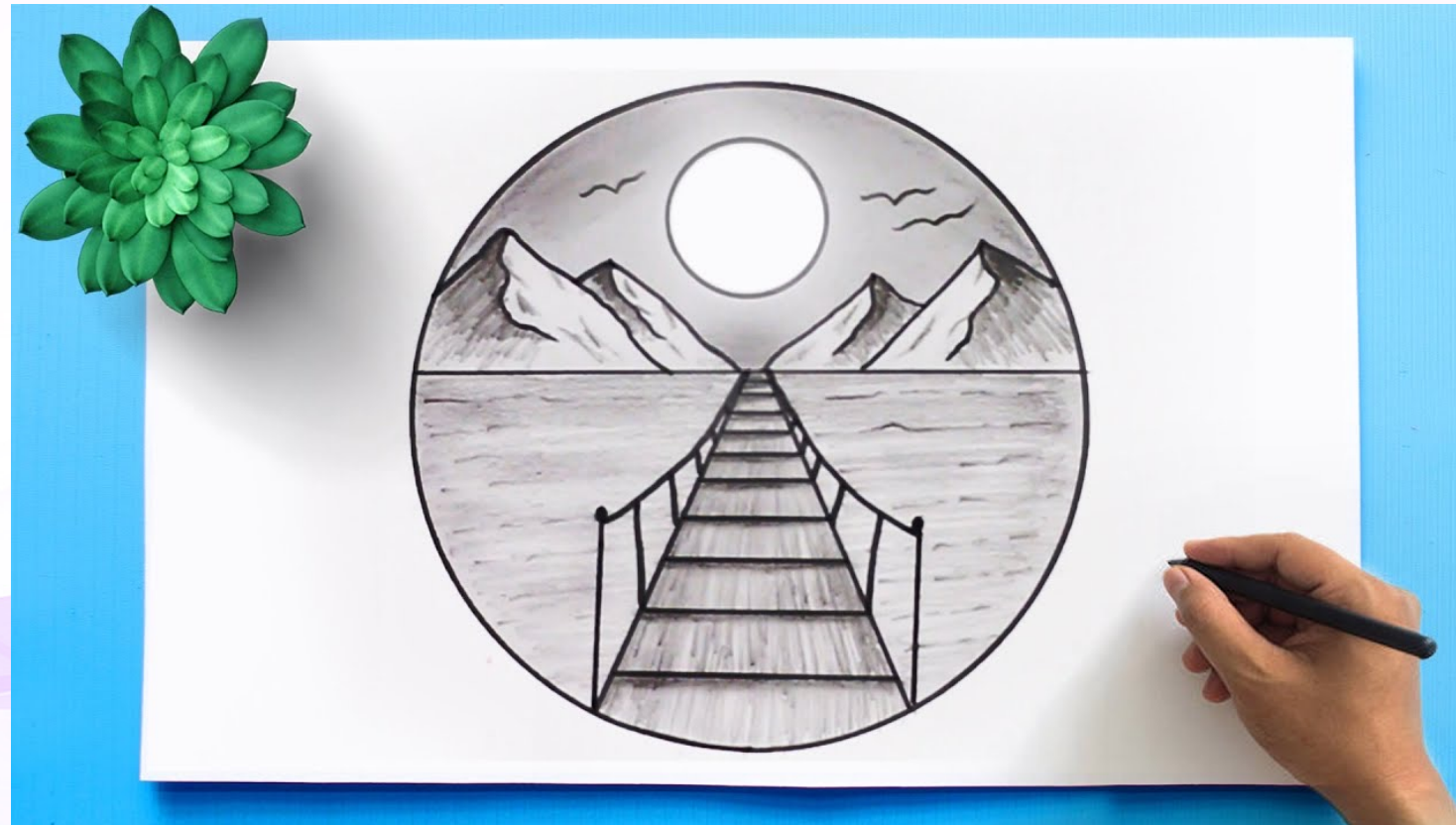


HUP
Hrvatska udruga poslodavaca



posao.hr





Zbog čega se ne razumijemo?

- **Ne slušamo** druge i samo čekamo da mi nešto **kažemo**
- Često mislimo da smo samo mi **u pravu**
- Krivo koristimo **usmenu i pisanu** komunikaciju
- **Pretpostavljamo!**
- **Nejasno** se izražavamo ili **previše** pričamo
- Nemamo isti **sustav vrijednosti**.



Trošak loše komunikacije

- Između 4.000 i 6.000 \$ godišnje **po zaposleniku**
- U SAD-u kompaniju veličine 100 zaposlenika loša komunikacija košta 402.000 \$, dok kompaniju od 10.000 zaposlenika košta 62.4 milijuna \$
 - Izvor: SHMR



Tko su "teški ljudi"?



Možemo li mijenjati „teške“ ljude?

Ne možemo.

A što onda možemo mijenjati?

Našu percepciju i stav prema njima.

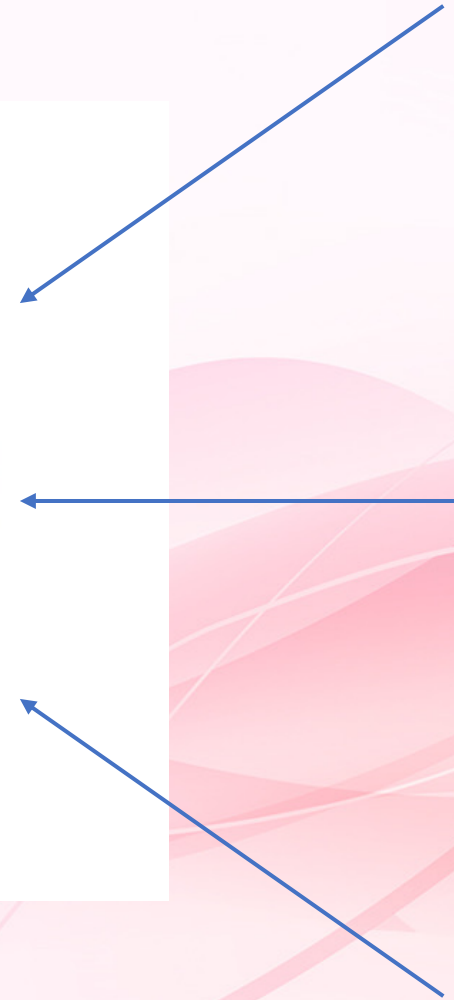
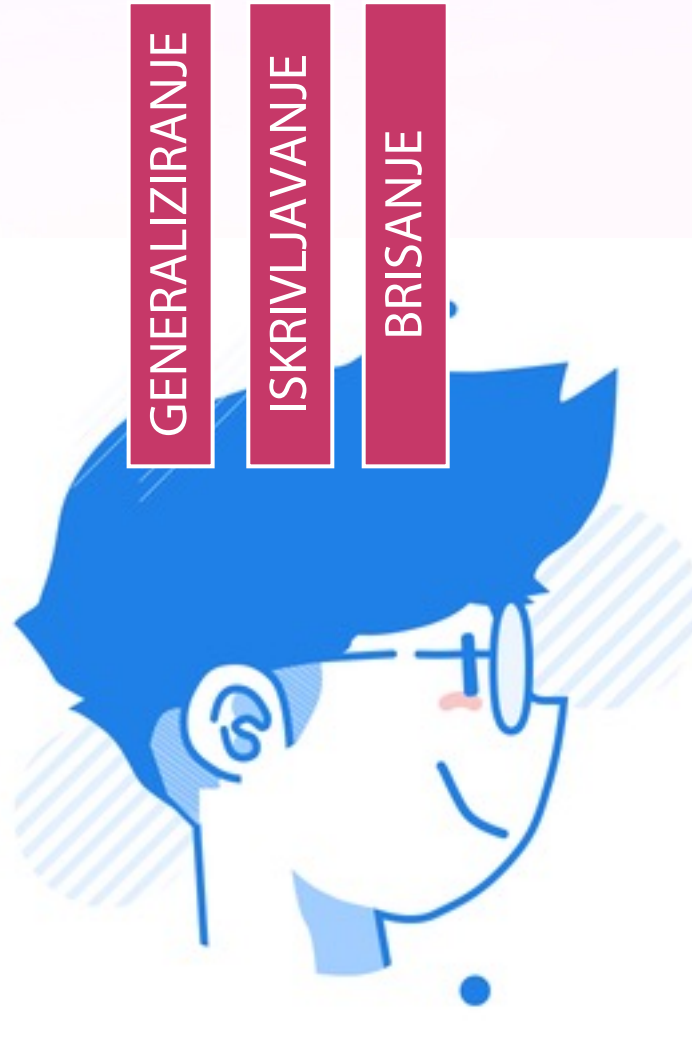
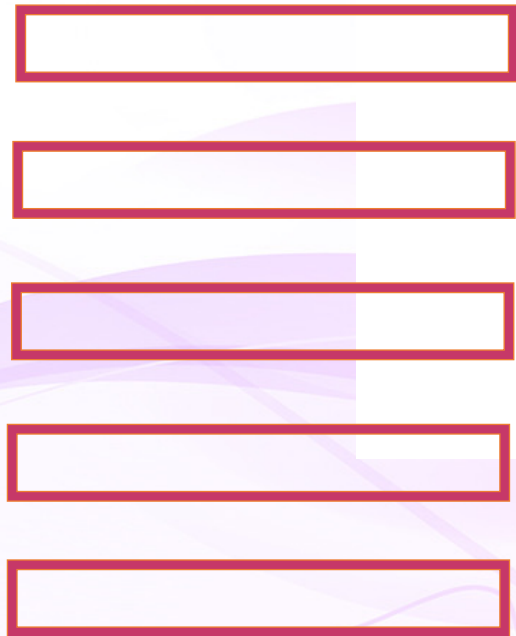
A zbog čega nam drugi idu na živce?

- Nešto žele završiti što je prije moguće
- Nešto žele odraditi isključivo po svom nahođenju i standardima
- Samo se žele svidjeti drugim ljudima
- Žele dobiti priznanje od drugih ljudi – i to pod svaku cijenu i stalno



Kako to da se ne razumijemo?



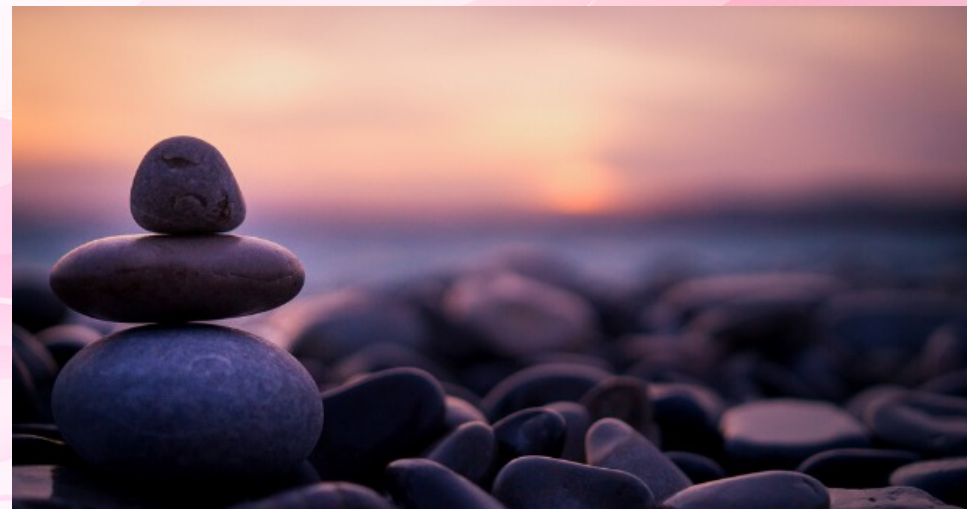


Što je u pozadini komunikacije?



Kako ostati smiren?

- Osvijestite **kako se osjećate**, ali emocije *ne pokazujte!*
- Umjesto toga – pokažite **razumijevanje**
- **Slušajte** drugu stranu – ali *zaista* slušajte
- Pokušajte detektirati tuđu **namjeru**
- Također, pokušajte **ne osuđivati**.



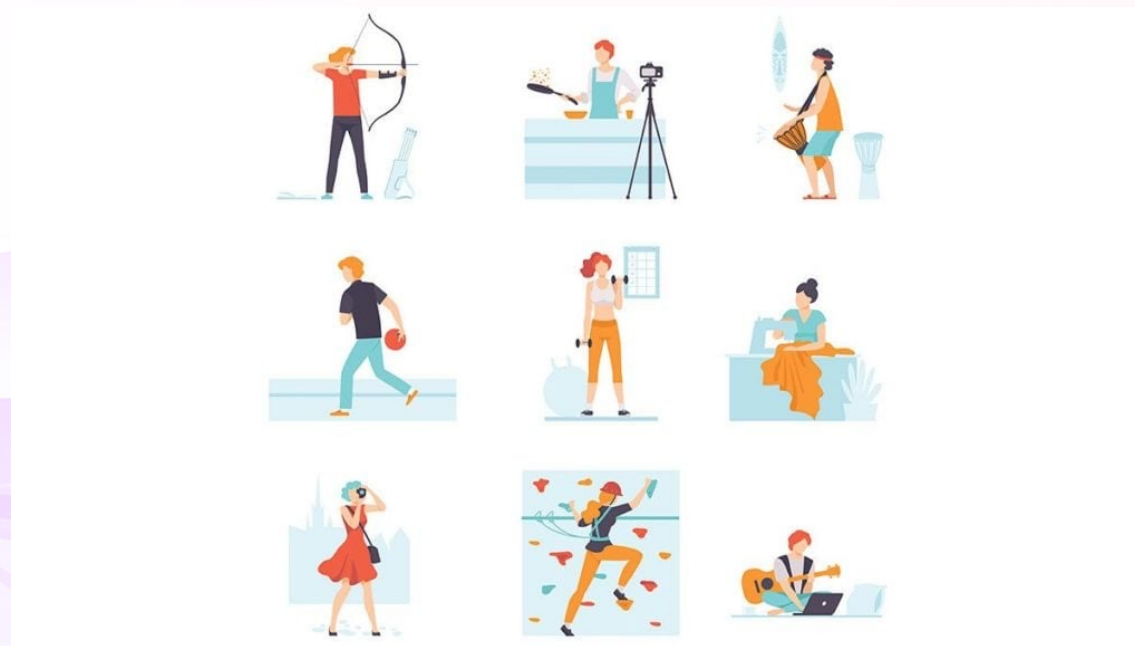
Sjetite se lampice!



U čemu je ta osoba – dobra?



Što imam slično s tom osobom?



Popnite se na svoj mentalni balkon



Hvala na pažnji!



Mind Lab d.o.o.

Nova cesta 154
10 000 Zagreb


T: 098 16 304 16

E: sandro@mindlab.hr

W: www.mindlab.hr

 [sandro.kraljevic.psy](https://www.facebook.com/sandro.kraljevic.psy)

 [in/sandrokraljevic](https://www.linkedin.com/in/sandrokraljevic)

 [mindlab.hr](https://www.facebook.com/mindlab.hr)

 [Mind Lab d.o.o.](https://www.linkedin.com/company/mind-lab-d-o-o)

 [mindlab.hr](https://www.instagram.com/mindlab.hr)

 [@mindlab_hr](https://twitter.com/@mindlab_hr)

 [Mind Lab](https://www.youtube.com/channel/UC...)

Pretplata na **newsletter:** www.mindlab.hr/nl

