

# **UZORAK POWERPOINT**

**Ovo je uzorak PowerPoint prezentacija. Možete izabrati da ga koristite, ali i ne morate koristiti niti jednu.**

**Slobodno iskoristite što želite iz ovoga, a izradite svoj prema aktivnostima koje ćete izabrati. Ovaj se pretežito osniva na radionici provedenoj na WGI konferenciji u Torontu 2014.**

**Gdje treba, umetnite broj stranice Vježbenice za polaznike radionice (V) da im omogućite da ju brzo nađu.**

**Molimo vas da na prvi slajd stavite logo WGI, te da zadržite footer.**

**Ispod nekih slajdova su bilješke.**

**Svaki video klip koji želite koristiti unutar PowerPoint-a mora biti u vašem računalu.**

**Sretно!**

# ***PREUZMI ODGOVORNOST ZA SVOJ ŽIVOT***

**Čestitamo! Kvalificirani ste za vođenje  
radionice**

***Preuzmi odgovornost za svoj život***

- novosti koju nudi

**THE WILLIAM GLASSER INTERNATIONAL**



# PREUZMI ODGOVORNOST

ZA SVOJ  
ŽIVOT

KAKO S PSIHOLOGIJOM TEORIJE IZBORA  
(CHOICE THEORY® ) DOBITI ONO ŠTO TREBAŠ



WILLIAM GLASSER  
INTERNATIONAL

William Glasser International 2014

# ŠEST SATI

- 1. Promijenite svoj mentalni model**
- 2. Otkrijte svoje osnovne potrebe,  
želje i uvjerenja**
- 3. Razvijte navike pozitivnih odnosa**
- 4. Saznajte snagu zamjećivanja  
(percepcije)**
- 5. Naučite sastavne dijelove ukupnog  
ponašanja**
- 6. Preuzmите odgovornost za svoj život**

# **PROMIJENITE SVOJ MENTALNI MODEL**

**OD *IZVANA NA UNUTRA* DO  
*IZNUTRA PREMA VAN***

**ŠTO MOŽETE KONTROLIRATI?**



**WILLIAM GLASSER  
INTERNATIONAL**

William Glasser International 2014

# **RASPLESANA IMENA...**

**Na vrh kartice napišite svoje ime, a ispod 2-3 pitanja koja želite da vam ljudi danas postave... Zapplešimo i podijelimo što smo napisali...**

**Na koji način se rado zabavljaš?  
Da sada možeš biti negdje drugdje,  
gdje bi voljela/o biti?  
Što činiš da bi se osjećala/o moćno?**

# KOLIKO KONTROLIRATE SVOJ ŽIVOT?

Na stranici 6 zaokruži broj koji označava tvoj položaj  
u odnosu na ovo pitanje

**Koliko kontrolirate svoj život?**

0%      20%      40%      60%      80%      100%

# **TROJKE: ODRŽI RAVNOTEŽU...**

**Podijelimo se u trojke brojeći (1-13 za 39 osoba).**

**Izaberite tko će promatrati, tko će biti osoba A, a tko osoba B.**

**Igrači A i B stanu u dobroj ravnoteži nasuprot jedan drugome, tako da drže/dodiruju ruke kao da čuvaju ravnotežu.**

**Pokušajte poljuljati jedno drugo gurajući samo rukama, bez da pomaknete noge.**

**Promatrač posebno pazi kada i zašto svaki igrač pomakne noge.**

# **PROMATRAČI: KAKO STE IGRALI**

**Zašto ste pomaknuli noge?**

**Zašto ste zadržali ravnotežu?**

**Je li druga osoba utjecala na vas ili vas kontrolirala?**

**Jeste li kontrolirali ravnotežu druge osobe ili svoje pokrete rukama kad ste htjeli izbaciti drugog igrača iz ravnoteže?**

# **SREDIŠTE KONTROLE: 1**

**Zašto stanemo kad se upali crveno svjetlo?**



**Zašto odgovarate na zvuk mobitela?**





## SREDIŠTE KONTROLE: 2

**Može li vas netko natjerati da nešto učinite bez vašeg pristanka ili izbora? Porez? Kretanje?**

**Može li vas netko natjerati da nešto mislite? Jesu li vaše misli unutar vas ili izvan vas?**

**Može li vas netko natjerati da nešto osjećate? Jesu li vaši osjećaji unutar vas ili izvan vas?**

# **SREDIŠTE KONTROLE: 3**

**Kako obično pokušavate zadržati  
ravnotežu?**

**Na koji način je održavanje ravnoteže  
unutarnje?**

**Vanjski svijet i ljudi predstavljaju  
informaciju koja vam može, ali i ne mora  
biti važna – može ali ne mora utjecati na  
vas**



Download free  
Dreamstime.com

Autodesk  
www.dreamstime.com

# JEZIK, KONTROLA I ODGOVORNOST

## Vanjska



Natjerao me da osjećam/mislim/radim

Uplašilo me/iznenadilo me...

Morala sam viknuti na njega

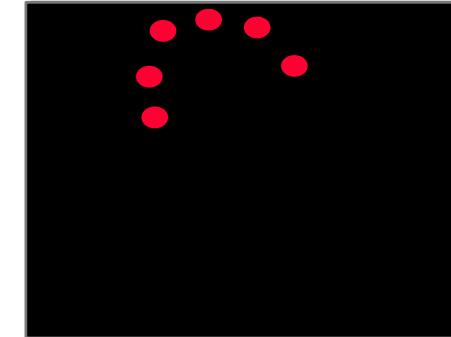
Natjerala me da vidim/shvatim

Morao sam to učiniti/platiti

Propao sam/Nisu mi dali da položim

Stvorit ću neko vrijeme za...

## Unutarnja



Osjećao sam/mislio/učinio...

Uplašila sam se/iznenadila

Viknula sam na njega...

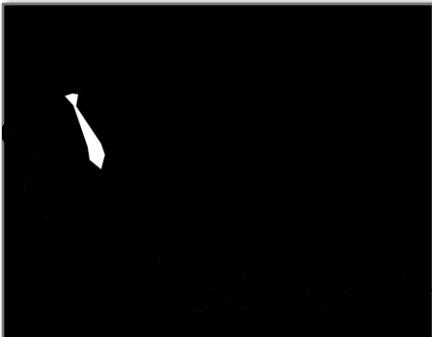
Vidjela sam/razumjela...

Učinio sam/platio/izabrao...

Nisam znao/naučio

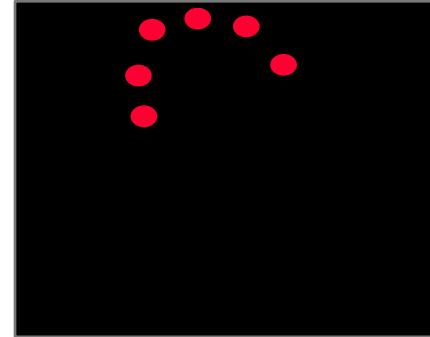
Posvetit ću toliko vremena za...

## Psihologija izvanjske kontrole



1. **Moje ponašanje motivirano je vanjskim signalima.**
2. **Mogu kontrolirati što drugi čine/misle/osjećaju/govor njihovog tijela.**
3. **Znam što je dobro za ljudi.**
3. **Moja je moralna obveza da promijenim nečije loše ponašanje, ako moram čak i prisilom.**

## Psihologija Teorije izbora



1. **Moje ponašanje motivirano je mojim željama i potrebama.**
2. **Mogu kontrolirati samo što ja činim/mislim/osjećam/govor svog tijela.**
3. **Svaka osoba živi svoj život na najbolji način koji zna.**
4. **Mogu ljudima pomoći da otkriju djelotvornija ponašanja i kako bolje zadovoljiti svoje potrebe, ali samo ako oni to žele.**

# **ŠTO VAS JE MOTIVIRALO DA OSTANETE U RAVNOTEŽI?**



?

?

?

?

?

# JEZIK, KONTROLA I ODGOVORNOST

## Vanjska



1. Moje ponašanje motivirano je vanjskim signalima.
2. Mogu kontrolirati što drugi čine/misle/osjećaju/govor njihovog tijela.
3. Znam što je dobro za ljude.
4. Moja je moralna obveza da promijenim nečije loše ponašanje, ako moram čak i prisilom.

## Unutarnja



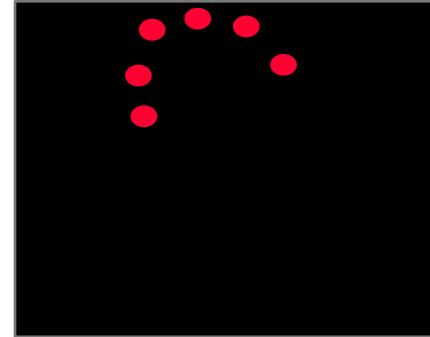
1. Moje ponašanje motivirano je mojim željama i potrebama.
2. Mogu kontrolirati samo što ja činim/mislim/osjećam/govor svog tijela.
3. Svaka osoba živi svoj život na najbolji način koji zna.
4. Mogu ljudima pomoći da otkriju djelotvornija ponašanja i kako bolje zadovoljiti svoje potrebe, ali samo ako oni to žele.

# **Psihologija izvanjske kontrole**



- 1. Moje ponašanje motivirano je vanjskim signalima.**
- 2. Mogu kontrolirati što drugi čine/misle/osjećaju/govor njihovog tijela.**
- 3. Znam što je dobro za ljudi.**
- 3. Moja je moralna obveza da promijenim nečije loše ponašanje, ako moram čak i prisilom.**

# **Psihologija Teorije izbora**



- 1. Moje ponašanje motivirano je mojim željama i potrebama.**
- 2. Mogu kontrolirati samo što ja činim/mislim/osjećam/govor svog tijela.**
- 3. Svaka osoba živi svoj život na najbolji način koji zna.**
- 4. Mogu ljudima pomoći da otkriju djelotvornija ponašanja i kako bolje zadovoljiti svoje potrebe, ali samo ako oni to žele.**

# **ŠTO MOGU KONTROLIRATI?**

***„Jedino ponašanje koje možemo kontrolirati je naše vlastito.“***

***„Moramo razumjeti da možemo kontrolirati samo svoj život, te da u većini slučajeva možemo izabrati da ga mijenjamo.“***

***„Ništa od onoga što činimo nije uzrokovano onime što se događa izvan nas.“***

***“Psihologija teorije izbora je upravo suprotna od psihologije izvanske kontrole.“***

***Dr William Glasser***

# ZAKLJUČIMO

Nešto što sada shvaćam...



U mome mišljenju se promijenilo...



Želim biti djelotvorna/an tako da...

