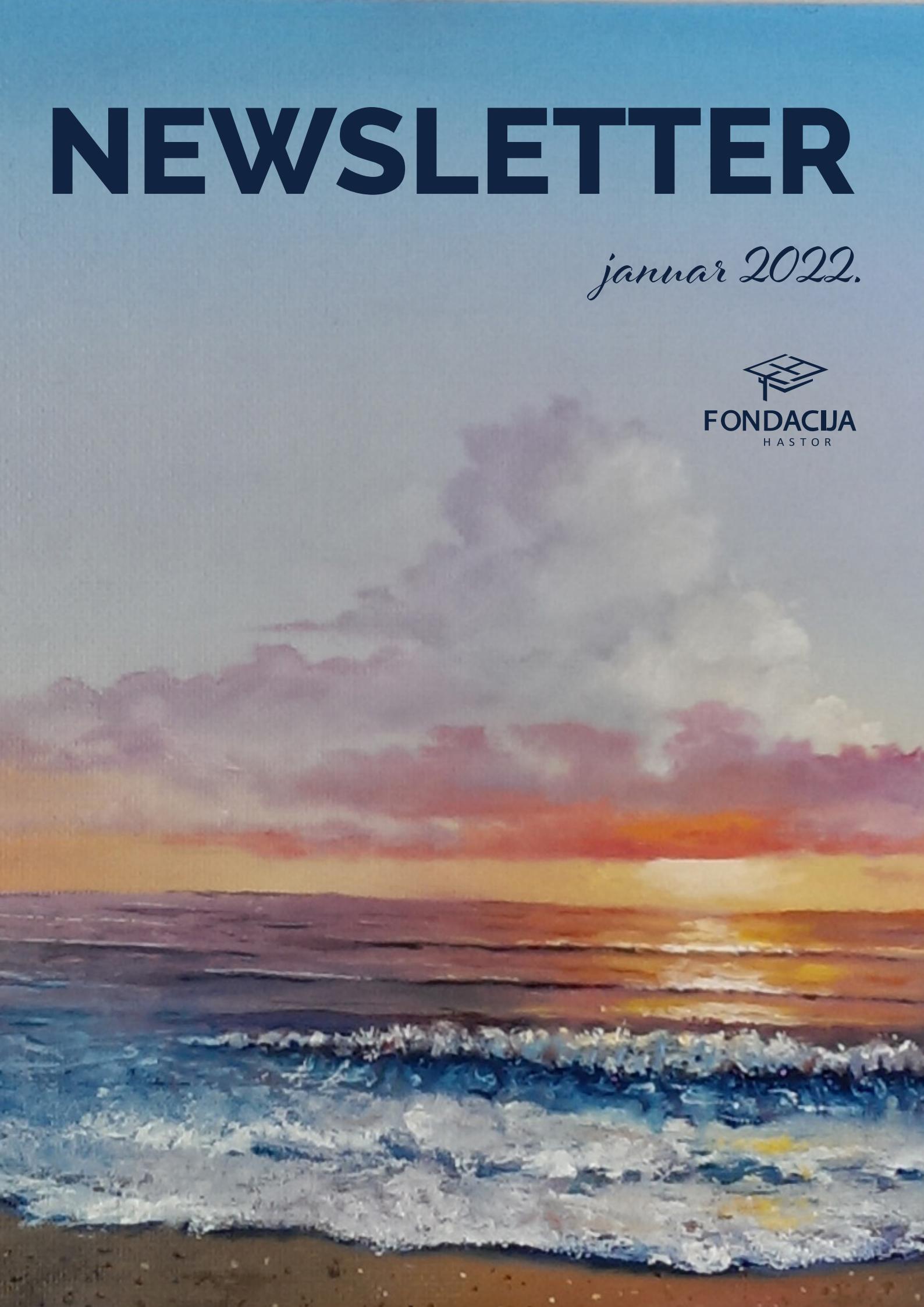


# NEWSLETTER

*januar 2022.*



FONDACIJA  
HASTOR



# STIPENDISTICA MJESECA

Fondacija Hastor može se pohvaliti marljivim, ambicioznim i uspješnim stipendistima koji ostvaruju zapažene rezultate na polju obrazovanja i nauke. Dakle, tim Fondacije čine mladi ljudi koji doprinose njenom radu, unapređujući ga svojim znanjem i vještinama. Upravo takve vrijednosti i predanost volonterskom angažmanu u okviru Fondacije Hastor iz mjeseca u mjesec stipendistima donose titulu stipendiste mjeseca. U nastavku čitajte o stipendistici koja je tu titulu odnijela ovaj mjesec!

## Abela Rastoder



Abela Rastoder iz Sarajeva studentica je treće godine Pravnog fakulteta Univerziteta u Sarajevu te je u okviru istog angažovana kao demonstratorica na tri predmeta nastavno-naučne oblasti Pravo intelektualnog vlasništva. Stipendistica je Fondacije Hastor godinu dana, ali tvrdi da osjećaj pripadnosti Fondaciji nadilazi ovu brojku te samo predstavlja početak njene lijepo i inspirativne priče u ulozi stipendistice Fondacije Hastor.

S obzirom na to da po svojoj prirodi ima različita interesovanja i voli stjecati znanja iz različitih oblasti, studij prava je došao kao svojevrstan kompromis.

*Taj kompromis prerastao je u veliku ljubav i posvećenost oživotvorenjem latinske izreke o pravu kao „umjetnosti dobrog i pravičnog“.*

Tokom srednjoškolskog i dosadašnjeg fakultetskog obrazovanja ostvarila je brojne uspjehe. Kao učenica Treće gimnazije u Sarajevu osvajala je nagrade na takmičenjima iz stranih jezika, muzičkim i sportskim takmičenjima kao i u stvaralačkom pisanju te rado ističe priznanje Matice hrvatske u Sarajevu za literarni rad koja je tim povodom isti objavila u „Zborniku proznih i poetskih radova sarajevskih srednjoškolaca“ te osvojeno prvo mjesto na Kantonalnom takmičenju iz francuskog jezika. Kao najveći dosadašnji uspjeh ističe osvojeno prvo mjesto na takmičenju iz medijskog prava za južnu i istočnu Evropu, gdje je s još troje kolega predstavljala Pravni fakultet Univerziteta u Sarajevu u decembru 2021. godine.

*Pobjedom na regionalnom takmičenju kvalificirali smo se na svjetsko takmičenje na Oxfordu koje će se održati u aprilu i obuhvatiti najbolje svjetske univerzitete iz ove oblasti. U okviru istog pristupili smo izradi pisanih podnesaka Sudu, nakon čega je održano trodnevno takmičenje u usmenim rundama. Igrali smo u pet mečeva i u svih pet odnijeli pobjedu, a radni jezik takmičenja bio je engleski. Učešće na istom predstavljalo je iskorak iz zone komfora, a iziskivalo je višemjesečnu pripremu, disciplinu i interakciju s timom i mentorima. Ponosni smo na ovaj historijski uspjeh, budući da nijedan pravni fakultet u Bosni i Hercegovini nije ostvario ovakav rezultat. Iza sebe smo ostavili prestižne univerzitete, a neki od njih su: Univerzitet u Beču, Univerzitet Lomonosov iz Moskve, ELTE Univerzitet iz Budimpešte, Univerzitet u Bukureštu, Univerzitet u Ljubljani... Pored timskog uspjeha, na takmičenju sam osvojila i treće mjesto u kategoriji najboljih govornika.*

# STIPENDISTICA MJESECA



Početak svoje inspirativne priče u Fondaciji veže za dan pisanja motivacionog pisma u sklopu aplikacije na konkurs za stipendiranje u januaru prošle godine. Tada je, podstaknuta pobjedom na drugom takmičenju u simulaciji suđenja za studente iz Bosne i Hercegovine, naznačila želju za sudjelovanjem na takmičenju višeg nivoa, odnosno navedenom regionalnom takmičenju.

*Danas, kada sam izabrana za stipendisticu mjeseca, ponosno ističem da sam uspjela u naumu, a Fondacija je pratila moj put ka tom postignuću.*

Pored studija i volonterskog angažmana u Fondaciji, Abela aktivno djeluje i u nevladinom sektoru. Potpredsjednica je sektora za simulacije suđenja u Upravnom odboru Evropskog udruženja studenata prava (ELSA Sarajevo), a nedavno je to Udruženje realizovalo svoj najznačajniji projekt – Kliniku iz ljudskih prava.

Svoj volonterski angažman Abela je započela u okviru Sportskog udruženja gluhih „Mladost“, gdje je u razdoblju od tri godine kroz obilježavanje Dječije nedjelje radila na socijalizaciji osoba s oštećenim sluhom. Volontira i u Udruženju „KULT“ – Obrazovno-razonodni centar za mlade „Spajalica“ u okviru kojeg djeluje u svojoj lokalnoj zajednici. Pored navedenog, članica je i Kluba mladih „Tignum“, dvogodišnjeg programa za mlade aktivistkinje u okviru nevladine organizacije CEI Nahla. On joj, kako ističe, pruža priliku da učestvuje u osmišljavanju i realizaciji brojnih radionica i projekata, a kroz nedavnu inicijativu PRVI – protiv rasne i vjerske diskriminacije doprinijela je pripremi izvještaja o zločinima iz mržnje kojeg publicira OSCE.

*Volonterizmom nastojim biti aktivna članica zajednice i slobodno vrijeme usmjeriti ka pružanju pomoći drugima. Volontiranje za mene nije samo sinonim za usmjerenošću ka ispunjenju konkretnog zadatka ili cilja, već jedan kontinuirani proces sazrijevanja, ličnog i profesionalnog usavršavanja. Ovo područje djelovanja do sada mi je nemjerljivo pomoglo u sticanju radnih navika, razvijanju različitih vještina, širenju mreže poznanstava i ostvarivanju daljnjih saradnji, koje su proizašle iz neformalnih organiziranih druženja.*

Svoje slobodno vrijeme koristi za izučavanje književnosti i stranih jezika. Aktivno govori četiri strana jezika: engleski, francuski, njemački i španski.

*Sretna sam što je Fondacija prepoznala moje interesovanje u ovoj sferi i odabrala me za članicu prevodilačkog tima za njemački jezik, gdje svakog mjeseca radim na prevodenju raznih tekstova.*

Iako odnedavno Fondaciji doprinosi djelovanjem u navedenom sektoru, kaže kako je još uvijek u kontaktu s učenicima kojima je bila mentorica prethodnih mjeseci.

*Najveću uspjeh je biti dijelom procesa njihovog sazrijevanja i pružiti im podršku u realizaciji ideja i ciljeva.*

Kaže da je velika privilegija biti dio porodice sačinjene od mladih i vrijednih ljudi s kojima razmjenjuje iskustva na mjesecnim sastancima, učestvovati u volonterskim aktivnostima na veoma naprednom i organizovanom nivou, širiti krug poznanika i prijatelja te čitati o izvanrednim uspjesima svojih kolega stipendista.

*Uloga Fondacije u mom životu uveliko nadilazi okvire finansijske pomoći. Neosporni su ciklični odnosi potpore u Fondaciji, gdje se stipendiranjem mladih ljudi pruža mogućnost kontinuiranog usavršavanja i razvoja baziranog na njenim postulatima, a mi na podsticaj reagiramo pomaganjem drugima kroz volonterski angažman. U misiji i radu Fondacije pronašla sam sve što sam godinama u fragmentima tražila u okruženju. Stipendistima Fondacije poručujem da ne postavljaju demotivirajuća ograničenja na putu ka postizanju ciljeva i da se vode misijom Fondacije – obrazovanje je izbor pobjednika!*

# RAM – RUBRIKA AKTIVNIH MLADIH

RAM je, prema definiciji, radna memorija računara. U Bosni i Hercegovini „radna memorija“ su upravo proaktivni i marljivi mlađi ljudi koji su svojim djelovanjem primjer društva koje naša država treba. Kroz ovu rubriku predstaviti ćemo aktivne i mlade stipendiste Fondacije Hastor koji pored volontiranja rade fenomenalne stvari i tako predstavljaju Fondaciju u najboljem svjetlu!



*Upravo zato što volim prenositi znanje, volontiranje kroz vršnjačko mentorstvo uvijek nije bila prva i najdraža opcija. Shvatio sam da pored toga što pomažem drugima i ja postajem iskusnija i zrelijia osoba.*

Aktivnost na koju je naš stipendista najponosniji je STEM (Science, Technology, Engineering, Math) konferencija koju je organizovao zajedno sa svojim kolegama. Svjesni važnosti koju nauka ima u njihovim životima, u prostorijama studentskog doma „Prof. dr. Fikret Hadžić“ svečano su upriličili naučni događaj pod nazivom „Ilidža STEM Day“, u formatu manje konferencije i ciklusa predavanja iz različitih oblasti nauke, od genetike do nauke o podacima. U toj cijeloj priči Ajdin je bio odgovoran za organizovanje prostora, resursa i ljudi koji su radili na tom projektu, izdvaja da mu je bilo neizmjerno drago uočiti koliko je novih vještina i iskustva stekao kroz ovaj rad. Ponosan je i zbog velikog odziva na konferenciju kojoj je prisustvovao blizu 80 ljudi pa su, nažalost, morali zatvoriti prijave zbog COVID-19 mjera.

Ajdin Bajrić je student druge godine Odsjeka za informacione tehnologije na Internacionalnom Burch Univerzitetu. Dolazi iz Kalesije i stipendista je Fondacije Hastor od 2016. godine. Ajdin za sebe kaže da je entuzijastična i ambiciozna osoba koja konstantno traga za novim prilikama.

Tokom posljednjih 5 godina volontirao je u raznim organizacijama od Fondacije Hastor preko BH Futures Foundation pa sve do Fondacije „Izvor nade“. Svaka od njih je u velikoj mjeri učestvovala u izgradnji Ajdinovog karaktera i to na jedinstven način. Najčešće je radio s djecom mlađeg uzrasta, prenoseći im znanja i iskustva koje ima, ali je isto tako bio organizator i lider na mnogim projektima.

*Smatram da je od velike važnosti da mlađi još od rane dobi budu uključeni kako u vladin tako i u nevladin sektor kako bi prvenstveno izgradili sebe kao ličnost, ali i doprinijeli svojoj lokalnoj zajednici. Jednostavno, uprkos tome što se nalazimo u Evropi, još uvijek većina evropskih zemalja ima bolje uslove za život u odnosu na Bosnu i Hercegovinu, ali vjerujem da jedino zajedničkim snagama, imajući filantropski i altruistički pristup, možemo napraviti domovinu bolju za život svih nas.*

Fondacija Hastor je imala ključnu ulogu tokom njegovog srednjoškolskog obrazovanja kada se Ajdin u velikoj mjeri gradio kao ličnost. On smatra da su volonterski sastanci i interaktivne radionice koje je imao zajedno s volonterima u mnogome doprinijeli izgradnji njegovih komunikativnih vještina, kritičkog mišljenja, ali i oslobođanju straha od javnog nastupa.

Naš stipendista se trenutno nalazi na Erasmus + programu razmjene studenata u Švedskoj i sigurni smo da će i tamo steći veliko znanje i korisne vještine koje će mu biti od pomoći u narednim projektima. Ostalim studentima poručuje da uvijek vjeruju u sebe i da nauče odmoriti kada su umorni umjesto da razmišljaju o odustajanju: „Life is not a sprint, it's a marathon!“

## Rijetke i manje poznate fobije

Svi povremeno osjećamo strah od nečega, on postoji otkako postoji i čovječanstvo i razvija se zajedno s njim, no ponekad nismo svjesni da nas strahovi ometaju u radu i aktivnostima, a često nismo svjesni ni da posjeduјemo neki strah. Drugi naziv za strah je fobija, zapravo, fobija je pretjerani strah koji nismo u stanju kontrolisati. Strah je emocija koja nastaje usred opažanja, očekivanja stvarne ili zamišljene opasnosti ili neke ozbiljne prijetnje. Među najveće strahove spadaju strah od gubitka slobode, strah od odbijanja, ismijavanja i strah od nepoznatog. Međutim, postoje i oni strahovi za koje nismo gotovo ni čuli, neki od njih su:

### ◆ Cyberfobija

Kao što ste vjerojatno prepostavili prema imenu, cyberfobija je strah od novih tehnologija. Ova vrsta straha se najčešće povezuje sa starijim osobama koje nisu u stanju pratiti sve izazove koje tehnologija donosi. On izaziva osjećaje stida, anksioznosti i osuđivanja.



### ◆ Lakanofobija

Lakanofobija je strah od povrća, odnosno strah prema mirisu i okusu povrća. Već možete prepostaviti kako se manifestuje kod osoba koje ga imaju. Osjećaj anksioznosti pri samoj pomisli na povrće je ono što prati ovaj strah.



### ◆ Tripofobija

Tripofobija je strah od izbočina i rupa.



### ◆ Globofobija

Globofobija je strah od balona. Za neke je sama pomisao na balon strašna, a neki ljudi se boje pucanja balona.



### ◆ Hippopotomonstrosesquippedaliophobia

Fobija dugih riječi.



### ◆ Nomofobija

Jedan od posebno zanimljivih strahova koji prati današnje društvo je nomofobija. To je strah vezan za mobilne telefone, a manifestuje se tako što stalno osjećamo anksioznost ukoliko ne provjerimo šta se dešava na našem telefonu, također, može se javiti i ukoliko naš mobitel nije dovoljno napunjen.

### ◆ Decidofobija

Strah koji bi nas mogao zabrinuti je decidofobija – strah od donošenja odluka. Osobe koje pate od ovog straha ne vjeruju same sebi pri donošenju odluka te su ovisnici o drugim mišljenjima ili su ovisni o nečemu izvanjskom.

Fobija može biti bilo kakav strah i od bilo čega. Neki od njih mogu biti i čak podsvjesni. Ukoliko ometaju naš svakodnevni život, trebamo posjetiti psihologa.

# BUDIMO KONKURENTNI(JI)!

U 21. stoljeću nije dovoljno imati odličan uspjeh u obrazovnom procesu da bi se osoba učinila atraktivnom na međunarodnom nivou, nivou studija ili zaposlenja. Nerijetko se može vidjeti i čuti da su mladi ljudi koji su skoro diplomirali ili magistrirali nezaposleni, a da su pritom slali svoje biografije (Curriculum Vitae) na nekoliko objavljenih konkursa. Sve manje mlađih zna da pravilno koristi online resurse kojima raspolažu (npr. pravilno korištenje e-maila). Ova rubrika ima za cilj edukacije, seminare, programe razmjena, ali i pokazati na koji će način studenti na međunarodnom nivou rade na vlastitom unapređenju.

## Kako dovesti prezentacijske vještine do savršenstva?

Prezentacijske vještine predstavljaju jednu od važnijih vještina koja se zahtijeva u raznim poslovnim oblastima, ali i u svakodnevnom životu. O važnosti prezentacijskih vještina govori činjenica da se veliki broj ljudi odlučuje prijaviti na razne kurseve koji će dovesti ove vještine do savršenstva. Rijetko da možemo pronaći profesiju u kojoj prezentacijske vještine i interpersonalne kompetencije nisu važne i značajne. Pored poslovnih, važno je da i u privatnom životu imamo razvijene interpersonalne kompetencije koje nam u velikoj mjeri mogu olakšati svakodnevnu privatnu komunikaciju i poboljšati međuljudske odnose.



## Šta su to prezentacijske vještine?

Prezentacijske vještine predstavljaju niz sposobnosti i tehnika koje pojedinci koriste kako bi na najbolji način predstavili neku temu publici. Prezentacija može predstavljati bilo koju vrstu javnog izlaganja kao što su govor, zdravice, konferencije, razgovori za posao, debate, odbrane seminarских i magistarskih radova pa čak i ispiti koje polažemo usmeno. Svaki je naš usmeni ispit zapravo jedna vrsta govora i javnog nastupa koji prezentujemo ispitivačima, asistentima i kolegama koji su, ustvari, naša publika kojoj se obraćamo. Čak i ako ne volite javne nastupe i imate tremu, oni su na neki način obavezni i često se susrećemo s njima u svakodnevnom životu. Kroz život i posao ćemo se susretati s raznim situacijama u kojima će nam dobra prezentacija i vještine javnog govora omogućiti da unaprijedimo svoju karijeru i da otvorimo nove poslovne prilike.

# BUDIMO KONKURENTNI(JI)!

## Adekvatna priprema prije samog kreiranja prezentacije

Trajanje i struktura neke prezentacije, odnosno govora, uglavnom su različiti i nepredvidivi. To može biti zdravica od dvadesetak sekundi kao i cijelodnevna službena prezentacija. Sve zavisi od mjesta održavanja, ciljane grupe, tj. slušatelja te, u konačnici, ciljeva koje želite postići. Prije same pripreme izuzetno je važno znati ko organizuje neki skup te šta se od vas kao govornika očekuje. Nema smisla započinjati s ozbiljnom pripremom dok ne znate barem okvirnu procjenu vremena koje vam je na raspolaganju. Osim toga, bitno je i koji stepen pripreme zahtijeva neki govor i koji tip govora pripremate. Mnogi pripremu govora smatraju najbitnjim segmentom uspješne prezentacije.

Priprema govora počinje pitanjem upućenim sebi: *Imam li šta reći i o čemu govoriti?* Mutni ili neiskreni odgovori upozoravaju nas da moramo odložiti govorenje ili sasvim odustati.

Slično je i kod intervjeta za posao koji na neki način predstavlja našu ličnu prezentaciju potencijalnim poslodavcima. Prije negoli odemo na intervju, možemo napraviti jednu vrstu pripreme i postaviti sebi ista pitanja na samom početku.

Još neka od pitanja koje sebi trebamo postaviti jesu: *Šta ja zapravo novo imam reći? Je li moje gledanje zaista ispravno?*

Kada sami sebi odgovorimo na ova pitanja, možemo nastaviti dalje u smislu upoznavanja vaših slušatelja.

## Upoznajte vaše slušatelje – vaše slušatelje morate uvažavati jer su oni punopravni partner na sceni koju kreirate!

Koliko god je u to teško povjerovati, prezentacija, odnosno govor koji pripremate ne tiče se prvenstveno vas nego njih. Što se više trudite da zvučite pametno, ostavite sjajan utisak ili vašim nastupom dobijete posao ili unapređenje, manja je šansa da vam riječi zvuče mudro, da do nekoga doprete ili da oduševite vaše pretpostavljene. U tome leži paradoks vještine javnog nastupa. Ako težite dobroj izvedbi, ne smijete biti koncentrisani na kvalitet izvedbe kao takve, nego trebate promijeniti perspektivu u posmatranju gdje ćete se, naravno, fokusirati na vaše slušatelje. Slušatelji ne trebaju imati previše impresija kada je u pitanju vaš govornički dar ili prezentacijske vještine, oni su tu da nešto nauče, saznaju nove informacije, provjere vaše znanje ili saznaju da li ste prava osoba za njihovu kompaniju. Ako temeljna poruka i glavni cilj koji imate nisu doprli do slušatelja, vi ste promašili zadatku, bez obzira na to koliko ste bili simpatični u vašem izlaganju. U fokusu vaših nastojanja mora biti efekt koji na slušatelje ostavlja sam sadržaj govora i traženje prikladnih načina koji će vam u tome pomoći. Taj ćete cilj postići samo ako naglasak stavite na publiku, odnosno slušatelje, a ne na sebe.

## Razmislite o željama i potrebama vaših slušatelja, o mogućem stavu prema problematici vašeg izlaganja!

U zavisnosti od toga kojoj publici nešto govorite ili prezentujete, zaključci se mogu razlikovati, ali svi potencijalni slušatelji imaju nešto zajedničko: svi oni žele da se govori o *njima*, a ne o vama; svi žele osjetiti kako brinete o *njihovim* potrebama. Nastup će vam sigurno biti uvjerljiviji ako zaista imate na srcu njihove potrebe. Navedeno pravilo važi čak i ako je vaše stajalište posve različito od stajališta slušatelja. Uspješan govornik mora uvjeriti druge da njegovo stajalište može donijeti određene koristi.

# BUDIMO KONKURENTNI(JI)!

**Uspjeh vašeg govora zavisi od vaše sposobnosti prepoznavanja potreba slušatelja!**

Vaša publika, odnosno slušatelji, nadređeni ili pak profesori sjede pred vama pitajući se kakvu će korist imati od svega toga. Hoće li na neki način profitirati? Hoćete li dati neki novi pristup u proučavanju nekog problema na ispitu? Hoćete li privući potencijalne poslovne partnere, kupce ili druge važne osobe u njihovu kompaniju? Hoćete li im pokazati kako da zarade više novca? Kako da povećaju ugled? Žive sretan život? Možda neke stvari razumijete bolje od njih. Sjetite se kad ste posljednji put sami čuli neko izlaganje ili govor koji vas je dotakao i shvatit ćete kako se to što vas je dotaklo zapravo ticalo vas, a ne govornika.

**Vaši slušatelji mogu biti potpuno nepoznate osobe, ljudi koje viđate svakodnevno ili nešto između!**

Bez obzira na to koliko dobro poznajete svoju publiku, prije negoli započnete s bilo kakvom razradom vašeg govora, razmotrite ova pitanja:

- Koji je stepen njihove stručnosti i iskustva u vezi s temom?
- Očekujete li da ih tema interesuje?
- Koji dijelovi vašeg izlaganja mogu predstavljati novost za slušatelje?
- Mislite li da će vaša poruka izazvati dobroćudne ili neprijateljske reakcije ili pak ravnodušnost?
- Šta misle o razlogu vašeg dolaska? Šta očekuju?
- Jesu li uglavnom muškarci ili žene? Koliko je ta činjenica važna?
- Pripadaju li starijoj ili mlađoj dobnoj skupini? Koliko je ta činjenica važna?
- S kakvim problemima se susreću?
- Kakve primjedbe bi mogli imati na ono što govorite?
- Najgore što bi im se moglo dogoditi ukoliko ne poslušaju vaš govor?
- Najznačajnija korist koju bi mogli imati od vašeg izlaganja?
- Šta bi najviše željeli čuti i zašto upravo to?
- Kakva bi bila najpoželjnija reakcija na vaše riječi?
- Šta bi trebali poduzeti neposredno nakon izlaganja (sljedećeg dana, sedmice, mjeseca)?



U zavisnosti od vrste prezentacije, usmenog ispita, govora ili nekog drugog javnog nastupa, trebate odgovoriti na neka od ovih pitanja koji će vam pomoći da bolje shvatite vašu publiku i da znate kome predstavljate neku temu.

U narednom biltenu možete pročitati kako napraviti strukturu vašeg javnog nastupa te korisne vježbe kojima ćete pridobiti ciljanu publiku.

# OBJEKTIV



**Merima Osmanović**



**Aldina Hadžić**



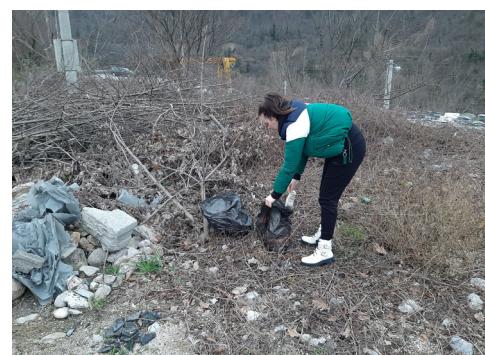
**Adisa Bajramović**



**Adna Jakupović**



**Emin Čekro**



**Emela Pozder**



**Edvina Duranović**



**Zulka Mušić**



**Fahira Ahmetović**

# POETSKI KUTAK

## Ptice

Je li luda ona ptica  
Željna odmora u kafezu  
Jedan dan od svojih krila?  
I'll je luda zatvorenica  
Što demire svojim naziva domom,  
Jer nikad slobodna nije ni bila?  
Te što u mraku čame  
I vidjele neba nisu,  
Čude se letenju k'o zlu,  
Naučene da su krila ornament.

Jasmina Ejubović



### Kontaktirajte nas!

Bulevar Meše Selimovića 16.  
Sarajevo  
033 774 789  
033 774 823  
[fondacija@hastor.ba](mailto:fondacija@hastor.ba)



### Redakcija

Džana Vrabac  
Emra Kulo  
Fatima Gazić  
Aleksandra Đukić  
Alek Isaković  
Almina Šabanović  
Nedžma Latić



### Grafički dizajn

Ada Sivac



### Naslovница

Ada Sivac,  
"More"